



科文健康文库

国际权威育儿机构推荐图书

科文图书

美国儿科学会


[美] 斯蒂文·谢尔夫 (Steven P. Sherry)

医学博士 主编

2~5岁

养育幼儿宝宝

The American
Academy of Pediatrics:
Caring for Your Toddler

 中国劳动社会保障出版社



科文健康文库

科文图书

American
Academy of Pediatrics:
Caring for Your Toddler


美国儿科学会

[美] 斯蒂文·谢尔夫 (Steven P. Shelov)

医学博士 主编

2~5岁

养育幼儿**宝宝**

 中国劳动社会保障出版社

著作权合同登记号：图字 01 - 2004 - 1590 号
图书在版编目 (CIP) 数据

美国儿科学会养育幼儿宝宝 / (美) 谢尔夫 (Shelov, S. P.) 主编; 满国彤等译. —北京: 中国劳动社会保障出版社, 2004

科文健康文库

书名原文: Caring for your toddler

ISBN 7 - 5045 - 3226 - 6

I. 美... II. ①谢... ②满... III. ①儿童 - 生长发育 - 普及读物
②儿童 - 护理 - 普及读物 IV. R174 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 014920 号

This publication is a translation of
Caring for your toddler

©1998 by the American Academy of Pediatrics

This translation reflects current practice in the United States of America
as of the date of original publication by the American Academy of Pediatrics.

The American Academy of Pediatrics did not translate this publication into the language
used in this publication. The American Academy of Pediatrics disclaims
any responsibility for any errors.

中文简体字版权©2003 科文 (香港) 出版有限公司
中国劳动社会保障出版社出版

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码: 100029)

出版人: 张梦欣

*

北京科文剑桥图书有限公司承销

(北京安定门外大街 208 号三利大厦 邮政编码: 100011)

购书热线: 010 - 64203023

*

北京民族印刷厂印刷装订 新华书店经销

787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 11 印张 238 千字

2004 年 4 月第 1 版 2004 年 6 月第 2 次印刷

定价: 19.00 元

读者服务部电话: 010 - 64929211 发行部电话: 010 - 64911190

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话: 010 - 64911344

作者提醒

本书所包含的信息是对儿科医生建议的补充，但并不能代替儿科医生。在进行任何医疗措施之前，应该就您个人的需要以及儿童的症状与治疗措施咨询儿科医生。假如您对本书所提供的关于儿童的任何问题有疑问的话，也请向儿科医生咨询。

本书所提供的信息和建议对男女儿童均适合（除非特别指出）。

美国儿科学会一直注视着最新的科学证据并对所提出的建议进行合理的调整。例如，新生儿疫苗的未来研究和发展的有可能改变当今的疫苗接种措施，因此本书中所描述的疫苗接种计划也会相应改变，为了您的孩子的身体健康，请经常与儿科医生联系，以便获得最新的信息。

前 | 言

Foreword

《美国儿科学会养育幼儿宝宝》是美国儿科学会开发的系列儿童养育丛书的其中一册，本系列图书的其他两册内容包括从学龄前到少年，以及从少年到成年等。

美国儿科学会是一个由 53 000 名从事维持婴儿、幼儿、少年和青年的成人体格、精神和社会生活健康的儿科医生、儿童医学专业人员和小儿外科专家组成的组织。这本书是美国儿科学会为父母提供的关于一系列儿童健康话题继续教育的组成部分之一。

这本书与书架上众多同类图书的不同之处在于，它是由美国儿科学会的众多专家共同开发，由 6 名资深编辑在 75 名儿科专家的帮助下开发了最初的资料，最后的稿件经过无数儿科专家的修订而成的。由于儿科的医疗信息不断更新，所有的努力都致力于使该书可以提供最新的医疗信息。

我们希望本书成为父母育儿时的无价之宝，我们深信本书提供了儿童养育和儿童健康方面的最好资料，读者肯定会发现，本书对于育儿极为有用，我们鼓励读者在应用本书的同时，一定要听取关系自己孩子健康的儿科医生的建议和帮助。

