

健康咨询丛书

健康  
咨询  
丛书

邓静云 主编



# 儿童心理 与启智教育

# 200问

丛  
书

健康咨询丛书

# 儿童心理与启智教育 200 问

主 编 邓静云

编写者 (按章节顺序)

童梅玲 胡幼芳 段娅莉

江苏科学技术出版社

## 儿童心理与启智教育 200 问

---

**主 编** 邓静云

**责任编辑** 蔡克雄

---

**出版发行** 江苏科学技术出版社  
(南京市中央路 165 号, 邮编: 210009)

**经 销** 江苏省新华书店

**照 排** 江苏苏中印刷厂

**印 刷** 沭阳县印刷厂

---

**开 本** 787×1092 毫米 1/32

**印 张** 8

**字 数** 168 000

**版 次** 1999 年 1 月第 1 版

**印 次** 1999 年 1 月第 1 次印刷

**印 数** 1—5 000 册

---

**标准书号** ISBN 7—5345—2659—0/R·463

**定 价** 8.80 元

---

图书如有印装质量问题,可随时向我社出版科调换。

## 前 言

在即将跨入 21 世纪之际,随着社会经济、科学文化突飞猛进的发展,儿童心理卫生问题越来越受到人们的重视,尤其对独生子女家庭来说更是如此。做父母的都希望自己的孩子将来能成才,因而不仅希望自己的孩子身体健康,更希望他们具有良好的心理素质,以便在生活或学习中能很好地应付所遇到的一切问题。但是,培养儿童良好的行为习惯和心理素质,这并不是一朝一夕的事情,而是要从小开始,甚至从胎儿出生后的新生儿期就要开始做的工作。我们在许多次儿童健康咨询活动中发现,前来咨询的家长大部分咨询的是有关儿童心理卫生方面的问题。如:“孩子不吃饭怎么办?”“孩子为什么会任性?”等等。在许多家庭中,家长们面对孩子出现的这许多问题束手无策。有鉴于此,我们结合日常生活和工作中遇到的各种问题,编写了这本《儿童心理与启智教育 200 问》,以供家长阅读并希望能帮助广大家长解决一些实际问题。

《儿童心理与启智教育 200 问》按照儿童的年龄分为三部分,即 0~3 岁、3~6 岁、6~12 岁三个年龄阶段。因为这三个年龄阶段的儿童各有不同的生理和心理特点,即便是同一个问题,在不同的年龄阶段也会有不同的表现,而且解决问题的方法也不相同,所以在本书中,不同年龄阶段的设问在形式上可能近似。这样编写也可便于读者查找。本书中提出的问题都来源于生活,因而非常切合实际,我们在编写时特别注意了解决问题方法的可操作性,力图为广大读者提供一本科学准

确、实用性强的参考书,如此,对家长来说找到了解决问题的方法,同时对基层儿童保健工作者来说,也可作为回答家长咨询的依据。

由于作者水平有限,经验不足,书中可能存有不妥甚至错误之处,恳切希望各位家长和同道们提出宝贵的意见和建议,以便今后改正。

**邓静云**

1998. 4.

# 目 录

## 0~3 岁

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 1. 儿童的年龄是如何分期的? .....         | 1  |
| 2. 大脑发育的关键期在什么时候? .....       | 2  |
| 3. 您知道您的孩子属于哪一种气质类型吗? .....   | 3  |
| 4. 为什么说母乳喂养有利于小儿的身心发育? .....  | 4  |
| 5. 孩子生下来时能看见东西吗? .....        | 4  |
| 6. 如何早期促进小儿的视觉发育? .....       | 5  |
| 7. 怎样判断初生的宝宝有听力? .....        | 6  |
| 8. 如何早期促进小儿听觉的发展? .....       | 7  |
| 9. 孩子说话要具备哪些条件? .....         | 8  |
| 10. 婴儿会说话吗? .....             | 9  |
| 11. 怎样教孩子学说话? .....           | 10 |
| 12. 婴儿有哪些情绪表现? .....          | 11 |
| 13. 您知道建立早期亲子关系的重要性吗? .....   | 12 |
| 14. 父母如何当好孩子的第一任老师? .....     | 12 |
| 15. 如何正确发挥保姆的作用? .....        | 13 |
| 16. 3个月的小儿有哪些心理发育方面的表现? ..... | 15 |
| 17. 6个月的小儿有哪些心理发育方面的表现? ..... | 16 |
| 18. 6个月以内的婴儿适合玩哪些玩具? .....    | 16 |
| 19. 9个月小儿有哪些心理发育方面的表现? .....  | 17 |
| 20. 1岁小儿有哪些心理发育方面的表现? .....   | 18 |

