

宝宝的行为还不能归于问题行为的行列，但是它们仍然可能给父母带来很多的困扰与烦忧。怎样面对宝宝的这些行为，怎么样处理这些问题是每个父母都要面临的现实。

林

怡

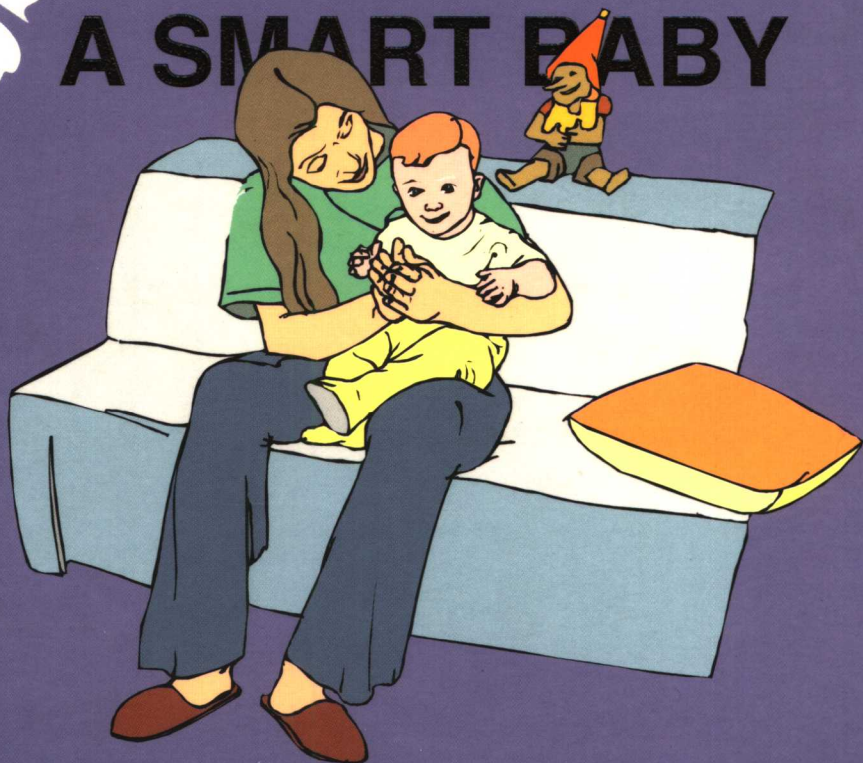
说

早

教

宝宝问题解决方案

RAISING A SMART BABY



中国少年儿童新闻出版总社
中国少年儿童出版社

赫 怡 说 早 教

宝宝问题解决方案

RAISING

A SMART BABY

中国少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

宝宝问题解决方案/林怡著.
—北京:中国少年儿童出版社, 2006.6
(林怡说早教)
ISBN 7-5007-8190-3

I. 育... II. 北... III. 婴幼儿—早期教育 IV. G61

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第063824号

LIN YI SHUO ZAO JIAO



出版发行:
中国少年儿童新闻出版总社
中国少年儿童出版社

出版人:海飞

执行出版人:申平华

作者:林怡

装帧设计:兆鑫视觉

责任编辑:陆康勤

社址:北京市东四十二条21号

邮政编码:100708

总编室:010-64035735

传真:010-64012262

发行部:010-64773391

<http://www.ccppg.com.cn>

印刷:北京瑞诚印刷有限公司

经销:新华书店

开本:880×1230 1/32

印张:31.25

版次:2006年8月第1版

印次:2006年8月第1次印刷

印数:10000

ISBN 7-5007-8190-3/G·6132

定价:80.00元(全四册)

图书若有印装问题,请随时向印务部退换

写给父母的知心话

在摇篮网发了一个名为“教育的目的是有一天可以不教……”的帖子之后，很多妈妈和我成了好朋友。这些热心的妈妈让我感受到了从未有过的温暖。特别令我感动的是网名为“yangyangbaobei”的妈妈，在断电断水的艰难条件下把我的帖子整理出来，发送给摇篮的妈妈；很多热心的妈妈在我出差或电脑出现问题时，担心我找不回帖子，深夜还在帮我顶帖；还有那些在MSN上跟我交流的妈妈们也带给我许许多多的温暖，并且在现实生活中也成为了非常好的朋友，在我遇到难题的时候给予我无私的帮助……

