



育儿金典 II

YU ER JIN DIAN II

孩子一天天长大，坏习惯毛病也在增加，如何使宝宝可爱懂事，
本书为您出谋划策



JIUZHENG BULIANG
XIGUAN 100 WEN

纠正不良习惯 100问

——专家解答
育儿难题（1~2岁）



【日】今泉岳雄 著
岳 珊 译

 中国轻工业出版社



育儿宝典
YU ER BAO DIAN

II

纠正不良习惯 100问

——专家解答

育儿难题(1~2岁)

武蔵野赤十字病院心療内科の相談室室長

[日]今泉岳雄 著

岳 珊 译



中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

育儿金典Ⅱ/ (日) 今泉岳雄著; 岳珊译. —北京: 中国轻工业出版社, 2001. 1

ISBN 7-5019-3014-7

I. 育… II. ①今…②岳… III. 婴幼-妇幼保健-问答 IV. R174.44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 43624 号

Copyright © 1999 Takeo Imaizumi

All rights reserved.

First Published in 1999 by Kodansha Ltd., Tokyo, Japan.

Chinese Simplified Character Edition Copyright © 2001 China

Light Industry Press, China.

Published under license from Kodansha Ltd.

© 1999 年 今泉岳雄

版权所有。

株式会社讲谈社 1999 年在日本首次出版。

中文简体字版版权© 2001 年中国轻工业出版社。

由日本株式会社讲谈社授权中国轻工业出版社出版发行。

责任编辑: 山 边 劳国强

责任终审: 滕炎福

封面设计: 张 颖

版式设计: 智苏亚

责任校对: 燕 杰

责任监印: 崔 科

★

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

联系电话: 010-65241695

制 作: 东远先行彩色图文中心

印 刷: 北京博诚印刷厂印刷

经 销: 各地新华书店

版 次: 2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 787×1092 1/32 印张: 26.75

字 数: 601 千字 印数: 1—5000

书 号: ISBN 7-5019-3014-7/TS·1830

定 价: 48.80 元(共 4 册), 本册 13.60 元

著作权合同登记 图字: 01-2000-0896

·如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换·

10/24 107

目 录



第1章 令人担心的毛病

- 1 吮手指头(1岁男孩).....4
- 2 常常夜啼(1岁零5个月的男孩)6
- 3 没有奶瓶就不睡(1岁零6个月的女孩)8
- 4 睡觉时要摸着妈妈的乳房(1岁零7个月的龙凤胎)10
- 5 左撇子要不要纠正?(1岁零10个月的女孩)12
- 6 不抱着就不睡(2岁女孩)14
- 7 面部痉挛(2岁零3个月的男孩)16
- 8 咬指甲是因为缺乏关怀吗?(2岁零1个月的男孩)18
- 9 突然变得口吃(2岁零4个月的男孩)20
- 10 手放在生殖器上,抽动臀部(2岁的男孩).....22
- 11 摸小鸡鸡(1岁零4个月的男孩)24

第2章 睡觉的时候

- 12 午睡后赖着不起(1岁零10个月的男孩).....28
- 13 半夜隔1小时醒一次(2岁女孩)30
- 14 半夜哭闹(1岁零2个月的女孩)32
- 15 是否该让他按时起床?(2岁男孩)34
- 16 白天要睡两次(1岁零6个月的女孩)36
- 17 睡相不好(2岁男孩)38
- 18 固定孩子午睡的时间是不是更好?(1岁零8个月的男孩)40
- 19 一个人睡不着(11个月的男孩)42

第3章 吃饭的时候

- 20 一个人不愿吃(1岁零5个月的女孩)46
- 21 把嘴里的食物喷得到处都是(1岁零5个月的男孩).....48
- 22 吃饭时打翻东西(1岁零5个月的女孩).....50
- 23 用手抓着吃(2岁男孩)52
- 24 只爱吃零食(1岁零10个月的女孩)54
- 25 吃饭时心不在焉(11个月的女孩)56
- 26 怎样才能使她吃饭时显得有教养(11个月的女孩).....58
- 27 不吃蔬菜(1岁零10个月的男孩)60

