

隔代教育丛书

“隔代教育”作为一种客观存在的家庭教育方式，对孩子的个性发展有着极大的影响。本书针对大多数现代家庭中由老人帮助带孩子的现状，详细介绍了老人应了解的科学育儿知识、最佳育儿方案等，解答了0—4岁婴幼儿养育的约500个问题。

我给 带孩子

周艳等 编著



农村读物出版社

隔代教育丛书



我给 孩子 带 孩子



周艳 等编著

农村读物出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我给孩子带孩子/周艳等编著. —北京: 农村读物出版社, 2006. 3

(隔代教育丛书)

ISBN 7-5048-4866-2

I. 我... II. 周... III. 婴幼儿-哺育-基本知识
IV. TS976. 31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 017039 号

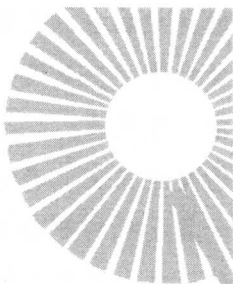
编者: 周 艳 李 丽 王本宏
刘艳方 白 玉 水 中

出版人 傅玉祥
责任编辑 李 娜
出版 农村读物出版社 (北京市朝阳区农展馆北路 2 号 100026)
发行 新华书店北京发行所
印刷 中国农业出版社印刷厂
开本 787mm×1092mm 1/24
印张 $10\frac{1}{3}$
字数 200 千
版次 2006 年 4 月第 1 版 2006 年 4 月北京第 1 次印刷
印数 1~5 000 册
定 价 15.00 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)



老人 怎样带孩子（代序）



当我们走在市区某个公园或者小区时，经常会看到祖父、祖母或外祖父、外祖母带着孙子、外孙玩乐的情形，祖孙两代，其乐融融。现实生活当中，许多家庭由于种种原因，年轻父母把孩子交给家里的老人抚养和教育，这种“隔代教育”会给孩子的成长带来什么样的影响呢？

老人们拥有丰富的社会阅历和人生感悟，这对于孩子的教育成长无疑是有益的。然而，由于他们的价值观念、生活方式、知识结构、教育方式与现代社会或多或少会有差别，另外，老人们在生理与心理上必然也带有老年人的特点，因此，隔代教育对孩子的个性发展难免会有一些负面的影响。

首先，现在大部分家庭都是独生子女，老年人更是将他们视为掌上明珠，捧在手里怕掉了，含在口中怕化了，简直将他们奉为家中的“小皇帝”。这样就容易陷入无原则的溺爱、迁就和过分



的保护之中，因而容易使孩子形成“自我中心”意识，导致自私、任性等不良个性，同时在某种程度上扼制了孩子的独立能力和自信心的发展；孩子容易形成依赖性，变得更加娇气，不利于孩子的健康成长。老年人对孙辈的溺爱和娇惯，也会造成孩子很难接受其父母的严格要求和批评，还容易形成感情隔阂和情绪对立，使正常和必要的教育难以进行。

其次，一般来说，老人们的观念相对滞后，往往会受到传统观念的思维模式和生活方式的束缚，不能很快跟上社会发展和观念更新的步伐。尤其是在农村，大多数老人们所受的教育程度不高，甚至是文盲。所以在与孩子相处时，不善于运用科学的、有创造性的方式引导孩子，也会影响孩子创新个性的形成。比如，当孩子正兴致勃勃地“破坏”一辆玩具汽车时，老人们总会加以阻止和批评。因为，在他们的思想中，一辆完美的玩具车不可以被“破坏”，并且认为孩子的“破坏”行为是一种不良行为，其实这样恰恰扼杀了孩子们探求事物特点的求知欲。

但是，任何事物都是一分为二的，隔代教育并不是完全没有好处，关键在于老年人的教育观念和教育方法。美国老年心理学专家阿伦·祖洛（《祖父与祖母：高峰生育期出生的一代如何当祖父母》一书的作者）认为：“与上一代比较，第二次世界大战后美



国生育高峰期出生的一代生活得更富裕、更健康、更活跃、心态更年轻。他们改变了祖父母这个概念的含义，他们不再是坐在摇椅上的白发老人了。”