在摇篮网感受到的温暖让我疯狂地爱上了网络，因为网络，因为对孩子发自肺腑的爱，我开始写我的博客“林怡育儿在线

(<http://blog.sina.com.cn/m/linyiyuer>)”，并做了“林怡育儿论坛”(<http://www.tyrbook.com/bbs1>)，同时在中国早教网设立了“林怡早教专栏”(<http://www.zaojiao.com.cn>)。我希望有更多的父母了解早教的真谛，消除对早教的误解，让更多的宝宝因此受益，所以我在忙乱中抽空无偿地经营这一切。我深深地爱着我的儿子，理解天下所有妈妈的心，我想要以这种方式跟天下和我一样深爱着孩子的妈妈们进行更快速更有效的交流。

网络总是要更新的，很多东西过去了就过去了，不再留有任何痕迹。当某一天，你突然想起要重拾往日的记忆，这才发现它们早已碎裂如泥。很多妈妈在网上留言或者通过MSN鼓励我写书，于是，怀着一颗感恩的心，出版了这一套4册《林怡说早教》，作为献给年轻父母们的礼物，让它在这个世界留下爱的痕迹与温馨的记忆。

我很开心很多姐妹在网上称呼我林怡姐或者干脆称呼我林怡，这使我们之间的距离拉得更近。我只是一个普普通通的妈妈，儿子的降生使我成为早期教育的发烧级拥戴者和执行者。从他来到这个世界的第一天起，我就利用掌握的早期教育知识全面实施我的早教方案，将儿子培养成一个具有很强自学能力，喜欢探索，幽默风趣，爱好广泛，具有号召力和社会责任感的人，而我自己也放弃了稳定舒心的科研工作，走上早教编辑的岗位，做了一份自己喜爱的工作。

很庆幸，我是一个快乐的母亲。儿子的降生带给我另一种全新的人生。在他成长的过程中，我有太多的体验与感受，期间虽然有很多的辛苦、艰难，但是更多的是做母亲的快乐与欣慰。养育孩子其实是一件很开心的事情，看着心爱的宝贝一天天进步，他给我带来的惊喜与快乐，甚至还没来得及享受，儿子依偎在我怀里的日子

就飞一般流逝了，这使我有些怅然若失。于是，我有了对身边每一位有了小宝宝的朋友说出我的感受的冲动，希望他们珍惜现在这些美好的日子。

我无意于夸大3岁前早期教育的作用，但是我的经验让我坚持认为，3岁前给予孩子的一切都会对他的智商、情商、品德、性格，抑或行为模式，产生非常深刻的影响。

有研究表明，影响人智力发展的因素有遗传因素与环境因素，人类的性格也基本在3岁之前就已经成型，所以中国有“三岁看大，七岁看老”的说法。毫无疑问，遗传因素在卵子受精的瞬间就已定型，而环境则千变万化。因此，我们唯一可以调控的是环境因素，或者更确切地说是早期教育环境。在宝宝早期发展的关键期里，如果用合适的方法加以干预，那么，个体的智力和其他能力、包括性格等等各方面都会获得良好的发展。相反，如果宝宝早期失去了接受教育的机会或被剥夺了学习的机会，即使宝宝有着非常优越的天赋，他也无法获得良好的发展。

很多人反对早教，理由是早教给孩子增加了太多的负担，让孩子疲累不堪。其实，关于早教，我们有太多的误解。不少人将早教单纯地理解为“教”，于是，“早教”就演变成了“早期的灌输”。因为孩子们无法接受父母的这种灌输方式，于是不少父母反映：“我们家孩子就是不肯学。”“我们家孩子就是笨，教他多少遍他都记不住。”其实“教”宝宝东西，仅仅是早教非常小的一个部分。无论我们跟宝宝游戏，还是照料宝宝，所有这一切行为都包含了大量“早教”的内容。比如，你给宝宝穿衣喂奶，你对待他的态度，你跟他说话的语气、语调，你动作的轻柔与粗暴等等，所有这些看起来微不足道的小事情其实都在给宝宝进行早教，给宝宝传递某种信息，而宝宝也就在与我们的交往中学到大量的生活常识，