- 28 只嚼不咽(1岁零4个月的女孩)62

第4章 玩耍

- 29 在公园不敢离开妈妈(1岁零8个月的女孩).....66
- 30 在公园的沙堆上被别的孩子扔了沙子,就开始害怕同样大的孩子(1岁零3个月的女孩).....68
- 31 玩具也好什么都好全想据为己有(1岁零5个月的女孩).....70
- 32 周围没有同样大的小孩(1岁零1个月的男孩).....72
- 33 敲打朋友(1岁女孩).....74
- 34 一不高兴就咬朋友(1岁零10个月的男孩).....76
- 35 男孩喜欢玩过家家(2岁男孩).....78
- 36 本想把她培养得像个女孩(10个月的女孩).....80
- 37 在公园亮相(1岁零8个月的女孩).....82

第5章 大小便

- 38 夏天就离不了尿布(1岁零6个月的女孩).....86
- 39 不喜欢马桶,躲在窗帘后面大便(2岁男孩).....88

- 40 害怕在马桶上尿尿(2岁零11个月的女孩).....90
- 41 教会孩子使用厕所的窍门(1岁零8个月的女孩).....92
- 42 不让别人给他换尿布(8个月的男孩)94

第6章 批评方式

- 43 怎样教育喜欢恶作剧的孩子(1岁零4个月的男孩)98
- 44 不懂得道歉(1岁零6个月的女孩)100
- 45 朝人扔东西(2岁男孩)102
- 46 故意往嘴里塞东西(1岁零7个月的男孩)104
- 47 严厉斥责会对他将来的性格形成造成影响吗?(2岁零2个月的男孩)106
- 48 恶作剧不知轻重(1岁零2个月的男孩).....108
- 49 不知该如何教育(1岁零4个月的男孩).....110
- 50 虐待(1岁零9个月的女孩)112
- 51 育儿综合征(8个月的女孩)114
- 52 一点儿也不招人喜欢(11个月的女孩).....116
- 53 公寓里的麻烦/楼上楼下的噪音问题(3岁零5个月和1岁零7个月的男孩)118

第7章 性 格

- 54 又变回到婴儿了?(1岁零7个月的男孩)122
- 55 不高兴就大吼大叫(2岁男孩)124
- 56 遇上麻烦就闹肚子疼(2岁零3个月的男孩)126
- 57 只用黑色的蜡笔,是不是精神有毛病?
(1岁零7个月的男孩).....128
- 58 该如何教育窝里横的孩子(2岁男孩)130
- 59 爱撒娇,依赖心强的孩子(2岁男孩)132
- 60 非常胆小,什么都怕(1岁零8个月的女孩)134
- 61 爱生气(2岁男孩)136
- 62 自己以头撞墙(1岁女孩)138
- 63 粗暴的性格(1岁零8个月的女孩)140
- 64 吃沙粒或小石子儿(10个月的男孩)142
- 65 不抱就赖着不走(2岁零3个月的男孩)144
- 66 不会忍耐(1岁11个月的女孩)146
- 67 自闭症是怎么回事?(2岁零7个月的男孩)148

第8章 爷爷奶奶 VS 爸爸妈妈

- 68 奶奶随便给点心(1岁零10个月的男孩)152

- 69 奶奶连危险的东西也给(1岁零10个月的女孩)154
- 70 爷爷奶奶过分干涉孩子的教育(1岁零6个月的男孩)156
- 71 睡觉时溜到奶奶那儿去(2岁女孩)158
- 72 在母子单亲家庭中需要注意的问题(1岁零8个月的女孩)160
- 73 爸爸常常不在家(1岁零8个月的男孩)162
- 74 不离妈妈左右,连上厕所也跟着去(1岁女孩)164
- 75 我出院后孩子为什么跟我不亲了?(1岁零5个月的男孩)166
- 76 女儿对爸爸还不习惯(10个月的女孩)168
- 77 夫妻吵架给孩子的坏影响(10个月的男孩)170
- 78 不管什么事都离不开妈妈(2岁零6个月的女孩)172
- 79 父母的教育方针不一致(1岁零4个月的男孩)174
- 80 祖母的偏爱(1岁零8个月的男孩)176
- 81 妈妈不想去奶奶家(2岁零3个月的女孩)178

