

家庭
百科全书

育儿一百问

Y U E R Y I B A I W E N

理解孩子的一举一动
关心孩子的智力发育
为孩子成才打下良好的基础



新疆人民出版社

家庭百科丛书

育儿一百问

梁基 编著

新疆人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭百科丛书/梁基 编著——乌鲁木齐;

新疆人民出版社,2004.3

ISBN 7-228-08596-8

I.育…… II.梁…… III.家庭—生活—知识

IV.C397

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 014875 号

编 著:梁 基

责任编辑:丁 璇

封面设计:北京顾与孟设计顾问

家庭百科丛书 育儿一百问

出 版:新疆人民出版社

(乌鲁木齐市解放前路 348 邮编 830001)

发 行:新疆人民出版社

印 刷:湖北省新华印刷厂附属装订加工厂

印 数:5000 册

开 本:880×1230 大 32 开

印 张:10 印

字 数:330 千字

版 次:2004 年 3 月第 1 版

印 次:2004 年 3 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 7-228-08596-8

总 定 价:96.00 元(全六册)

发现质量问题请与厂家调换

目 录

第一章 胎 教	1
什么是胎教	1
胎教与胎儿的性格	2
如何进行胎教	3
呼唤胎教的方法	4
抚摸胎教的方法	5
音乐胎教的方法	6
音乐是最有效的胎教	7
胎教与工作相结合	8
胎教与活动相结合	9
保持舒适平静的心境	10
艺术熏陶有益于胎教	11
父母应与胎儿积极沟通	12
父亲对胎儿的影响	14
胎教中应该注意的事项	15
 第二章 宝宝的健康成长	17
宝宝的前半岁（1—6个月）	17
“呀呀”学语的后半岁（7—12个月）	32

蹒跚学步的小幼儿(1—3岁)	40
第三章 幼儿的营养与健脑	62
1. 食物的选择与烹调	63
2. 新生儿喂养	81
3. 1~6个月宝宝的喂养	91
4. 7~12个月婴儿喂养中的问题	104
第四章 导正孩子的行为	115
1 幼儿园的生活与交友	115
2 不愿上幼儿园的对策	136
3 身体与心灵的问题	153
4 个性的改善	173
5 管教与其他事宜	199
第五章 帮孩子培养自信	216
1 婴幼儿时期	216
2 小学时期	248
3 中学时期	282

第一章 胎 教

什么是胎教

要生一个健康、可爱、聪明的孩子、不但要注意优生，同时要注意优育，而优育从胎儿期就应该开始。这就是人们平时所说的胎教。所谓胎教，就是控制母内外环境，免除不良刺激对胚胎和胎儿的影响，使胎儿身心得到健康发展。

胎教是一门新兴的学科。很多研究表明，胎儿在母体内是有知觉的。胎儿可因母亲身体、情绪的变化而发生变化；也可以结受外界的刺激，如声、光、触摸等，并作出反应；并能存贮记忆，一直到出生。这些就为胎教提供了科学依据和实施的条件。未来妈妈和家人的爱，良好而适当的刺激，启蒙性的教育，都能对胎儿的身心发育带来积极的影响，可以使孩子未出生就对各种事物感兴趣，并培养孩子理解事物的能力。

古人所说的胎教，是指孕妇在妊娠期间，为有利于胎儿在母体内的生长发育而对孕妇的精神、饮食生活、起居等方面所采取的有利措施，以便使母子的身心都得到健康的发展。

现代医学进一步把胎教广义地解释为孕妇保持心情愉快，生活有规律，饮食均衡，环境卫生、安静，创造最好的条件以保证胎儿的正常发育。

很早以前就有人发现，如果把孕妇心跳的声音事先录下来，等孩子出生后，当他啼哭、不安时播放这种声音，便能使之很快安静下来，说明胎儿在子宫里已习惯这种声音便能很快的安抚。

胎儿是在母体大环境中不断生长发育的，因此母亲的各种生理、

病理的改变，必然会对胎儿的成长产生影响，如果母亲发热、惊吓、恐怖、抑郁，那么胎儿成长就会受到母亲血液中肾上腺素、肾上腺皮质激素的影响，反之如果母亲身心愉快，那么胎儿所处环境良好，就有利于胎儿的正常发育。