形成了不同的性格与行事方式，学会了以某种方式来管理自己的情绪与行为……

不可否认，确实有不少孩子在父母的“早教”模式影响下变得越来越缺乏想象力、创造力，成了一个纯粹承载知识的被动而没有活力的载体，或者成了一个虽然懂不少事情，但是情商低下、自理能力极差、性格怪异的小东西。父母的教育导致这样的后果惟一的原因就是教育不得法。因此，孩子的问题首先是父母的问题，一旦发现孩子出现问题，我们首先要反思自己的教养方式是否得当，反思我们是否给予了孩子最需要的东西。

从儿子出生那天起，我就一直当他是小大人，在他清醒的时候陪他玩耍，给他讲解他遇到的任何事物与行为规则。尽管我看不到任何成效，但我一直都在坚持，因为我确信，总有一天，他会明白一切。果然，到两三个月的时候，他开始对我的各种游戏做出回应，他会明显地期待我与他嬉戏。更出乎我意外的是，到他3个月多的时候，他居然已经能够转动小脑袋去寻找我悬挂在墙壁上的几种小动物，并且能够准确地区分它们了。那一刻，我欣喜若狂，有什么比看到这个在母腹就与你声息相通的小生命，现在却能对这一切做出回应更令人激动的事情呢？其后，他6个月开始识字，两岁开始独立阅读，虽然不清楚他以后会有什么样的发展，我也并不期望他成什么大家，但是至少在他3岁之前的付出有了回报，而现在我成了一个很轻松的妈妈。

教育是延续的，需要积累，同时又是非常个体化的。因此，需要以一些科学的理论和理念作为基础，但又不能完全照搬，它必须依赖于妈妈对宝宝的了解，在这个基础上对宝宝施行有针对性的个别化教育。教育没有一个人人可以套用的模式，找不到一把万能钥匙，只能一把钥匙开一把锁。每个妈妈都可以成为非常成功的教育

家，前提就是你必须掌握一定的教育理论与理念，在这个基础上认真地观察宝宝，及时发现他的特长与兴趣点，按照宝宝的天性来养育宝宝。

每个宝宝都是独一无二的，因为他的独特性，他始终是让你深感骄傲的那一个。我们不必因为张家的宝宝认了很多汉字就强迫宝宝也亦步亦趋去认汉字。如果李家的宝宝喜欢绘画，那让他涂鸦好了。为什么一定要走那条独木桥呢？

不管教宝宝什么，最重要的一点就是“只问耕耘，不问收获。”因为无所用心，你和宝宝之间都不会有不必要的压力了，因为没有压力，你们游戏的乐趣就不会降低，又因为保持了游戏的乐趣，宝宝就会更热衷于游戏，并身心放松地从这些游戏中获益。

观察宝宝，发现宝宝的兴趣点，利用他的兴趣点，将他的兴趣延伸，并将宝宝的兴趣扩充到与这个点相关的非常广阔的一个面，这样妈妈就能轻轻松松地引导宝宝朝着健康的方向发展。比如宝宝不喜欢识字，不喜欢读书，就喜欢玩霸王龙，那给他多买一些霸王龙的玩具，然后再给他买来有关霸王龙的光碟、书籍，给他提供更多了解霸王龙的途径与机会，相信他不会拒绝，他会如饥似渴地去挖掘他感兴趣的这些东西。于是他探索事物奥秘的兴趣、读书的兴趣、思维能力就会通过霸王龙辐射出去，在与霸王龙有关的游戏中得到延伸与拓展。如此一来，换一个角度去解决问题，一切便都变得轻轻松松。