- 82 带孩子外出的礼貌(2岁男孩)180

第9章 幼儿园

- 83 在幼儿园很乖,在家却很任性(2岁零6个月的女孩)184
- 84 把老是跟着大人的孩子送进幼儿园,好吗?(1岁零5个月的女孩)186
- 85 把孩子放在幼儿园不放心(1岁零8个月的女孩)188
- 86 不习惯幼儿园(1岁零2个月的男孩)190

第10章 认生、不安、害怕

- 87 较小的孩子住院,对他的身心有影响吗?(1岁零3个月的男孩)194
- 88 讨厌大夫(1岁零8个月的女孩)196
- 89 一见男人就哭(1岁零4个月的女孩)198
- 90 不认生(1岁零4个月的男孩)200
- 91 害怕吸尘器、吹风机的响声(1岁零3个月的男孩)202
- 92 对声音敏感是因为精神有毛病吗?(1岁零2个月的女孩)204
- 93 害怕电梯,是因为害怕被封闭吗?(1岁零10个月的男孩)206

94	断奶后就变得很急躁(1岁零1个月的男孩)	208
95	强迫孩子断了奶(1岁零8个月的男孩)	210
	后记	212

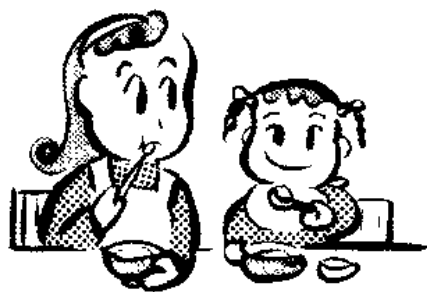
第1章

令人担心的毛病

在查理·布朗的著名漫画中，一个叫拉莱斯的小男孩成天离不了毛毯。在现实生活中这样的情形也很常见：在汽车上不停地吮着手指头不知不觉进入梦乡的婴儿；一只手紧紧地拽着妈妈的手，另一只手搂着小布熊走路的小女孩……

诸如此类的现象，明明白白地告诉我们，小孩对某件东西倾注全身心是极其自然的事情。尤其是在睡觉时有某种习惯的小孩子，在3岁以下儿童中占了多半。这样的习惯不只出现在睡觉的时候，由紧张而引起不安，因无聊而要寻求刺激的时候这种行为显得更加必要。这是年幼的儿童用以保持身心平衡的重要手段。

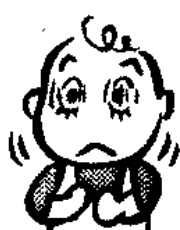
因此，只要这些习惯没有扰乱孩子及家人的生活，没有必要强硬地制止孩子。等到孩子长大，能够自然地离开母亲高兴地和伙伴玩耍的时候，这些习



惯也就会离他们而去了，大家只需拭目以待就可以了。

一方面，孩子如果不能及时排除压力，这类毛病就会加强。不能保持身心平衡，就开始夜啼、呕吐、眨巴眼睛，不由自主地生出一些新毛病。在孩子不停地犯老毛病或养成新的坏习惯时，你应该回顾一下跟孩子的关系以及生活方式，考虑一下是否存在让孩子产生压力的事情。例如夫妻吵架、与家庭其他成员（爷爷、奶奶）等的关系紧张、对孩子关注的程度不够等，都可能是孩子产生压力的原因。

在孩子表现出不安或撒娇的时候，要好好抚慰。白天外出时，应该抽出时间陪孩子高高兴兴地玩。即使感觉到自己的孩子行事有点危险，只要不妨碍他人或特别危险，做妈妈的可以不先表态，先让孩子自己去体验一下。