Joe M. Sanders, Jr., M. D.
美国儿科学会执行主席

Content

目 录

前言 / I

1. 第 2 年 / 1

生长发育 / 2

身体外观和生长 / 2

运动 / 2

手和手指的技能 / 3

语言发育 / 4

认知发育 / 6

社交能力发育 / 7

情感发育 / 9

基本护理 / 12

喂养与营养 / 12

做好卫生间技能培训的准备 / 17

睡眠 / 18

行为 / 19

约束 / 19

孩子发脾气时的处理方法 / 21

家庭关系 / 23

免疫接种 / 24

安全检查 / 24

2. 2 ~ 3 岁 / 26

生长发育 / 26

身体外观和生长 / 26

运动 / 31

手和手指技能 / 32

语言发育 / 33

认知发育 / 34

社交能力发育 / 36

情感发育 / 36

基本护理 / 39

喂养与营养 / 39

饮食补充 / 42

牙齿发育和牙齿卫生 / 42

卫生间技能训练 / 43

睡眠 / 44

约束 / 46

上学前的准备 / 46

家庭关系 / 50

新孩子 / 50

英雄崇拜 / 51

探访儿科医生 / 51

免疫接种 / 52

安全检查项目 / 52

3. 3 ~ 5 岁 / 53

生长发育 / 54

身体外观与生长 / 54

如何测量孩子的身高 / 54

3 ~ 4 岁 / 55

运动/55

手和手指的技能发育/56

语言发育/57

认知发育/59

社交能力发育/61

情感发育/63

4~5岁/65

运动/65

手和手指技能/66

语言发育/67

认知发育/68

社交能力发育/69

情感发育/71

基本护理/73

饮食和营养/73

卫生间技能培训结束以后/75

尿床/76

睡眠/77

约束/79

进入幼儿园的准备/80

与学龄前儿童一起旅行/82

拜访儿科医生/83

免疫接种/84

安全检查/84

4. 保证孩子的安全/85

孩子为什么受伤/86

家庭内的安全/88

从一个房间到另一个房间/88

护理/88

厨房/91

浴室/91

车库和地窖/92

所有的房间/92

儿童用品/94

高椅子/94

婴儿座/95

婴儿用围栏/95

步行器/96

假乳头/96

玩具箱/97

玩具/97

户外安全/98

汽车座/98

选择汽车座/99

安装汽车座/99

1997年汽车座位购买指南/100

安全座位的使用/101

儿童运载工具——后背式和前抱式背包/103

婴儿车和婴儿车架/103

购物手推车安全事项/104

两轮车和三轮车/104

操场/105

家庭后院/106

防水/106

对动物的安全防护/108

5. 为孩子寻找兼职看护/109

期望看护者做什么：对学步儿童和学龄前儿童的指引/110

兼职看护的选择/110

家庭内看护/111

儿童看护中心/113

做出最后的选择/114

与孩子的看护者建立关系/117

解决你和看护者之间的冲突/120

孩子生病时应该做什么/122

- 控制儿童看护计划中的传染性疾
病/123
 - 普通感冒、流感和其他呼吸道感
染/123
 - 腹泻/124
 - 皮肤和眼睛感染/124
 - 肝炎/124
 - 巨细胞病毒感染/124
 - HIV (艾滋病病毒) 和乙肝病毒/124
- 预防和处理儿童护理过程中发生的损
伤/125
- 具有特殊需要的孩子的兼职看护/127
- 6. 开发孩子的智力/129
 - 令人惊奇的小宝宝/129
 - 聪明从哪里开始/130
 - 优生/130
 - 迎接新生儿/132
 - 早产/140
 - 如何发展能力/141
- 心理的形成/143
 - 语言/144
 - 脑和心理/149
 - 关于智商 (IQ)/151
- 发现的乐趣/155
 - 鼓励发现/156
 - 头脑风暴法/158
 - 走进幻想/159
 - 独立和顺从/160
 - 游戏/161