林怡

2006年5月于北京

录 Contents

- 03 | 写给父母的知心话
- 12 | 宝宝断不了奶怎么办？
- 16 | 宝宝逮着什么都吃怎么办？
- 20 | 宝宝不好好吃饭怎么办？
- 25 | 宝宝说话晚怎么办？
- 29 | 宝宝分不清颜色怎么办？
- 33 | 宝宝笨手笨脚怎么办？
- 38 | 宝宝总是打人推人怎么办？
- 45 | 宝宝常常被欺负怎么办？
- 49 | 宝宝一刻也停不下来怎么办？
- 52 | 宝宝特别任性怎么办？
- 57 | 宝宝做事三分钟热度怎么办？
- 62 | 宝宝特别认生怎么办？
- 66 | 宝宝说谎怎么办？
- 72 | 宝宝是个“破坏王”怎么办？
- 76 | 宝宝喜欢吃独食怎么办？
- 82 | 宝宝不讲礼貌怎么办？
- 85 | 宝宝太淘气怎么办？
- 89 | 宝宝总拿别人东西怎么办？
- 92 | 宝宝感统失调怎么办？
- 96 | 宝宝特别爱哭怎么办？
- 100 | 宝宝脾气暴躁怎么办？
- 106 | 宝宝情绪不稳定怎么办？
- 112 | 宝宝不肯去幼儿园怎么办？
- 115 | 宝宝无法离开依恋物怎么办？
- 120 | 宝宝见人下菜碟怎么办？
- 122 | 宝宝逆反心理特别强怎么办？
- 126 | 宝宝以自我为中心怎么办？
- 129 | 宝宝不自信怎么办？

- 133 | 宝宝不愿和小朋友玩怎么办？
- 137 | 宝宝脾气急躁怎么办？
- 141 | 宝宝“窝里横”怎么办？
- 144 | 宝宝总学别人坏习惯怎么办？
- 148 | 宝宝出现退缩性行为怎么办？
- 151 | 宝宝特别胆小怎么办？
- 156 | 宝宝只喜欢玩生活用具怎么办？
- 160 | 宝宝睡眠不好怎么办？
- 164 | 宝宝特别迷恋电视怎么办？
- 168 | 宝宝总尿裤子怎么办？
- 172 | 爸爸很少陪宝宝怎么办？
- 176 | 宝宝乱扔东西怎么办？
- 179 | 宝宝有孤独症怎么办？
- 182 | 宝宝口吃怎么办？
- 187 | 宝宝性别错位怎么办？
- 190 | 宝宝是个夜猫子怎么办？
- 195 | 宝宝没完没了地买玩具怎么办？
- 200 | 宝宝外出耍赖不肯自己走怎么办？
- 203 | 宝宝语言表达能力太差怎么办？
- 211 | 宝宝不喜欢读书怎么办？
- 215 | 宝宝不爱学习怎么办？
- 218 | 宝宝搬家后情绪异常怎么办？
- 223 | 宝宝总喜欢抠鼻子怎么办？
- 228 | 宝宝早起不肯好好穿衣怎么办？
- 233 | 宝宝穿衣服总是挑挑拣拣怎么办？
- 235 | 宝宝总是自言自语是不是有问题？
- 237 | 宝宝在公共场所失去控制怎么办？
- 242 | 改变宝宝行为方法集锦

序言

宝宝成长过程中总会必然地经历一些小波折，它像一个个不和谐的音符，刺激着父母的神经，扰乱了父母的生活。那些或大或小的问题困扰着年轻的父母，让他们感觉十分棘手。因为从事了一份为父母服务的职业，不时接到的电话，雪片般飞来的咨询信件，以及邮箱里塞得满满的电子邮件，它们无不承载着父母的困惑与忧虑。