吮手指头

1 岁男孩

问

1 岁的儿子老爱吮手指头，丈夫说“吮指头是很自然的事”，可我听说会影响牙齿的排列，想在孩子过生日时让他改掉这个毛病。

答

这个时期孩子在某些场合吮手指头是很自然的，不用担心会影响齿形。

因为有探索反射，婴儿会将嘴边的手咬住；由于有吮吸反射，所以会吮吸指头。像这样反复进行反射，婴儿自己想吸就会把手塞进嘴里。出生后两个月吮指头已经变得非常熟练，几乎所有的宝宝都会吮。这个时期，可能会是整个拳头，也可能是无名指，多数时候吮哪个指头都不会固定。

长到 5 个月左右，宝宝就知道伸手去抓东西，然后把它塞到嘴里，因而白天吮指头的现象也就明显减少了。

但是，就算是过了 1 岁，有的孩子还是保留着吮指的习惯，在他们肚子饿了或者犯困、刺激不足的时候，通过吮指来使自己镇静下来。有超过半数的宝宝在晚上睡觉时保持着某种习惯，其中最多的则是吮指。在某些时候吮指是极其自然的事，不必大惊小怪。

但是如果孩子不分场合整天都含着手指头，父母就应



该反省一下宝宝白天的生活是否充实、母子关系是否和谐了。通过回顾自己的生活,特别是与孩子的关系之后,应适当地增加带孩子外出的时间。妈妈就应多陪孩子玩,做做游戏。宝宝常常会模仿自己亲近的事物,对破破烂烂的东西充满兴趣,把玩不止,以致于频繁地用手来玩耍。这时候,给宝宝适当地准备一些玩具,或者在不用的口袋里给他装些破烂,他是再高兴不过了,此外,因为宝宝爱模仿亲近的事物,所以你不妨一边告诉他“宝宝要爱干净噢”,一边递给他毛刷,给他创造亲身体验的机会。

随着孩子的语言表达力增强,孩子逐渐把兴趣转向别的事物,这时白天吮指的现象也就会减少。而且,白天和小伙伴一块儿玩儿的时间增多,自然就不会睡午觉,晚上入睡也就更加容易,睡觉时吮指的现象也会减少。这样一来,随着孩子的成长吮指也就减少了。所以,大人与其对吮指过分敏感,还不如多关心如何使宝宝过得快乐。

关子齿形这一点,经研究认为除非是长时期的吮指,一般而言只要在换成恒牙的6岁前后控制住吮指,都能自然矫正,所以不用担心。



常常夜啼

1岁零5个月的男孩

问 从生下来宝宝晚上就哭得很厉害，直到现在1岁零5个月了还是这样。严重时每隔3小时就大哭一次。给他一个婴儿用的奶瓶，他就能吸着吸着进入梦乡。有什么办法既能让他晚上不哭，又不用给他奶瓶呢？

答 宝宝的妈妈每两个当中就有一个为宝宝夜啼而烦恼。夜啼的原因有的比较明显，更多的时候不很明显。

有的时候是因为尿布湿了、穿得太厚或暖气太足以致过热这种生理原因，也有的时候是由于旅行、回老家等和平时的生活节奏不同以及对新场所产生的不安与兴奋造成的。此外，白天承受的压力在梦里重现也是原因之一。

这还和睡觉时的习惯有关。睡觉时爱搂着妈妈乳房的宝宝，睡眠变浅就啼哭不止，这正是他索求乳房的信号。那些抱着奶瓶吮吸的宝宝，也一样期待着别人给予点什么，不过吮指头的宝宝睡眠变浅后就自己吮指头，慢慢睡得香甜起来，倒是很少见他们夜啼。

你提到的宝宝，本来就属于睡不沉的那一类，后来有了抱奶瓶的毛病，一睡不着就哭着要奶瓶。只要有奶瓶，夜啼也就减少了。白天把奶瓶放在宝宝看不见的地方，只要