上海中医药大学医学心理学教师曲玉萍则认为：“社会的变化改变了今天的祖父母。如今他们已很少是一副老迈的形象，寿命长了，健康状况不错，文化也高，如果乐意，他们完全有能力带好孩子，有水平教好孩子。这样对老少两代的身心健康都有好处，特别是像上海这样的国际大都市，越来越多的‘空巢’老人并无物质的忧患，却深受精神饥渴的折磨，让他们参与育儿，就是给他们创造一个丰富快乐的晚年生活。”

总之，“隔代教育”作为一种客观存在的家庭教育方式，对孩子的个性发展有着极大的影响。所以，我们应该清楚地认识到“隔代教育”的利与弊，在发挥其教育优势的同时，认真克服种种负面影响。

正是基于以上原因，我们根据老年人的心理及生理特征，结合中外经典科学育儿观念以及我国普遍家庭实际情况（主要是年轻父母工作繁忙，时间紧张），编著了本书。衷心希望每一位老年人读过本书后，在抚育下一代的同时，不仅能够享受天伦之乐，也能够让每一位孩子快乐、健康地成长。

目 录



用心呵护新生命——1岁以下婴儿哺育方案 1

老年人传统育儿误区 2

老年人科学育儿观念 3

● 营养饮食篇 4

水果可以代替蔬菜吗? 4

怎样为婴儿添加辅食? 5

怎样为婴儿制作精美辅食? 6

哪些食物含钙多? 9

婴儿进食肥肉、肝、肾有好处吗? 10

苦味食品有哪些好处? 11

怎样才能知道婴儿吃饱了? 12

婴儿营养有哪些特点? 13

怎样防止婴儿维生素C缺乏症? 14





- 怎样防止婴儿营养不良? 15
- 日常生活篇 15
 - 为什么要保证婴儿的充足睡眠时间? 15
 - 给婴儿洗脸应注意什么问题? 17
 - 为什么要给婴儿更换枕头? 18
 - 睡软床或弹簧床有什么害处? 18
 - 怎样让婴儿接受新添加的食物? 19
 - 怎样利用就餐环境纠正婴儿厌食? 20
 - 怎样做好婴儿的口腔护理? 21
 - 智力开发篇 22
 - 婴儿动作发育和智力发育有何关系? 22
 - 影响婴儿智力的因素有哪些? 24
 - 什么时候可以开发婴儿智力? 24
 - 怎样培养婴儿的感知能力? 25
 - 怎样培养婴儿的听觉能力? 26
 - 怎样培养婴儿的视觉能力? 28
 - 1岁以下婴儿益智游戏乐园 29
 - 综合素质篇 33
 - 老年人为什么要注意言行举止? 33
 - 怎样激发婴儿对音乐的兴趣? 34
 - 怎样培养婴儿的时间观念? 35
 - 怎样培养婴儿的劳动观念? 36
 - 婴儿需要培养同情心吗? 37
 - 怎样培养婴儿的发展能力? 38





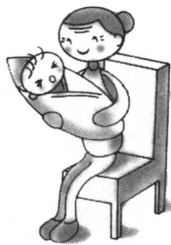
- 怎样培养婴儿的语言能力? 39
- 不良习惯篇 40
- 婴儿厌食怎么办? 40
- 婴儿为什么要咬人? 41
- 婴儿不好好睡觉怎么办? 43
- 婴儿总哭怎么办? 44
- 婴儿要人陪睡怎么办? 45
- 婴儿爱咬指甲怎么办? 46
- 婴儿对蔬菜不感兴趣怎么办? 47
- 疾病防治篇 48
- 婴儿腹泻怎么办? 48
- 婴儿痉挛怎么办? 50
- 婴儿出现水痘怎么办? 51
- 怎样防治百日咳? 53
- 怎样防治痲子? 54
- 怎样预防鹅口疮? 55
- 婴儿吃药不配合怎么办? 56
- 意外防护篇 57
- 婴儿出血怎样处理? 57
- 婴儿划伤或擦伤怎样处理? 59
- 婴儿发生休克怎么办? 60
- 婴儿窒息怎么办? 61
- 耳朵钻入小虫怎么办? 62
- 鼻子流血怎么办? 63