第2年

当孩子进入第2个年头，蹒跚学步时，他会劲头十足地开始爬行走路、甚至能说一点话。当他变得越来越独立的时候，对你无条件地爱慕和依赖的时间就屈指可数了。

当你考虑到和孩子的冲突将要来临时，会有既悲伤又兴奋的感觉——更不用说还有一丝紧张。事实上，你也许已经为这些冲突变得心神不定。例如：你试着从他那儿拿走一些东西时，他就会尖叫以示抗议；或者从一扇危险摇摆的门边拉开他时，他可能会不听你的警告而立即返回那里；或者给他最爱吃的早餐和香蕉时，他也许会出乎意料地拒绝。这是他自我控制的早期经历——测试你的忍耐限度并发现他的独立能力。

在孩子最初几年的大部分时间内，他将一直探索你坚持原则的界限以及他自己的身体状况和发育水平。这个试验将慢慢地开始，你们双方都有时间适应他日益强化的独立意识。作为一个初学走路的孩子，他对从直立体位所观察到的这个世界非常感兴趣。可是，这种好奇心常常引他进入一些禁区。记住：这种淘气的行为不是有意的，他很想让你告诉他什么可以或什么不行，并且想让你保证他的安全。

但是当他感到有把握行走时，他也会表现出更加独断专行的征象。18个月时，他很有可能选择“不”作为他最喜欢的词汇，大约2岁时，当你违背他的意愿让他靠近你时，他会发怒。

初学走路的孩子对自己的玩具和亲近他的人会表现得非常自私。看到你抱其他孩子，他就大哭；如果其他孩子拿了一个很好玩的玩具，他会竭尽全力地去争夺。再过几个月，随着词汇的增多，他最爱用的词就是“我的”。

现在，他的词汇虽然增加很快，但仍然有限。只有你使用清晰而简单的语言说话时，他才能够理解你所表达的大意，并且你也可能理解他对你说的话。难以置信的是一年后你和孩子就可以进行流畅的交谈。

生长发育

身体外观和生长

在宝宝将要1周岁时，生长速度开始减慢。从现在开始直到下一个生长高峰（少年期），他的身高和体重应稳定增加，但不如最初几个月那么快。在4个月左右体重增加4磅（1.8千克）的婴儿，在第2年的体重增加总量可能只有3~5磅（1.4~2.3千克）。继续每月坚持测量孩子并绘制在前面的生长图表中，判断发育是否遵循正常的生长曲线。你会发现与婴儿早期相比，正常发育的范围会更大。

15个月时，女孩的平均体重大约是22磅（10千克），身高大约31英寸（77.5厘米）；男孩的平均体重大约是24磅（10.4千克），身高31英寸（78厘米）。以后每3个月，孩子的体重就增加大约1.5磅（0.7千克），身高增加大约1英寸（2.5厘米）。到2岁时，女孩的身高大约是34英寸（88厘米），体重为27磅（12.2千克）；男孩的身高能达到36英寸（88厘米），体重大约为28磅（12.6千克）。

在第2年期间，宝宝的头部生长也会特别慢。尽管一年内头围有可能只增加1英寸（2.5厘米），但到2岁时，他的头围将达到他成年时的90%。

然而，初学走路的孩子容貌的改变比身高体重变化大得多。12个月时，他虽然会走路或者会说几句话，但看起来仍像一个婴儿。头部和腹部仍然是身体的最大部位，站立时，他的腹部仍然突出，比较而言，他的臀部仍然很小——至少在他不用尿布时仍然如此！他的腿和胳膊既短又软，好像没有肌肉，而部软而圆。

当他活动增加时，上述情况都会发生变化，肌肉逐步发育，婴儿时期的脂肪逐渐减少。腿和胳膊逐渐加长，脚不再扭向一边，而是走路时朝前了。脸变得比以前更有棱角，下巴也显露了出来。2岁生日时，他的外貌很少遗留有婴儿的痕迹。

运动

如果孩子周岁时还没有开始走路，那么一岁半以前他应该学会。事实上，2岁期间的主要成就是掌握完美的走路技能。如果他已经开始学习走路，可能还要1~2个月时间，他才能不

需要何帮助地站立和顺利行走。然而，不要期望他按照你想像的方法去做。他的做法是：把手放在地上，伸直胳膊，高高地掀起屁股，然后将腿拉到身子下面。最后，直起腰离开地面，将腿伸直。