尽管宝宝的行为出现些许偏差是他成长过程中必然出现的一些现象，但是这些行为给宝宝的成长带来的不良影响以及给家庭带来的困扰依然不容忽视。比如，富于攻击性的宝宝会成为被小朋友孤立的对象，致使他的攻击性行为增强，脾气更加暴躁；胆小、怕生的宝宝因为害怕与人接触，将自己封闭在一个相对比较小的世界，会变得越来越怪癖乖张；情绪紧张的宝宝成天受不良情绪的影响，慢慢地就会失去积极探索与学习的热情……即便宝宝的这些行为还不能归于问题行为的行列，但是它们仍然可能给父母带来很多的困扰与烦忧。怎样面对宝宝的这些行为，怎么样处理这些问题是每个父母都要面临的现实。

宝宝断不了奶怎么办？

情景描述

妈妈要上班，加上奶也快没了，琢磨来琢磨去，妈妈还是决定给1岁半的咪咪断奶。一些传统的办法想尽了：将宝宝交给保姆，妈妈自己独自躲到外婆家；在乳头上抹辣椒水；饿着宝宝，逼他喝牛奶……反正能想的办法全都想到了，可是咪咪还是不肯喝牛奶，见了妈妈更是没命地往妈妈怀里钻。那模样让妈妈心酸又心痛，恨不得就此放弃给宝宝断奶的念头才好。

点评

无论对宝宝还是妈妈来说，断奶都是一种考验。因为断奶，有的宝宝饿得哇哇直哭，见了妈妈就发奶瘾，于是，做妈妈的只好狠心地将宝宝送到别处或自己躲出去……种种痛苦之状不一而足。人本主义心理学家马斯洛把人的需要分为五个层次，即生理的需要、

安全的需要、爱与归属的需要、尊重的需要和自我实现的需要。人的需要中最基本的是生理需要，是需要的最低层次。生理需要获得相当的满足后，安全的需要随之而生。个体需要免于威胁和孤独，寻找保障，免于他人的侵犯。个体年龄越小，对较低层次的需要就越迫切。因此，宝宝出生以后，除了明显地表现出对生理需要的追求外，还明显地表现出对安全的需要。

宝宝最初生活的环境在母体内，当宝宝还是胎儿的时候，他就已经熟悉了妈妈的一切，如妈妈的心跳声、呼吸声等等。宝宝出生后又吮吸着妈妈香甜的乳汁，听着妈妈温柔的声音，享受着妈妈的爱抚……宝宝习惯了这一切。每当宝宝处在妈妈怀抱中的时候，他就会感到特别的温暖、安全。加上这个时期的宝宝还不具备照料自己的能力，如果与妈妈分离，他就会敏感地发现自己处于危险的境地，于是寻求安全的本能使他妈妈表现出强烈的依恋感。因此，如果没有做好断奶前的准备，就突然给宝宝断奶，必然会影响宝宝的情绪，宝宝大哭大闹也就是情理之中的事情了。

断奶对婴儿来说是一个非常重要的时期，是婴儿生活中的一大转折。断奶不仅仅是食物品种、喂养方式的改变，更重要的是断奶对宝宝的心理发育也将产生重要影响。这就是为什么心理学家将此过程称为第二次母婴分离的原因。宝宝在吮吸乳汁的同时不断地与妈妈进行感情交流，获得母爱，这对婴儿身心发育意义非凡。如果断奶方法不得当，不但宝宝心理上难以适应，甚至还会给宝宝的身体健康带来一些负面的影响。比如，有的妈妈在奶头上涂辣椒、红药水、紫药水或黄连水等等，试图以此断绝宝宝想要继续吃奶的幻想，这都是不恰当的方法，会给宝宝心理上带来极大的伤害。宝宝除了因此哭闹、感到恐惧、不安之外，还会以吮吸手帕、被头及妈妈的衣物来获得安慰，甚至形成日后难以纠正的异常行为。

解决策略

1. 做好断奶准备

给宝宝断奶不能急于求成，而应该提前准备，采取小步递进的办法，给宝宝比较宽松的过度时间。专家认为，婴儿会在出生前4个月形成非常牢固的饮食习惯，如果在此期间除母乳之外没有使用过奶瓶，或接触过其他食物，今后将很难扭转宝宝对母乳的依赖。因此，从宝宝3个月开始，父母就要及时给宝宝添加各种辅食，让宝宝逐渐习惯其他食品的味道。适时添加辅食对婴儿生长发育非常重要。