胎教与胎儿的性格

母亲的子宫是胎儿的第一个生活环境，小生命在这个环境里的感受将直接影响到胎儿性格的形成和发展。如果这里充满和谐、温暖、慈爱的气氛，那么胎儿幼小的心灵将受到同化，意识到等待自己的那个世界是美好的，进而逐步形成了热爱生活、果断自信、活泼外向等优良性格的基础；反之，倘若夫妻间生活不和谐，不美满，甚至充满敌意和怨恨，或者母亲不欢迎这个孩子从心里排斥、厌烦，那么胎儿痛苦的体验到周围这种冷漠、仇视的氛围，随之形成孤僻、自卑、多疑、怯弱、内向等性格的基础。这对胎儿的未来会产生不利的影响。

因此，未来的父母应把握这一特点，为孩子一生的幸福着想，从现在起，尽力为腹内的小生命创造一个温暖、慈爱、优美的生活环境，使胎儿拥有一个健康美好的精神世界，使其良好性格的形成有一个好的开端。

胎儿在孕育过程中，性格、气质特点就开始萌芽，新近的研究表明，胎儿在子宫里有感觉，而且还能对母亲相当细微的一般情感差异作出敏感的反应。澳大利亚的洛特曼博士观察研究了114名妇女从妊娠至分娩的过程，并将她们分为4类：

第一类为理想母亲。心理测验证实她们盼望得到孩子。这类母亲怀孕时感觉最佳，分娩最顺利，生下的孩子身心最健康。

第二类为矛盾母亲。这类母亲表面上对怀孕很高兴，丈夫亲友也以她们乐意作母亲，可是，子宫里的胎儿却能注意到母亲潜意识里的矛盾情绪和母亲内心深处对他的排斥心理。

这些胎儿出生后，大部分有行为问题和肠胃问题。

第三类为冷漠母亲。这些母亲不想得到孩子，但她们的潜意识希

望怀孕。这两种信息在某种程度上全被胎儿接受。这些孩子生下后，一般情感冷漠，昏昏欲睡。

第四类为不理想母亲。这在母亲不愿意得到孩子。他们在怀孕阶段生病最多。早产率最高，生下的婴儿出现体重轻或情绪反常。

如何进行胎教

胎教是妊娠期间保健的重要内容之一，非常有利于优生优育。它包括孕妇良好的身心健康，夫妇双方提高对音乐、语言、思想情操各方面的修养，避免外界环境不良因素的刺激以及保证合理的营养等几个方面，其具体措施如下：

1. 创造舒适环境

室内颜色调和，四周保持整洁，最好摆设花卉、盆墙上挂着五官端正、活泼可爱的小儿照片，尽量使孕妇保持心情愉快。避免收看（或收听）情节紧张的电视（或广播）节目。因为孕妇期间情绪波动受到惊吓均可使肾上腺素分泌增加，减少子宫的血液流量，从而使胎儿受损。长期的情绪抑郁或愤怒可使肾上腺皮质激增多，不仅使胎儿体内蛋白质合成减少，而且还会造成兔唇、腭裂，甚至引起胎盘早期剥离而导致大出血。

2. 早期音乐

怀孕四个月的胎儿已具备听、视和触觉的能力，这时可对其进行早期音乐熏陶。优美的音乐不仅能使孕妇分泌更多的乙酰胆碱等物质，改善子宫的血流量，从而促进胎儿的生长发育，而且还能使胎儿子稳。音乐的节律性振动对胎儿的脑发育是一种良好的刺激，所以从妊娠4个月起便可于每天早晚将播放头（俗称喇叭）紧贴在孕妇腹部皮肤，响度以70—80分贝为宜，每次大约15分钟。

3. 增加视觉发育

现已有研究成果证明，把手电筒紧贴在孕妇腹部皮肤，用闪烁的光线照射胎儿，来不断增强胎儿视觉和大脑之间的联系，对孩子今后视觉的发育很有裨益。

4. 增加智力发育

经常抚摸胎体也有利于胎儿的智力发育。每天临睡以前，让孕妇平卧，全身放松，用双手从上而下，由中间向两侧反复抚摸胎体，然后对胎儿轻轻一按，这时胎儿往往会主动迎上来，也可轻轻拍摸胎体，然后轻按，每天坚持5—10分钟。通过抚摸能把触觉刺激传递给胎儿的大脑，反复的刺激能加强感受器与大脑的联系，从而使胎儿产生更牢固的记忆。实践表明，这样的孩子出生后往往比一般的孩子更聪明。

小宝宝是夫妇共同的结晶，因此在进行胎教时，丈夫也要积极参与。丈夫的抚摸和协助，对妻子心理上是一种安慰和鼓舞，丈夫的关怀，体贴会使妻子感到非常高兴，从而对孕妇的情绪产生良好的影响。