开始他确实是初学走路者，与熟练走路的孩子完全不同。开始时不是迈大步，在向前走动时，两腿之间的距离很宽、脚趾向外、东倒西歪。刚开始走路时，似乎既慢又小心，但很快就开始加速。事实上，即使你需要小跑才能跟上他也不要感到吃惊。

当然，对于一个初学者来说，摔跤是不可避免的。在表面不平的地面上行走，更是一个挑战。首先，孩子应该在诸如不平的地毯表面或者进入其他房间的斜坡上行走，但几个月以后，即使他上下楼梯或者拐弯都不会摔跤了。

开始时，也不要指望孩子在行走期间能够使用他的手。一段时间后，他就使用手臂保持平衡（弯曲手臂并保持和肩膀一样高的水平——“高度防卫”体位）、毫无问题地用手拿、玩耍或者拣起玩具。然而2-3个月以后，他就能完全控制自己：不仅能弯下身子捡东西、拿着玩具到另一个房间，而且还能够推拉玩具车、横着行走或者后退、甚至在行走时扔球。



在他迈出第一步6个月以后，孩子的行走方式就更加成熟。在行走时，他的双脚靠得更近，步态更加稳定。在你的帮助下甚至可以上下楼梯。可是，在他尝试自己爬楼梯时，只能手膝并用地匍匐前进，一级一级地上下。虽然在3岁以前他跑得不是很好，但过不了多久，他就会以碎步的方式，僵直地向前跑了。到2岁时，你的孩子就可以走得很好了。感谢上帝！一年前他刚刚学走路啊！

手和手指的技能

如果孩子周岁时掌握了大部分运动技能，就很容易对他手部技能的细微变化视而不见，这些技能可能是单纯的运动，也可能是手-眼协调运动。获得这些技能可使他更加随意和精确地检查物体，同时也大大加强了他探索周围世界并从中获得知识的能力。

周岁时用拇指和食指捡起很小的物体对他来说仍然是一个挑战，但是到了一岁半时做这种动作就轻而易举了。你可以看到他随心所欲地拣起很小的物体，探索他能够想到或变换到的所有方面。他最喜欢的一些游戏包括：

- 将4块积木叠成木塔，然后推倒；
- 打开和关闭盒子或者其他容器；
- 拣起球或者其他运动的物体；



- 扭动门的把手和翻书；
- 将圆钉插入小孔中；
- 涂鸦。



这些活动不仅能够锻炼手的灵活性，而且对空间概念也有个认识，像“里”“上”“下”“圆”。当接近2岁时，他的身体协调能力也有所改善，能够做比较复杂的游戏，例如：

- 折叠纸张（如果你教给他怎样做）；
- 把大的方钉子放进与其相匹配的孔中（这种动作比圆钉放进孔中困难，因为他需要找相匹配的角）；
- 堆集5~6个积木；
- 拆装玩具；
- 捏泥巴。

2周岁时，已经可以明确孩子是左撇子还是右撇子。可是，许多儿童好几年内也不表现出这种偏好。有部分儿童两手俱会，可很好使用左右手。他们对左右手从来没有明确的喜好。强迫你的孩子使用一只手而不使用另一只手，或者催促导致他这种喜好的形成过程都没有道理。

语言发育

第2年初，初学走路的孩子好像突然能听懂你说的任何话语。你说该吃饭了，他就会坐在椅子上等待。你告诉他：“你的鞋不见了。”他就会去找。开始他的反应看起来有点迟钝。他真的明白吗？或者这仅仅是个梦？放心，这不是你的幻觉。这说明他正在按计划发展他的语言和理解能力。

本阶段木柄手和手指功能的发育里程碑



- 本能地乱写；
- 翻倒容器并倒出其中的东西；
- 将4块或更多的积木叠成塔；
- 使用一只手的机会可能比另一只手多。

孩子的语言能力发育得很快，当他在你身边时，你要尽可能改变你与他和其他人谈话的方式。例如：你在他能听到的地方说话时要注意，可能需要一字一句地说出孩子听不懂的话（如“我们要吃冰一淇一淋吗？”）。同时你可能会感到更加喜爱与他交谈，因为他的反应非常积极。