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| 21. 婴儿为什么会吸吮手指? .....                         | 19 |
| 22. 怎样处理好婴儿吸吮手指的问题? .....                     | 20 |
| 23. 为什么不提倡过早训练小儿的排泄? 如何训练<br>小儿的大小便习惯? .....  | 21 |
| 24. 为什么训练小儿双手活动可以促进大脑发育?<br>如何训练小儿双手活动? ..... | 22 |
| 25. 营养和训练对婴儿动作发育有什么作用?<br>如何看待这种作用? .....     | 24 |
| 26. 婴儿一哭就抱为什么不好? .....                        | 25 |
| 27. 1岁左右的孩子适合玩哪些玩具? .....                     | 26 |
| 28. 断奶会影响小儿的心理发育吗? .....                      | 27 |
| 29. 孩子轻微受伤后父母应该怎样去安慰他? .....                  | 28 |
| 30. 2岁左右的孩子适合玩哪些玩具? .....                     | 29 |
| 31. 什么是智力与智商? .....                           | 29 |
| 32. 遗传在小儿智力发展中的作用是什么? .....                   | 30 |
| 33. 环境在小儿智力发展中的作用是什么? .....                   | 31 |
| 34. 教育在小儿智力发展中的作用是什么? .....                   | 31 |
| 35. 营养对小儿智力发育有何影响? .....                      | 32 |
| 36. 什么是智力测验? 如何正确看待智力测验<br>的结果? .....         | 33 |
| 37. 智力测验的目的是什么? 哪些儿童需要做<br>智力测验? .....        | 34 |
| 38. 怀疑孩子智力不正常时应该怎么办? .....                    | 35 |
| 39. 如何教育智力低下的婴幼儿? .....                       | 36 |
| 40. 哪些是非智力因素? .....                           | 37 |
| 41. 如何培养幼儿良好的情绪? .....                        | 38 |
| 42. 如何培养幼儿的独立性? .....                         | 38 |

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| 43. 如何培养幼儿的兴趣？ .....                  | 39 |
| 44. 幼儿想像有什么特点？如何培养幼儿的想像力？<br>.....    | 40 |
| 45. 幼儿思维的特点是什么？如何培养幼儿的<br>思维能力？ ..... | 41 |
| 46. 幼儿记忆的特点是什么？如何培养幼儿的<br>记忆力？ .....  | 42 |
| 47. 幼儿注意的特点是什么？如何培养幼儿的<br>注意力？ .....  | 43 |
| 48. 如何促进幼儿个性的发展？ .....                | 44 |
| 49. 为什么要让孩子在一起玩？ .....                | 45 |
| 50. 游戏对孩子的智力有促进作用吗？ .....             | 46 |
| 51. 幼儿应该怎样玩游戏？ .....                  | 47 |
| 52. 怎样对待幼儿发音不清晰？ .....                | 48 |
| 53. 孩子说话晚应该怎么办？ .....                 | 49 |
| 54. 幼儿“口吃”是怎么回事？ .....                | 50 |
| 55. 怎样正确对待幼儿“口吃”的问题？ .....            | 51 |
| 56. 3岁前的孩子有必要认字吗？ .....               | 52 |
| 57. 为什么要让幼儿画画？ .....                  | 53 |
| 58. 怎样教幼儿看书？ .....                    | 54 |
| 59. 幼儿看书有哪些意义？ .....                  | 55 |
| 60. 怎样为幼儿选择书？ .....                   | 56 |
| 61. 怎样面对孩子的反抗？ .....                  | 57 |
| 62. 为什么不能吓唬孩子？ .....                  | 59 |
| 63. 对婴幼儿如何合理使用奖励和惩罚手段？ .....          | 60 |
| 64. 该不该对孩子进行处罚？ .....                 | 61 |
| 65. 3岁左右的孩子还尿床，这正常吗？ .....            | 63 |