迈好人生第一步——1~2岁幼儿养育方案 65

- 老年人传统育儿误区 66
- 老年人科学育儿观念 67
- 营养饮食篇 69
 - 怎样给幼儿吃鸡蛋? 69
 - 夏季怎样为婴儿安排饮食? 70
 - 为什么幼儿不宜多吃冷饮? 71
 - 怎样为幼儿选择益智健脑食品? 73
 - 幼儿为什么要在睡前喝牛奶? 74
 - 幼儿能用饮料代替水吗? 75
 - 幼儿应该遵循哪些饮食原则? 76
- 日常生活篇 77
 - 怎样教幼儿学走路? 77
 - 怎样引导幼儿有规律地进食? 78
 - 幼儿挑食、偏食怎么办? 79
 - 为什么幼儿不宜长期穿开裆裤? 80
 - 怎样帮助幼儿度过夏天? 81
 - 怎样防治幼儿尿床? 83
 - 怎样训练幼儿大、小便? 84
- 智力开发篇 86
 - 幼儿智力体现在哪些方面? 86
 - 怎样对幼儿进行早期智力开发? 87
 - 怎样教幼儿学数数? 88





- 怎样给幼儿讲述故事? 89
- 怎样培养幼儿的语言能力? 90
- 怎样培养幼儿的记忆力? 91
- 怎样开发幼儿的音乐潜能? 93
- 1~2岁幼儿益智游戏乐园 94
- 综合素质篇 97
- 怎样培养幼儿的综合素质? 97
- 为什么要引导幼儿学画画? 98
- 怎样帮助幼儿克服恐惧心理? 99
- 怎样培养幼儿的勇敢性格? 100
- 怎样培养幼儿的独立性? 102
- 怎样培养幼儿的自我价值感? 103
- 不良习惯篇 104
- 怎样纠正吃饭的不良习惯? 104
- 怎样纠正幼儿浪费的习惯? 105
- 幼儿挑食怎么办? 106
- 幼儿“左撇子”需要纠正吗? 107
- 怎样改变幼儿的自虐行为? 108
- 幼儿不合群怎么办? 109
- 幼儿到处乱涂乱画怎么办? 110
- 疾病防治篇 111
- 幼儿哮喘怎么办? 111
- 幼儿腹痛怎么办? 113
- 幼儿出现麻疹怎么办? 113





- 怎样预防幼儿营养不良? 114
- 幼儿患上中耳炎怎么办? 115
- 怎样预防佝偻病? 115
- 幼儿抽风怎么办? 116
- 意外防护篇 117
 - 幼儿螫伤怎样处理? 117
 - 幼儿眼睛进入异物怎么办? 118
 - 幼儿耳朵进入异物怎么办? 118
 - 幼儿吞食异物怎么办? 119
 - 幼儿流血怎么办? 120
 - 幼儿膝盖擦伤怎么办? 122

早期教育作用大——2~3岁孩子教育方案 123

- 老年人传统育儿误区 124
- 老年人科学育儿观念 124
- 营养饮食篇 125
 - 怎样给孩子补充维生素 D? 125
 - 哪些元素可促进骨骼生长发育? 126
 - 孩子吃醋有哪些好处? 127
 - 怎样给孩子增加“非正餐”? 128
 - 喝豆浆有什么好处? 129
 - 怎样平衡孩子的膳食? 130
 - 哪些食物对孩子的眼睛有利? 131
 - 怎样为孩子制作美食? 131





- 多吃糖有哪些坏处? 133
- 为什么孩子饥饿时不宜吃甜食? 134
- 为什么不宜多吃巧克力? 135
- 日常生活篇 136
- 为什么要为孩子制定合理的膳食计划? 136
- 哪些孩子易患近视? 137
- 怎样保养孩子的头发? 138
- 怎样为肥胖的孩子安排饮食? 140
- 怎样为患病孩子安排饮食? 141
- 怎样帮孩子选购强化食品? 142
- 智力开发篇 143
- 为什么要进行早期教育? 143
- 早期教育的理论依据和原则是什么? 144
- 早期教育有哪些方法和手段? 144
- 如何培养孩子的动手能力? 146
- 怎样培养孩子的观察力? 147
- 怎样培养孩子的数数能力? 149
- 如何培养孩子的记忆力? 149
- 2~3岁孩子益智游戏乐园 150
- 综合素质篇 152
- 怎样培养孩子的自理能力? 152
- 怎样让孩子养成良好的生活习惯? 153
- 怎样让孩子学会懂礼貌? 154
- 怎样培养孩子的同情心? 155