你可能还发现和小宝宝谈话时，不再需要用单调的、像唱歌一样的高调儿语方式，就能引起他的注意。你要尽可能说得缓慢而清晰、使用简单的词语和句子。教他物体和身体各部位的正确名称，当你确切的意思是“脚趾”，不要用爱称如“小猪”来替代。通过这种良好的语言方式，你可以帮他使用最少的错误词汇说话。

虽然孩子之间有着很大的差别，但大部分初学走路的孩子在2周岁时，至少能说50个单词并能使用短句。有些孩子即使听力和智力都正常，但2岁前只会说几句话。还有人认为男孩子的语言技能比女孩发育慢。无论孩子何时开始讲话，他最初说的几个词汇可能包括家庭成员的名字、最喜欢的东西以及他身体部位的名称。也许只有你才能听懂他说什么，因为他常常省略或者改变发音。例如，他可能正确地发出第一个辅音（b, d, t）或元音（a, e, i, o, u），但漏掉单词的结尾。或他用自己可以发出的声音来代替像“d”或“b”这类比较困难的发音。

随着时间的推移和对他手势的分析，你就会明白他在说什么。绝对不要嘲笑他说错的话。给他充足的时间，让他不慌不忙地说出自己想说的话，然后以单词准确的发音进行回答（“好吧！它是一只球！”）。如果你积极而耐心，那么孩子的发音很快会得到改善。

在1年中，他就会使用几个主动词和方位词，例如：“走”“跳”“上”“下”“里”“外”。满2周岁时，他已经完全理解了单词“你”“我”的意思并且总使用它们。

开始他可能使用一个单词结合手势或者哼哼声来表达整个句子的意思。他可能指着并说“球”——意思是告诉你他想要你把球滚给他。或者他可能通过说“出去？”“上？”——（提高结尾的声调）进行提问。很快他就能使用动词或介词与名词结合在一起进行造句，如“球跳起来了”或者“喝牛奶”以及提出“那是什么？”等问题。年底或不久以后，他将开始使用两个词的句子。

本阶段本期的语言发育里程碑

- 当他听到某个物体或图画的名字时，就指着它；
- 辨认出熟悉的人、物体和身体各部位的名称；
- 说出几个单独的词（15-18个月时）；
- 会使用简单语句（18-24个月时）；
- 会用2-4单词的句子；
- 能听懂简单的命令；
- 说话时反复使用熟悉的单词。



认知发育

你观察孩子做游戏时，是否发现他很难专心于每一件事？每一个游戏和任务都是一次学习的机会，他会收集物体如何发挥作用的所有信息。为做出决定或寻找相关问题的答案，他也会从已经学会的事情进行推理。可是，他只对解决那些与他发育和学习水平相当的问题感兴趣，因此，在你给他一个他在11个月时着迷的玩具时，他会厌烦地走开；或者和他玩的游戏太难他就会拒绝。机械性装置对他有格外的诱惑力，例如像小风车一样的玩具、能摆动的玩具、纽扣和把手等。你很难准确判断在这个年龄的孩子可以做什么和不可以做什么，但是他做出决定并不难。所以给他提供一系列活动，他将选择一个具有挑战但又不完全超出他能力的活动。

这个年龄段孩子的主要学习方式是模仿。不像在第一年，他只是摆弄家里的物品。现在，他真正地学会了梳头、拿起电话牙牙学语、能够转动玩具汽车的轮子并朝前或向后拉。开始时，他只是一个人玩耍，但逐渐会与其他伙伴一起玩。女孩会给玩具娃娃梳头发，拿着书本给你“读”，让玩具娃娃假装喝水，或者把玩具电话放在你的耳旁。

2岁以前孩子对捉迷藏的游戏非常感兴趣，在物体离开他视野很长一段时间后，他仍能记得物体藏在了哪里。如果把他正在玩的球或者饼干藏起来，你也许完全忘了这事，但是他不会忘记。

当他懂得捉迷藏时，就更理解你的离开了。正如即使他看不见也知道物品藏在什么地方一样，现在即使你离开他一整天，他也知道你总是要回来的。当离开他时，如果你让他知道你去了哪里——例如去工作或者去食品杂货店，他的心里会形成一幅你所去地方的画面，这样他可以更容易与你分开。