## 3~6岁

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| 66. 儿童智力发展的关键期在何时? .....                 | 64 |
| 67. 3~6岁儿童的记忆有哪些特点? .....                | 65 |
| 68. 3~6岁儿童的想像有哪些特点? .....                | 67 |
| 69. 3~6岁儿童的动作发育有哪些特点? .....              | 69 |
| 70. 3~6岁儿童应有哪些时间概念? .....                | 70 |
| 71. 儿童个性是什么时候形成的? .....                  | 71 |
| 72. 3~6岁儿童的语言发育有哪些特点? .....              | 72 |
| 73. 父母怎样根据孩子的心理发育特点当好孩子的<br>第一任老师? ..... | 73 |
| 74. 怎样培养孩子的注意力? .....                    | 75 |
| 75. 怎样训练孩子的记忆力? .....                    | 77 |
| 76. 怎样培养孩子的观察力? .....                    | 78 |
| 77. 怎样培养孩子的思维能力? .....                   | 79 |
| 78. 怎样促进孩子的语言发展? .....                   | 81 |
| 79. 如何培养孩子的独立性? .....                    | 83 |
| 80. 怎样帮助独生子女交朋友? .....                   | 84 |
| 81. 怎样发现和培养幼儿的创造力? .....                 | 86 |
| 82. 如何培养孩子的生活自理能力? .....                 | 88 |
| 83. 怎样培养幼儿的意志品质? .....                   | 89 |
| 84. 幼儿的情绪情感有哪些特点? .....                  | 91 |
| 85. 为什么要尊重孩子? .....                      | 92 |
| 86. 知识等于智力吗? .....                       | 93 |
| 87. 怎样培养孩子的语言表达能力? .....                 | 94 |
| 88. 怎样给孩子讲故事? .....                      | 96 |
| 89. 怎样教孩子识数? .....                       | 97 |

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| 90. 怎样对学龄前儿童进行道德品质教育? .....        | 98  |
| 91. 怎样培养孩子的好奇心和探索精神? .....         | 100 |
| 92. 怎样培养孩子的同情心? .....              | 102 |
| 93. 孩子为什么会任性? .....                | 103 |
| 94. 孩子任性怎么办? .....                 | 104 |
| 95. 游戏对孩子的成长有哪些意义? .....           | 105 |
| 96. 对儿童的早期教育应注意什么? .....           | 107 |
| 97. 怎样培养孩子活泼开朗的性格? .....           | 109 |
| 98. 怎样表扬和奖励孩子? .....               | 110 |
| 99. 怎样为孩子选择玩具? .....               | 111 |
| 100. 怎样使孩子有一双巧手? .....             | 113 |
| 101. 智力在男女儿童之间有差异吗? .....          | 114 |
| 102. 怎样知道孩子的智力水平? .....            | 115 |
| 103. 哪些因素会造成孩子的智力低下? .....         | 116 |
| 104. 智力低下指的是什么? 怎样才能早期发现? .....    | 117 |
| 105. 怎样回答孩子提出的问题? .....            | 118 |
| 106. 怎样创造有利于幼儿智力发育的家庭气氛? .....     | 120 |
| 107. 怎样帮助孩子做好入学的心理准备? .....        | 121 |
| 108. 怎样打扮孩子? .....                 | 122 |
| 109. 孩子为什么会发生“口吃”? .....           | 123 |
| 110. 孩子爱吮手指、抠鼻孔有哪些危害? .....        | 124 |
| 111. 孩子爱玩好吗? .....                 | 126 |
| 112. 宠孩子有什么不好? .....               | 127 |
| 113. 独生子女家庭对孩子的成长有哪些有利因素?<br>..... | 128 |
| 114. 独生子女家庭对孩子的成长有哪些不利因素?<br>..... | 129 |

