



幼儿教育丛书

YOU ER JIAO YU
CONG SHU

科学

育儿记

0岁婴儿教育用书



● 中国少年儿童出版社





ISBN 7-5007-1072-0

G · 287 定价 2.65元

961
5

39214

——〇岁婴儿教育用书

科学育儿记

俞 群 写
张 晨 编
方 翔 评

中国少年儿童出版社

内 容 提 要

教育子女是家庭的天赋职责。每个家庭都是一所学校。培养人才要从小抓起，早期教育要从0岁开始。一旦孩子来到这个世界，当父母的应该怎么办？作者根据0岁婴儿的生理心理特点，以自己的切身体会，整理了四十篇日记，如《分床》、《捆包》、《洗澡》、《闹觉》、《吐奶》、《父爱》、《逗玩》、《学语》等等。文章写得生动有趣，引人思考，读者可以从中找到各种疑难问题较为满意的答案。中华全国家庭教育学会常务理事、北京市家庭教育研究会副会长方细为本书写了评语，中国科学院心理研究所研究员茅于燕为本书写了前言《我的心愿》。

封面设计：李恒辰

插图：李葆芬

责任编辑：陈俊忻

科学育儿记

——0岁婴儿教育用书

俞群 写 张晨 编 方细 评

中国少年儿童出版社 出版 发行

通县振兴印刷厂印刷 新华书店经销

787×970 1/32 6.875印张 2插页 77千字

1991年1月北京第1版 1991年1月北京第1次印刷

印数1—10,000册 定价2.65元

我的心愿

——写在前面

中国科学院心理研究所研究员 茅于燕

在当前年轻母亲渴望得到1岁以内婴儿教养知识的时刻，这本书的出版，无疑会受到欢迎。

书的原稿，我读了四五遍，许多地方还做了注释。因为内容生动具体，耐人寻味，所以我都记得很牢，想看哪一段，一翻就能找到。书中的一些想法和做法，我已经及时介绍给我的亲友了。

作者虽然是按时间选写的，可是每一篇都记了一点有趣的事情，讲了一点有益的道理，所以一点也不象流水账。不仅如此，从日期还可以看出孩子生长变化的历程，有助于

读者对照自己孩子的情况。

应该说，全书都写得很好。在这里，我简单谈几点看法，来说明自己对这本书的重视、关心和喜爱。

首先，作者对育儿有正确的认识。当老朋友不理解她这个大学毕业的妈妈为什么不去忙事业，而对养儿育女这种婆婆妈妈的事这么费心尽力时，她说：“我们还年轻，对事业当然是要忙的，可养儿育女怎么就不是事业呢？难道在家里忙养育后代比织毛衣、打扑克还不重要吗？既然父母是孩子的第一任老师，那养育好子女就自然是父母事业的重要组成部分。”她理直气壮地为养育正名，真是难能可贵。

其次，作者勤于观察，善于分析，别人眼里微不足道的小事，她能及时抓住，科学对待。比如孩子从大衣柜的镜子里一看见妈妈，便马上转过头来看看站在床前的妈妈，这是孩子常有的表现。可是，她对此却作了细致的分析，并且总结出了道理。她说：“这是

因为我经常和孩子一起玩‘找妈妈’的游戏，所以孩子由视觉器官引起了条件反射。这比早先的觅食性条件反射的本能层次要高，属于思维的萌芽。”又比如她从孩子先形成向右侧探头觅食的条件反射，转向胡乱转头觅食，再转向以哭求食，以适应外界环境的变化（从医院到回家，从右侧给奶到混合喂奶，到一哭就给），总结出新生儿具有对外界信息刺激进行“编码”的能力。这样的事例和分析通书皆是，所以读起来津津有味。

第三，作者喜爱学习，善于学习，能把学到的知识，马上用于育儿实践。比如当她得知自己怀孕后，马上去图书馆借资料，连她爱人林也常跑书店，到处买优生优育的书。在带孩子做游戏时，她说过：“现在适合1岁左右婴儿的游戏资料实在太少，于是我只好借用大孩子的游戏资料，移花接木，中西结合，自编自导，努力当好小溪的辅导员。”又比如在让孩子懂得什么东西可以拿、什么东西不能拿时，她不是不准孩子乱动乱拿，而是把从