在本阶段，初学走路的孩子是一个很好的指导者；他让你知道你在他的活动中扮演什么角色。有时会拿一个玩具让你教他如何玩；有时又会将玩具从你那儿夺走自己玩。通常，当他知道能够做某些特别的事时，他会停下来等待你的夸奖。通过对这些事情的反应，他为自己提供了保持记忆所需要的支持和鼓励。

你必须为他提供他所缺乏的判断力。的确，目前他已明白某些事情的行事方式，但是，因为他不能明白一件事如何影响另一件事，所以他仍然不能充分理解连续事件的后果。所以即使他明白他的玩具货车会滚到山下，但他不会知道要是把它放在楼下繁忙的街道上时会怎么样。虽然他知道开和关门时的震动，但是他不知道他的手必须远离，以防止被挤压。即使他曾一再发现这种困难的处境，但也不能保证他会接受教训。他不能将手部的疼痛与引起意外发生的一连串事件相联系，他当然总也记不住下一次这样做的后果。在孩子自身的普通感官发育成熟以前，他需要你的安全保护。

社交能力发育

2岁期间，初学走路的孩子对外界、朋友以及所熟悉的人或事会形成非常特别的影像，他处于中心地位，而你在离他很近的地方，他十分关心发生了什么与他有关的事。他知道其他人的存在，并对他非常感兴趣，但是他并不知道他们的想法和感觉。就他自己的想法而言，每个人都按照他的想法思考。



可以想像，孩子的世界观（学术上有些专家称为自我中心）通常使他很难和同伴们进行真正具有社交意义的玩耍。他会和别的孩子一起玩耍并争抢玩具，但很难与其他孩子合作进行游戏。尤其是这些孩子稍微比他大时，他会观察并站在他们的周围。他会模仿他们，或对他们做他对洋娃娃做的事——给他们梳头。但是当试图对他做同样的事情时，他通常感到吃惊并拒绝。他还会把玩具或其他东西给他们吃，但是如果他们拿走他给的东西时，他就会不高兴。

分享对本阶段的儿童是一个没有意义的词语。每个初学走路的孩子只认为他是游戏的中心。不幸的是，大部分儿童都与以自我中心的他一样自私，对玩具和注意力的竞争经常使他们

打架并哭泣。当孩子的小朋友来时，怎样才能使他们少发生一些争抢呢？给他们每个人足够的玩具，并随时准备调解。

当我们提前告诉他把玩具给别的孩子玩时，你的孩子也许开始克制自己，会把自己的玩具给别人玩。如果其他孩子硬要摸他的玩具，他会和他们争夺并推开他们。你要安慰那些“一直看着玩具”的孩子，并且告诉你的孩子“把玩具给他玩一会儿好吗？”但是你也要向你的孩子保证：“对，这是你的玩具，他不会拿走的。”选出几个作为特殊奖励的玩具，让大家的都能玩或许有帮助。这样做有时还可以帮助孩子认识到对别人要忍让，不要太自私。



因为本阶段的儿童很少了解他人的感情，所以他们仅对周围儿童具有身体上反应。即使在探险或表现爱心时，他们相互间指眼睛或者轻拍也可能会太重（对玩具动物也会出现同样的情况）。不高兴时，他们会毫无目的地踢打，而不会认为可能伤害到其他孩子。因此，无论何时孩子与同伴在一起时，你都要留心，并且你一看到发生身体攻击行为，就要快速地把他们拉回来。告诉他“不要打人”，并重新指导所有的孩子友好地玩耍。

本阶段末期社交技能发育里程碑

- 模仿他人的行为，尤其是成人和比他大一点的孩子；
- 在与人分开时，逐渐意识到自己；
- 渐渐喜欢和其他孩子交朋友。

性别识别

如果你选出 1 群 1 岁的孩子，让他们都穿上同样的衣服，然后把他们放在地面上，你能区别男孩与女孩吗？也许不能——因为除了孩子的形态稍有区别以外，本阶段的两性之间没有什么差异。男孩和女孩以相同的速度发展他们的技能（女孩子说话比男孩子早一些），并且他们喜欢做相同的游戏。有些研究发现男孩子比女孩子的活动多一些，但是在第一年的差异可以忽略不计。