辅食的种类和数量也应随着婴儿月龄的增长而增加。随着辅食数量与种类的增加，宝宝会逐渐减少对母乳的依赖。比如，宝宝3个月开始可以适当给宝宝添加些牛奶、果汁和米汤等辅食，宝宝一开始不习惯也没关系，给宝宝尝尝味儿就可以，因为这时添加辅食的主要目的是为了对宝宝的味觉进行刺激。到宝宝半岁以后，就可以考虑给宝宝添加一些固体食物比如磨牙饼干等等，并逐渐增加辅食的种类与数量。到宝宝11-12个月时，断奶的时机就基本成熟了。妈妈在断奶的初期，可在添加辅食的同时，逐渐减少母乳喂养的次数，逐渐过度到完全断奶。及时添加辅食的宝宝对母乳的依赖会相对比较弱，断奶也比较顺利。

2. 让宝宝体验安全感

在心理上，父母要把断奶看成是宝宝成长过程中一个十分自然的阶段，因为父母的焦虑情绪会给宝宝带来很多负面的影响。当宝宝对母乳以外的食物味道感兴趣的时候，父母可以用适当的语言进行诱导和强化，使宝宝尝试别的食物行为受到鼓励和表扬，并因此感受到快乐，让宝宝在心理上将断奶当作一个自然的过程，而不

是妈妈试图与他分离的借口。与此同时，在宝宝准备断奶期间应避免母婴分离，家里的其他亲人也应有意识的多与宝宝接触，经常带宝宝去公园，接触大自然，开阔眼界，跟宝宝一起做游戏等等，让宝宝在与其他亲人接触的过程中感受到除了妈妈之外的疼爱，以此培养宝宝的安全感以及对其他家人的信任感。

3. 断奶可从白天开始

1-2岁的宝宝从爬行、蹒跚学步到自由行走、玩耍，他的活动范围逐渐扩大，对周围各种事物的兴趣逐渐增加。宝宝一般白天自由活动的时间比较多，活动的空间也比较大，他对妈妈的依恋相对比较弱，因此，断奶可以先从减少白天喂母乳次数开始，逐渐过度到夜间。此外，断奶期间，家人可以在白天多设置一些宝宝感兴趣的游戏来转移宝宝注意力，弱化宝宝对母乳的依赖情绪。

4. 给宝宝正确的心理暗示

经常告诉宝宝：“你已经长大了，不用吃妈妈奶了。”断奶期间不要让宝宝看到或触摸母亲的乳头。当宝宝看到别的小宝宝吃奶时，妈妈可以及时地诱导宝宝：“小弟弟还小，所以要吃奶。你长大了，不用吃奶了”。妈妈还可以给宝宝买一些相关的故事书，给宝宝讲一讲，让宝宝从心理上接受断奶的现实。

宝宝逮着什么都吃怎么办？

情景描述

玲玲喜欢把小手够到的任何东西往嘴里放。这不，妈妈刚刚把她伸进嘴里的玩具拿掉，她随手抓起身边的衣服就塞进了嘴里。妈妈把衣服拿走，玲玲一时找不到什么可以放嘴里的物品。不过这可难不到她，你看，她小手一抬就伸进嘴里，滋滋有味地吃了起来。

点评

几个月大的宝宝，其主要活动就是口腔活动。他会从吮吸、吞咽、咀嚼等口腔活动中获得满足。宝宝的这种口腔活动可能会延续到1岁左右，个别的时间会更长。口腔是宝宝的快感中心，吃“东西”则是这个年龄段宝宝的最基本的需要。因为宝宝无法走动，活动范围小，他能拿到手中的物品十分有限，加上他也无从分辨什么可以放进嘴里，什么不能放进嘴里，因此，不管抓着什么东西，宝宝都习惯往嘴里放。这是这一时期宝宝的一种正常的生理与心理需