丈夫的积极参与往往是使胎教能坚持不懈、持之以恒的重要因素。因此，夫妇要相互配合，心灵交融，积极进行胎教，争取有一天能够欢欢喜喜地拥抱活泼可爱的小宝宝。

呼唤胎教的方法

呼唤胎教又可称为“母子对话”，是孕妇及其丈夫与胎儿的语言沟通。孕妇不仅可以把日常生活中的事，像讲故事一样讲给胎儿听，而且可以有计划地、由浅入深地向胎儿朗诵儿歌与童谣等等。

语言是人类区别于动物的根本特征，它在人的一生中起着极为重要的作用。人与社会相适应，人与人之间相沟通，这些都离不开语言。

因此，从小培养孩子的语言能力！那么，如何培养胎儿的语言能力呢？应从以下几个方面着手：

培养胎儿语言能力的捷径便是在胎儿期即对孩子进行语言诱导。

这种诱导包括两个方面的内容：日常性的语言诱导和系统性的语言诱导。日常性的语言诱导指的是父母经常对胎儿讲一些日常用语，系统性的语言诱导是有选择、有层次地给胎儿听一些简易的儿歌等。

日常性的语言诱导比较简单，通常可以在轻松愉快的环境中，对胎儿进行讲述。一般胎儿比较喜欢这种形式，能用似乎“陶醉”了的轻轻摇动来表示他的满意心情。胎儿好像特别喜欢父亲略带磁性的声音。所以，心理学家提出一项建议：请爸爸对胎儿讲话。它有利于孩子出生后与父亲建立亲切的关系。父亲与胎儿讲话，不仅能够增加夫妻间的恩爱，还能将父母的爱传达到胎儿那里，这对于胎儿的情感发育也有好处。

一般来说，这种谈话的内容是随意的，可以以轻柔的口吻问一些简单的话；例如：“小宝宝呀，你的手在哪儿？”、“你的头发长出来了吗？”、“你爱吃今天的饭吗？”、“你刚才听到那支曲子了吗？它叫《蓝色的多瑙河》；你听这支曲子美不美啊？你也想跟着唱吗？等你出生后妈妈就教你唱，好吗？”、“你一定要好好吃饭，长得又白又胖，以后做个聪明的孩子”、“你不会让爸爸妈妈失望吧？”……

抚摸胎教的方法

抚摸胎教是孕妇或其丈夫用手轻轻抚摸孕妇腔壁的胎儿部位，使胎儿感受并作出反应、抚摸胎教又被称为“胎儿体操”。抚摸胎教可以促进胎儿的运动神经发育。

抚摸胎教应选择在怀孕6个月以后，每天晚上胎动较频繁时进行。

孕妇应平躺在床上，全身放松，以双手从上至下、从左至右地抚摸胎儿。

胎儿在被抚摸以后，可能会有轻微的动作，而且经过一段时间以后，胎儿会与父母的动作相配合。

但如果胎儿反应剧烈，就要立即停止抚摸。开始时，即使胎儿无反应，也不可过于用力按压腹部，否则会有副作用。

抚摸胎教每次持续5—10分钟，每日1次。如配以轻松、愉快的音乐进行，效果更佳。注意，宫缩出现过早的孕妇不宜使用这种方法。

音乐胎教的方法

音乐胎教是一种利用优美音乐使胎儿受到良好的艺术熏陶的方法。

音乐对胎儿的智力开发具有积极的意义。音乐能刺激胎儿大脑皮层，促进脑细胞的发育及脑功能的发展。人的大脑两半球具有不同的功能：左半球的功能主要是语言、计算等，侧重于逻辑思维，也称“逻辑脑”；右半球的功能主要是艺术活动、空间关系等，侧重于形象思维，也称“情感半球”。由于人类大脑在长期的发展中形成了左脑较右脑更为发达的不平衡结构，因而对于大脑尚未发育完善的胎儿来说，以音乐开发其右脑，并使其左右脑得以平衡发展，对于胎儿出生后的智力发育来说，有着极为特殊的意义。

再者，音乐是一种直接作用于人的情绪的艺术。对胎儿来说，由于大脑皮层发育不完善，兴奋抑制过程不甚协调，往往容易兴奋——即胎动增加，不易抑制。因此，要善于用音乐调节胎儿的情绪，使胎儿获得兴奋和抑制过程的平衡。例如：经过一夜的睡眠、腹中的胎儿尚处于深深的抑制状态，这时应给胎儿听一些轻松的乐曲，使胎儿过渡到兴奋状态，孕妇也能精神饱满地开始一天的活动。孕妇睡觉前应听一些柔美的摇篮曲，以促使胎儿也进入睡眠状态。