- 怎样培养孩子的坚强性格? 157
- 不良习惯篇 158
 - 孩子依赖性太强怎么办? 158
 - 孩子喜欢撒谎怎么办? 159
 - 孩子“自闭”怎么办? 160
 - 孩子过分贪玩怎么办? 161
 - 孩子过分争强好胜怎么办? 162
 - 孩子任性怎么办? 163
 - 孩子厌食怎么办? 164
 - 孩子爱插嘴怎么办? 166
 - 疾病防治篇 167
 - 孩子呕吐怎么办? 167
 - 孩子便秘怎么办? 168
 - 怎样给皮肤过敏的孩子洗澡? 169
 - 怎样预防流行性腮腺炎? 170
 - 意外防护篇 171
 - 孩子切伤怎么办? 171
 - 孩子烫伤怎么办? 171
 - 孩子脱臼怎么办? 172
 - 孩子触电怎么办? 174
 - 孩子烧伤怎么办? 174
 - 孩子刺伤或扎伤怎么办? 175
 - 怎样为孩子消除瘀伤? 176





小荷初露尖尖角——3~4岁儿童优生方案 179

- 老年人传统育儿误区 180
- 老年人科学育儿观念 181
- 营养饮食篇 182
 - 儿童饮食牛奶应注意哪些事项? 182
 - 为什么儿童不宜多食油炸食品? 183
 - 过多食用冷食品有何危害? 怎样预防? 184
 - 儿童该不该多吃零食? 185
 - 怎样给儿童购买零食? 186
- 日常生活篇 187
 - 怎样为儿童选鞋子? 187
 - 怎样维护儿童的自尊? 187
 - 老年人可以打儿童的屁股吗? 188
 - 怎样培养儿童看电视的习惯? 189
 - 怎样为儿童使用护肤品? 191
 - 儿童喜欢抱小动物睡觉怎么办? 191
- 智力开发篇 193
 - 怎样培养儿童的想象力? 193
 - 怎样培养儿童的创造力? 194
 - 怎样培养儿童的阅读习惯? 195
 - 怎样培养儿童的注意力? 196
 - 怎样培养儿童的理解力? 197
 - 怎样培养儿童的鉴别力? 198





- 怎样激发儿童的学习欲望? 199
- 3~4岁儿童益智游戏乐园 199
- 综合素质篇 203
- 如何帮助儿童克服畏缩心理? 203
- 怎样培养儿童的健全人格? 204
- 怎样教育儿童面对困难或挫折? 205
- 怎样帮助儿童改变嫉妒心理? 206
- 为什么要从小教育儿童孝敬长辈? 207
- 怎样塑造儿童的自律性格? 208
- 为什么不要给儿童轻易许诺? 208
- 怎样改变儿童的抑郁心理? 209
- 不良习惯篇 211
- 儿童表现欲过强怎么办? 211
- 儿童倔强怎么办? 212
- 儿童吃饭难怎么办? 213
- 儿童虚荣心强怎么办? 213
- 儿童自恋怎么办? 215
- 儿童不肯承认错误怎么办? 216
- 儿童喜欢说脏话怎么办? 217
- 儿童有“暴力”倾向怎么办? 218
- 儿童行为莽撞怎么办? 219
- 疾病防治篇 220
- 怎样防治支气管炎? 220
- 儿童患上猩红热怎么办? 221





- 怎样发现儿童早期肝炎? 221
- 儿童怎样预防癌症? 222
- 儿童发高烧怎么办? 223
- 儿童牙痛怎么办? 224
- 意外防护篇 225
- 怎样为儿童扎绷带? 225
- 儿童手指受伤怎样护理? 226
- 儿童崴了脚怎么办? 227
- 儿童发生骨折怎么办? 228
- 儿童腰扭伤怎么办? 229
- 儿童冻伤怎么办? 229