虽然父母一般同样对待这个年龄的男孩和女孩，但是他们通常鼓励男孩和女孩玩不同的玩具和游戏。除了传统习惯以外，没有根据让女孩子玩洋娃娃，男孩子玩小货车，让他们自己选择。男孩和女孩对所有的玩具表现的喜欢程度基本相同，如果允许孩子玩“男孩”和“女孩”的玩具，会有同等的收获。

幼儿偶然通过与同性别的其他成员联系，可学会分辨自己的性别。但是这个过程需要好几年。本阶段，只给女孩穿花边裙子或让男孩玩棒球游戏，不会造成太大的差别。重要的是你要把孩子当成一个真正的人来爱和尊重，而不要注重性别。只有这样才能为孩子自尊心的建立打下坚实的基础。

幸运的是，初学走路的孩子也会以不太具攻击性的方式表现他的自我意识。到18个月时他能说出自己的名字，与此同时他能认出自己在镜子中的样子，并开始表现出对自己的更大的兴趣。快到2岁时，教给他怎样刷牙、洗手，他就会照着去做。给他穿衣时他也会配合，尤其在脱衣服时更是这样。你在一天中会有许多次发现他在忙于脱掉鞋和袜子——甚至在商店或者公园中也是一样。

由于初学走路的孩子模仿力极强，所以你在家里做任何事情他都会热情地参与。无论你是读报纸、扫地、整理草地或者做饭，他都要“帮忙”。虽然同他一起做只会浪费时间，但你要尽可能地和他一起做，让他参与。如果你做的事情有危险不能让他参与，或者你很忙，就另外找个他可以做的“零活”。绝对不要打击他帮忙的积极性。帮忙与分享一样，是一种重要的社交技能，他学会的速度越快，每个人的生活也会越愉快。

情感发育

你的孩子在整个第2年期间，有时非常地独立，有时又强烈地依附你，这种情况通常摇摆不定。既然他能走路，能做力所能及的事，他就有能力离开你并尝试新技能。但此时，他仍然不能完全理解他是一个独立的人，可以与你以及世界上任何一个人分离。尤其是疲惫、生病或者恐惧时，他需要你的安慰，帮他驱赶寂寞。

手淫

初学走路的孩子在探索身体各个部位时，自然会发现他的生殖器。由于触摸它可以产生愉快的感觉，所以当尿布掉下时，他就会经常触摸它。虽然男孩可能伴随着阴茎勃起，但对于小孩子来说，这不是性，也不是情感发泄，仅仅是一种舒服的感觉。没有理由去批评、担心或者过分重视。当他触摸生殖器时，如果你持强烈的否定态度，可以告诉他触摸这些部位是不良习惯。他甚至可能让你解释这样做有什么不好。等孩子大一些再教导他关于隐私和羞怯的概念。现在，把这种行为当成正常好奇心加以接受。

很难预测他什么时候转身就走，什么时候又回来寻求避难。他的情绪似乎一会儿一变，或者在突然变得激动之前，似乎好多天时间内成熟而独立。你对这种情绪可能也会有茫然的反应：有时你会感到很想让孩子回来，而注定也有一些时间，你惟一要做的事是处理他的高声尖叫并进行约束。有些人称这个时期为“第一青春期”。这些反映了孩子成长并离开你的混合情绪，这绝对正常。记住当他需要的时候，给予孩子关注和保护是帮他恢复镇静的最好方法。大声叱骂“你怎么不能像大女孩一样做事”，实际上只能使她感到更加不安全和缠人。

与孩子短暂的分离有助于孩子更加独立。他仍然会因为分离而焦虑，也许，当你离开时——即使只是几分钟，他也会焦急，但这种抗议很短暂。意外的是，分离时你可能比他更难过，但是离开时尽可能不让他知道，或者离开时给他一个吻并答应马上回来。当你回来，专注于其他事务以前，要问候他并全神贯注地注意他一会。当孩子可以理解你总