杂志上看到的一个小资料，对不到1岁的小婴儿采取形成对某些东西只能看不能拿的条件反射方法，应用到自己的孩子身上，就取得了很好的效果。她从书本上学到的道理，指导了她的育儿实践；反过来，她的育儿实践，又丰富了她的认识，真是相得益彰。

第四，夫妻一致，互相配合，共同担负起教养孩子的责任，这是非常重要的。应该表扬作者的爱人林，自从他知道快要当爸爸后，着实做了许多工作：戒烟戒酒（怕烟雾、酒精使胎儿受到影响和危害）；为她订牛奶，买图书；督促她多吃水果；陪她散步；和她一起分析、处理孩子发生的各种问题；对母亲，他和她善于运用婉转的方式，让老人接受科学育儿的道理，象坚持分床睡、经常洗澡等，这些和传统育儿方法相反的事，80来岁的老人居然也接受了，真不容易啊！对孩子，他更是倾注了深切的父爱。从给孩子换尿布、喂牛奶、洗澡、筹划安排活动场所、制作游戏床，到具体地陪孩子玩，他无一不是她的好助手。作

者总结说：“我欣喜，我有一位好丈夫，小溪有一个好爸爸。”确实如此。

第五，作者培养孩子的目标正确。她说：“要培养孩子学会做人。帮助他从小就懂得怎样沿着人生最佳轨迹——德、智、体、美全面发展的道路去奋斗，争取做一个中华民族合格的建设者：一个正直的人，健康的人，有知识的人，有能力的人。他勇敢，开朗，乐观，富于自信心和创造精神，这样才能适应当今改革开放、竞争激烈的社会需要。”她提出的这个培养目标，非常值得一些把孩子培养成“小皇帝”的家长对比思考。

第六，为了实现这个培养目标，她和林在家庭生活中，立下了这样的信条：“以孩子为重，努力满足孩子健康成长的需要。”他们的“以孩子为重”，不是从物质上去考虑（如争取换大房子、买新家具、缝制漂亮衣服等），而是从如何有利于孩子身心健康上去考虑的。在这方面，他们考虑周全，言行一致。下面谈到的这些看法和做法，都是我特别赞赏的。

一、她和林都不溺爱孩子，认为“爱子溢将成害”。她认为：“孩子天性的发展应始于襁褓，始于日常生活中的细小事情。许多父母往往情不自禁，自觉自愿地充当孩子的全能‘保护神’，并把这种保护视为父母高尚的爱。岂不知爱可深厚如海，但不可盈溢咫尺。……当父母伸手抬足在为孩子进行种种过分保护时，实际上却正在剥夺孩子锻炼能力的机会和营养。”他们是这样想的，也是这样做的。对孩子经过努力能做到的事，他们就硬着心肠放手让他独立去完成。

二、鼓励孩子的独立性、创造性、好奇心和探索精神，让他体会奋斗乐、自信乐。孩子跌倒了，她不马上去搀扶他；被子盖住了头，让他自己去掀开；抢到手鹲桔子，半瓣瓢挂在嘴外，由他自己往里推；爬得满头大汗，头上碰了个大包，还是让他尽情练习。这种奋斗乐，其乐无穷，影响深远。

三、只要可能，尽量创造一个好的家庭环境，促进孩子身心的健康发展。在十分拥挤

的斗室里，他们用占天不占地的办法，把箱柜顶天立地，贴墙而立；大床 小床的人只脚都装上轮子，便于移动；撤去一张写字台，把缝纫机兼作写字台用。这样，他们居然腾出了约3平方公尺的整块空间，供孩子活动用。

对小婴儿来说，好的活动环境，是可以促进智力发展的。小床加网，兼作睡眠和游戏用，既安全，又可以让孩子自由移动身体，顺绳攀援，促进筋骨和肌肉活动。我看这种安全可靠的两用床，可供孩子完成翻、滚、蹲、坐、爬、卧、站、攀援等动作，真可以申请专利哩。