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 115. 孩子撒谎怎么办？ .....        | 130 |
| 116. 孩子不听话时能吓唬吗？ .....     | 132 |
| 117. 打孩子有什么不好？ .....       | 133 |
| 118. 孩子为什么会“人来疯”？ .....    | 134 |
| 119. 孩子做错事怎么办？ .....       | 135 |
| 120. 批评孩子时应注意哪些问题？ .....   | 136 |
| 121. 幼儿爱发脾气怎么办？ .....      | 137 |
| 122. 为什么有些孩子不爱讲话？ .....    | 138 |
| 123. 孩子不爱讲话怎么办？ .....      | 139 |
| 124. 怎样防止独生子女滋长自私心理？ ..... | 140 |
| 125. 孩子为什么会不听话？ .....      | 141 |
| 126. 孩子胆小、性格脆弱怎么办？ .....   | 143 |
| 127. 孩子不合群怎么办？ .....       | 144 |
| 128. 早期智力开发有损健康吗？ .....    | 145 |
| 129. 电视对孩子的身心发展有何影响？ ..... | 146 |
| 130. 绘画对孩子的智力发展有何影响？ ..... | 148 |

## 6~12 岁

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| 131. 儿童心理健康的标准是什么？ .....       | 149 |
| 132. 6~12 岁儿童的心理发展有哪些特点？ ..... | 150 |
| 133. 怎样使孩子的身心健康成长？ .....       | 151 |
| 134. 音乐对孩子身心健康有什么益处？ .....     | 153 |
| 135. 游戏对孩子身心健康有什么益处？ .....     | 154 |
| 136. 体格锻炼对孩子身心健康有什么益处？ .....   | 155 |
| 137. 如何培养孩子良好的学习习惯？ .....      | 156 |
| 138. 怎样使孩子注意力集中？ .....         | 157 |
| 139. 如何培养孩子的观察力？ .....         | 158 |

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 140. 怎样培养孩子的记忆力？ .....        | 160 |
| 141. 怎样培养孩子的创造力？ .....        | 162 |
| 142. 学龄期儿童容易发生哪些心理行为障碍？ ..... | 163 |
| 143. 影响儿童心理行为的主要因素有哪些？ .....  | 165 |
| 144. 导致儿童焦虑症的诱因有哪些？ .....     | 167 |
| 145. 如何防治儿童焦虑症？ .....         | 167 |
| 146. 学校恐怖症的原因是什么？ .....       | 169 |
| 147. 怎样消除学校恐怖症？ .....         | 170 |
| 148. 如何预防儿童品行障碍？ .....        | 171 |
| 149. 爱动的孩子就是多动症吗？ .....       | 173 |
| 150. 多动症的孩子有哪些表现？ .....       | 174 |
| 151. 孩子得了多动症怎么办？ .....        | 175 |
| 152. 孩子夜惊是怎么回事？ .....         | 177 |
| 153. 孩子经常咬指甲怎么办？ .....        | 178 |
| 154. 孩子上学以后还尿床怎么办？ .....      | 179 |
| 155. 孩子得了“口吃”怎么办？ .....       | 180 |
| 156. 儿童说谎的原因是什么？ .....        | 181 |
| 157. 怎样使孩子说实话？ .....          | 182 |
| 158. 孩子为什么不听话了？ .....         | 183 |
| 159. 孩子犯了错误怎么办？ .....         | 185 |
| 160. 怎样使孩子与同学友好相处？ .....      | 186 |
| 161. 集体生活对儿童心理发展有什么作用？ .....  | 187 |
| 162. 怎样发展儿童的想像力？ .....        | 188 |
| 163. 听话的孩子就是好孩子吗？ .....       | 190 |
| 164. 孩子为什么会任性？ .....          | 191 |
| 165. 怎样帮助孩子克服任性心理？ .....      | 192 |
| 166. 如何帮助儿童克服退缩行为？ .....      | 193 |