研究发现，家长唱歌比放录音机、唱片的效果更佳。例如：家长经常给胎儿唱的歌，在胎儿出生后，对此歌的记忆可保持得更持久。因此，有可能的话，家长尤其是孕妇应自己唱歌给腹中的宝宝听。

音乐的选择。医学及声学、音乐工作者通过反复试验证明，胎教音乐应选择音量适中、格调清新、节奏舒缓的乐曲，而不宜使用节奏感强的打击乐或频率变化较大的交响乐，因后两者含有较多的尖锐噪音容易使胎儿疲劳。

目前，市场上已有几家专业机构出版的胎教音乐磁带，孕妇可以加以选择。对一般人来说，不要盲目以自己的好恶随意让胎儿听其他磁带。

音乐胎教方法。目前，实施音乐胎教有传声器法、教唱法、哼唱

法3种。传声器法即以胎教传声器为胎儿播放音乐。教唱法是孕妇轻轻哼唱歌曲，使胎儿感知母亲的优美歌声，以达到“母子共鸣”的效果。

实施音乐胎教时，孕妇应心情舒畅、精神充满着对胎儿的爱恋之情，以便使胎儿在亲切、安详的环境中接受熏陶。

关于胎教传声器。以前的音乐胎教使用录音机或耳机，这样播放的乐曲含有较多的杂音，音乐在播放中从频率到强度都不稳定。人们在长期实践中研制了一种专门用于音乐胎教的传声器，在一定程度上缓解了上述问题。胎教传声器在使用时将传声部位置于孕妇腹壁，使音乐传入子宫中。

使用传声器进行音乐胎教，应避免时间过长，一般每次5—10分钟即可，每日3次。时间过长易致胎儿疲劳。

音乐是最有效的胎教

音乐就是孕妇与胎儿建立最初联系和感情的最佳渠道。在各种艺术中，音乐有其特殊的位置，它是孕妇与胎儿之间不同语言的桥梁，能被胎儿所感受。

胎儿能记忆母亲的声音。它能感受到母亲腹内的韵律，其全身随着母亲的大血管分支的血液搏动而同步颤动。这种韵律不变的有规则的搏动，几乎在整个怀胎时期是胎儿的伴胎，是胎儿生活环境中重要的组成部分。

胎儿究竟能否听见声音，还不很清楚，但已经知道胎儿对声音有反应。有人测试胎儿的心跳，发现音乐可使胎儿心跳的频率发生变化，而且不论高、低调都会使其发生反应。受音乐的影响，胎动也会增加。

胎儿熟悉母亲的心音，也同样熟悉母亲说话或唱歌的声音，并一直保持到出生以后。在音乐的氛围中，父母子女之间会更和谐、融洽，感情能够得到有效的沟通。

有人曾经做过一个实验，给孕妇听音乐。2分钟后，孕妇的心跳

加快。如果在孕妇腹部子宫区放一共鸣器，5分钟后，胎儿的心跳也加快。

音乐的高调和低调（包括成人听不见的低调），胎儿都有反应，受音乐的影响，胎儿也发生变化。

父母对着胎儿唱唱歌，说说话，选择音乐同胎儿进行“交谈”和思想感情交流，可减少初产母亲对胎儿的生疏感。平时，由于胎儿的特殊环境与地位，胎儿所“听”到的声音，大部分是母体传来的，胎儿熟悉母亲说话和唱歌的声音，就像熟悉母亲的心音一样，父亲对胎儿唱歌，虽然其声音传到胎儿，不如母亲那样直接，但也有良好的作用，在这样的气氛中，父母和子女间会更加和谐融洽。也有选择录音机和唱片提供音乐和韵律的，但这样缺少胎儿最需要的温暖和直接接触，所以，最好还是由亲人自己来完成。孕妇唱歌或哼哼曲调，比说话更能直接地表达感情。所以，从某种意义上说，音乐是给胎儿的另一种语言。

人类需要音乐，胎儿需要音乐，不通过音乐给孩子以快乐的刺激和安慰，等于不教孩子说话。即将做父母的夫妇们，你们应该让自己的孩子在音乐声中，在你们的交谈中，健康幸福地出生、成长。