四、良好的行为习惯要在早期打好基础。她说：“婴儿初始的习惯形成容易改变难。……习惯就是一种惯性力量，纠正一个不良习惯，就意味着首先要克服形成这个习惯的惯性作用，然后回到原来的起点，再建立起新的习惯。这对人的神经系统活动是个极大的负担，对婴儿尤其如此。与其开始不慎，后来费力气纠正，不如慎乎其始。”这个看法对许多初始不在意的父母，有很大的指导意

义。它好象孩子画画，常常看不到自己涂的第一笔颜色对整个画面会产生多大影响。

五、顺乎自然是早期教育的根本原则。她认为：“我们作父母的责任，主要在于尽量排除一切障碍孩子自然发展的环境因素，创造有利于他自然发展的条件。丰富多彩的生活环境本身，对婴儿就是一本充满魅力的‘百科全书’，几乎所有婴儿一下地走路，就对这部无形的巨书兴致盎然，看不够，玩不够。”她的这个观点使我联想起一位早期教育专家的类似的观点：“只要利用从零岁开始的环境反复进行教育，孩子就会自然掌握应该具备的教养。”现在的家长往往反其道而行之，不是顺乎自然，而是拔苗助长。大量的事实证明，这是极有害的。

六、他们“不以自己的忙闲去逗弄孩子，而尽量从孩子需要的角度来抱他、逗他玩，否则他会无所适从；不要一会儿允许，一会儿不允许，这样教育孩子最糟糕。尽管父母有一千条理由，可以说明他们为什么那会儿‘允

许’，这会儿又‘不允许’，可是婴儿是无法理解的；不责备孩子，不发脾气，因为对这样小的孩子发脾气毫无告诫作用，充其量只能完成自身的发泄罢了。”他们的这“三不”原则，的确是宝贵的经验，充分表明了他们“以孩子为重”的信条，很有教育价值。

想说的话还很多，先写这些。总之，我之所以热诚地向广大家长推荐这本书，是因为它能使大家受益。我衷心祝愿读过这本书的母亲(父亲)都能象她(他)，孩子都象小溪。象他们那样，涓涓潺潺，不恋源头，百折千回，奔向大海。这就是我的心愿！

目 次

1	开始.....	1
2	规划.....	6
3	新生.....	11
4	取名(0月).....	15
5	分床(0月).....	18
6	捆包(0月).....	21
7	擦身(0月).....	27
8	洗澡(0月).....	31
9	能力(0月).....	35
10	满月(1月).....	39
11	闹觉(1月).....	43
12	吐奶(1月).....	50
13	世界(2月).....	56

14	教玩(2月).....	64
15	奇迹(3月).....	69
16	课己(3月).....	73
17	联想(3月).....	77
18	闹抱(4月).....	81
19	教训(5月).....	88
20	镜子(5月).....	91
21	跌坠(5月).....	95
22	网床(6月).....	98
23	吮物(6月).....	107
24	外婆(6月).....	110
25	迁怒(7月).....	113
26	学爬(7月).....	118
27	犟儿(7月).....	124
28	父爱(7月).....	130
29	游戏(8月).....	135
30	健将(8月).....	141
31	下地(8月).....	145
32	发现(8月).....	149
33	怪癖(8月).....	154

34	逗玩(9月).....	157
35	首步(9月).....	160
36	学语(10月).....	163
37	事业(10月).....	170
38	摔交(10月).....	174
39	借鉴(11月).....	178
40	巨书(11月).....	184
附 录: 1岁内儿童智能测查操作方法和通过		
	标准.....	193



开 始

1987年5月15日

我做妈妈了！

上午，当大夫把检查结果告诉我时，我心里怦怦跳动的声音，怕她也听见了。回家的路上，我看见今天的天特别蓝，树特别绿，街道宁静，行人友好，似乎都在祝贺自己当妈妈了。到了家里，我觉得有点累，便斜躺在藤椅上休息。屋里静悄悄的，这时，我才发觉自己的喜悦中，夹杂着缕缕愁丝。母亲，是一个伟大的称呼；母爱，是一种崇高的感情。80年代育儿的道理和方法，我可以说知道得不多。究竟怎样做，才算尽到了母亲的天职？究竟