胎教与工作相结合

任何不利于孕妇及胎儿健康的工作都要避免。

每天早晨起床后，孕妇一定要吃一顿丰盛的早餐。牛奶、豆浆、鸡蛋应好好搭配，做到营养丰富，能量充足。

如果早餐吃不饱，会使孕妇血糖低，能量供应不足，造成头晕、疲倦等。临出门时，别忘了在包里放根香蕉或饼干。另外，要多带件衣服，以防受凉感冒。

如果工作单位离家不远，可以步行上班。骑自行车运动量大，而且不太安全；挤公共汽车会压迫腹部，车内空气也不太新鲜。步行是孕妇最佳的运动方式，其运动强度对孕妇来说很合适，而且可以呼吸新鲜空气，加快新陈代谢，对孕妇及腹中的宝宝是很有益的。

在工作时要量力而行。一旦感觉到累了，就得放下手中的活歇一歇。工作时，吃点东西，如香蕉、苹果、饼干等，再去室外散散步，晒晒太阳，呼吸一下新鲜空气。

中午如不能回家，丈夫不在身边，要学会照顾好自己，尽量做到饭菜营养丰富，而且要合胃口。最好能睡个午觉，这对孕妇非常重要。

实在做不到，也要趴在办公桌上打个盹，将腿伸直，保证良好的休息。

下午下班回家后，孕妇也应注意休息，许多家务活应由丈夫代劳。

原先，换煤气、买米、买面是丈夫的工作，现在当然还是由他来做；拖地、擦洗门窗，还有上街去买为生产而准备的毛巾、脸盆，为宝宝买衣服、玩具，也应由丈夫来完成。妻子呢，也有许许多多零碎的活要做，如擦桌椅、扫地、拣菜，还要为小宝宝做尿布、小衣服、小被子。孕妇心里应清楚什么是为生产而必须准备的，要为小宝宝添置哪些东西。但此时一定要避免撞击腹部。

总之，孕妇一定要注意休息，但也不要太娇气，总躺在床上不工作、不活动，那样也是不可取的。那样不仅起不到好的效果，还会造成许多疾病。长期不活动，身体消耗能量少脂肪堆积起来，会得肥胖症；肌肉松弛，腹部没有力量，会造成生产困难。所以，必要的工作、活动还是应该有的，而且紧张一点的生活给人带来的愉快，对孕妇和胎儿是很有益处的。

分娩前1—2周时，孕妇要停止工作了。这时孕妇会感到疲惫不堪，而且随时有分娩的可能。因此，必须随时做好准备工作。

胎教与活动相结合

孕妇操持家务和上班虽有一定的运动量，但是“活动”有它独特的作用，它是一种全身心的运动，不能被工作所代替。

适当的运动对每一位孕妇都不难做到。你只要能做到每天半小时

的散步和每天 10 分钟的体操，便可达到增加活动的作用。

散步是妊娠期间最理想的运动。每天在一个恬静、清洁、美丽的地方，一边呼吸新鲜空气，欣赏四周的风景，一边缓缓地悠闲地走着，这是多么轻松、愉快的享受呀！散步能使你的烦闷消除，精神振作；还可以产生适度的疲劳，帮助你进入甜美的梦乡。不仅如此，散步还可以帮助消化、促进血液循环。它不会发生危险，只要避免走得太急和身子过度的振动就可以了。骑马、登山等体育运动是否适于孕妇，还要做具体分析。但孕妇最好不要骑马、开摩托车，因为一旦摔下来。就会造成极大的危险。技术不太熟练的话，也不要滑冰、骑自行车。

如果你有打网球的习惯，打一打也无妨。不过，千万别累着自己。

孕妇最好不要进行日光浴。因为这时做这项运动，非但不会达到健美皮肤的目的，脸上还会出现黄斑等。

保持舒适平静的心境

孕妇应该培养自己心平气和的心境，不要轻易动怒，要学会以宽容的态度对待别人。同时，怀孕的妇女都有一种升华了的母爱感、崇高感，这在无形中增强了孕妇抵御不良情绪的能力。

孕妇应注意与丈夫间的感情。

孕妇和丈夫之间应该有良好的感观交流，要互相理解、相互信任、体贴入微、相敬如宾。丈夫在妻子怀孕期间，应该主动承担较重的家务劳动。妻子不应存有“怀孕有功”的念头，适当地做些较轻的家务活也是有益无害的。丈夫下了班，妻子可以温柔地问一声：“累了吧？”然后递上一杯热开水。这时丈夫即使再疲劳也不觉得累了，对怀孕的妻子也就更加体贴、关心、爱护。如果在这些生活琐事上处理得当，便会使这一时期夫妻的感情加深，从而使夫妻双方彼此感到更幸福和美满。孕妇的情绪也就会处在适合胎儿生长发育的最佳状态了。

孕妇还要注意培养自己处理冲突的良好心理素质，例如从心底消除抵触情绪，这是恢复夫妻间正常关系的先决条件。孕妇应从丈夫的角度出发，理解丈夫，这也就意味着“宿怨勾销”。丈夫自然会感到内疚，于是和好如初。

艺术熏陶有益于胎教

胎儿在母体内可以感受到母亲的举动和言行的。孕妇在怀孕期间所作所为都可以直接影响到胎儿生活的性格、习惯、道德水平、智力等各个方面。这不仅可以从母亲输送给胎儿血液的化学物质的变化看出来，也可以从孕妇从事体力劳动引起胎动异常的感觉中体会到。

那么，孕妇如何提高自己各方面的修养呢？应在学识、礼仪、审美、情操等各个方面全面发展。

1. 多阅读好的文学作品

孕妇应多阅读一些引人入胜的文学作品。这不仅可以充实丰富孕妇自己的生活，同时也熏陶了腹中的宝宝，让他也感受这诗一般的语言、童话一样美的仙境，而且还会刺激胎儿快速地生长，使其大脑的发育优于其他胎儿。由于这种教育使胎儿事先拥有了欣赏美的意识，出生后一段也比其他婴儿聪慧、活泼、可爱。孩子与母亲的关系也会因此而倍加亲密。

好书又可分为以下几类：伟大人物的传记，优美的诗歌、儿歌，令人神往的童话和神话，鼓励人向上的世界名著，著名的山水和名胜古迹游记，精美的画册等，这些都能达到熏陶宝宝的作用。

2. 多听优美的音乐

音乐是胎儿的“特殊营养”。让孕妇听音乐，作为胎教的一个部分已被不少年轻夫妇所采用。怀孕初期，孕妇应该每天听一些欢快、优美动听的音乐或活泼有趣的儿歌、童谣，并随着轻轻歌唱。妊娠中期，孕妇和胎儿听的胎教音乐内容可以丰富一些，种类可以多一些，胎儿最容易接受父亲低音唱歌和小提琴独奏曲等。妊娠后期，孕妇面临分娩，情绪紧张，胎儿发育逐渐成熟，体重增加，又会使孕妇感到

劳累。为此，这个时期可听一些在音色上柔和的音乐，这种音乐具有安抚性，可以平和孕妇的心境。

3. 多哼唱喜爱的抒情歌曲

孕妇哼唱歌曲将会收到十分满意的效果：一方面，母亲在自己的歌声中陶冶性情，获得良好的胎教心境；另一方面，母亲在唱歌时产生的物理振动和谐而又愉快，使胎儿从中得到感情上和感觉上的双重满足。孕妇哼歌时心情要轻松愉快，富有感情，好像面对着未来的小宝宝，倾述满腔母爱。同时，孕妇要想象腹中胎儿正在静听着自己的歌声，从而达到与爱子心音的谐振，达到心灵的共鸣。

父母要与胎儿积极沟通

父母要与未来的孩子建立深厚的感情，在孩子还是腹中胎儿时就要进行感情沟通。

1. 用声音与胎儿沟通

据研究，孕妇自妊娠6个月起，胎儿就开始不断“凝神倾听”。妊娠期间，母亲的腹内（子宫）是一个非常“嘈杂”的场所，因此，有大量的声音传入胎儿耳朵。在众多声音中，最为嘈杂的是母亲胃内发出的咕噜声音。另外，即使是父母比较微弱的谈话声，胎儿也会全神贯注地倾听。

然而，支配胎儿所处环境的声音是母亲那富有节奏的心脏搏动声。如其节奏正常，胎儿就会知道一切正常，便会感到所处环境安全而无忧虑。

随着现代医学的发展，借助于B型超声波诊断仪，人们已能观察到胎儿在母体子宫内的活动情况，以及吞吐羊水的有趣模样。胎儿能接受外界刺激，并作出反应。当胎儿听到声响时，胎儿心音会变快；听到汽车的喇叭时，会出现频繁胎动；用光照射孕妇的腹部，胎儿会有眼球活动。

总之，胎儿对母体及母亲的声音具有依赖性与敏感性，其声音系统的形成也直接受其影响。