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| 167. 怎样帮助孩子克服自私的缺点？ .....      | 194 |
| 168. 嫉妒心有什么害处？ .....           | 195 |
| 169. 如何帮助孩子克服嫉妒心？ .....        | 196 |
| 170. 为什么要保护孩子的自尊心？ .....       | 197 |
| 171. 孩子私拿家里的钱怎么办？ .....        | 198 |
| 172. 孩子偷拿别人的物品怎么办？ .....       | 200 |
| 173. 处罚孩子应注意什么？ .....          | 201 |
| 174. 批评孩子应注意什么？ .....          | 202 |
| 175. 怎样帮助初入学的孩子做好心理准备？ .....   | 203 |
| 176. 怎样帮助孩子尽快适应学校生活？ .....     | 204 |
| 177. 孩子逃学有哪些原因？ .....          | 206 |
| 178. 如何对待逃学的孩子？ .....          | 207 |
| 179. 孩子对学习没兴趣怎么办？ .....        | 208 |
| 180. 如何培养孩子的学习毅力？ .....        | 210 |
| 181. 孩子不能专心听课、做作业怎么办？ .....    | 212 |
| 182. 怎样对待学习成绩差的孩子？ .....       | 213 |
| 183. 怎样培养孩子独立学习的能力？ .....      | 215 |
| 184. 怎样帮助孩子度过三、四年级这一转折期？ ..... | 216 |
| 185. 孩子产生厌学心理怎么办？ .....        | 217 |
| 186. 孩子学习老是粗心怎么办？ .....        | 219 |
| 187. 片面追求高分对孩子有什么害处？ .....     | 220 |
| 188. 考生竞技综合征是怎么回事？ .....       | 221 |
| 189. 课外读物对小学生有哪些益处？ .....      | 222 |
| 190. 怎样指导孩子读课外书？ .....         | 224 |
| 191. 家长听了老师的“告状”怎么办？ .....     | 225 |
| 192. 如何看待孩子的智商？ .....          | 226 |
| 193. 非智力因素在孩子成长中有什么作用？ .....   | 228 |

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| 194. 小学生看电视应注意哪些问题? .....      | 229 |
| 195. 家长应怎样注意自身的心理健康? .....     | 231 |
| 196. 什么是心身疾病? .....            | 232 |
| 197. 社会心理因素对疾病发生、发展有何影响? ..... | 233 |
| 198. 疾病对儿童心理有何影响? .....        | 235 |
| 199. 心身疾病患儿的家庭有哪些特点? .....     | 236 |
| 200. 儿童常见的心身障碍有哪些? .....       | 237 |

## 0~3 岁

### 1. 儿童的年龄是如何分期的?

整个儿童时期是个体生长发育的时期,在这个漫长的发育过程中,不同年龄阶段的儿童在体格和心理发育方面有各自的特点。为了便于研究阐明不同年龄儿童的解剖、生理、病理、心理等特点以及制订相应的医疗保健要求和措施,医学上人为地将整个儿童时期划分为七个年龄期,它们是:

(1) 胎儿期:指自受孕(卵与精子结合)至胎儿娩出的一段时期。

(2) 新生儿期:指自胎儿娩出结扎脐带开始至生后不满 28 天。

(3) 婴儿期(0 岁组):指出生到未满 1 岁的时期。

(4) 幼儿期(1~2 岁组):指满 1 周岁到不满 3 岁的时期,即是出生后第二、第三年的阶段。

(5) 学龄前期(3~5 岁组):指 3 周岁到入学前的阶段。

(6) 学龄期(6~11 岁组):指从入小学开始到青春发育前,相当于小学生阶段。

(7) 青春期(12~20 岁组):女孩约 12~18 岁、男孩 13~20 岁的阶段。

儿童时期虽然被人为地划分为这几个时期,但每个年龄期之间是连续的,也就是说儿童发育是一个连续的过程,各年龄期之间并无一条明显的界线。本书的内容主要介绍新生儿期、婴儿期、幼儿期、学龄前期和学龄期有关儿童心理发育方面的问题。家长在了解儿童年龄分期后,可以根据孩子的不同

年龄去寻找解答问题的答案。

## 2. 大脑发育的关键期在什么时候？

孩子出生后，虽然大脑在解剖学上已具备成人大脑的基本结构，但他的大脑皮质表面较光滑，沟回很浅，神经细胞轴突、树突数量少，神经纤维之间的联系少。从脑的重量上看，初生新生儿的脑重平均 370 克，约占成人脑重的 25%；6 个月脑重 700 克左右，约占成人脑重的 50%；1 岁时脑重约 900 克，已达成人脑重的 60%；4~6 岁时脑重增加到 1 250 克左右，接近成人脑重的 85%~90% 左右。由此可见，新生儿的大脑无论在功能和重量上，都与成人相距很远。在日后的生长过程中，大脑需要不断接受外界的刺激和营养，逐步地发育起来直至成熟。在整个大脑的发育过程中，有一段时间对大脑的发育至关重要，称为关键期，一般认为关键期是指孕后 3 个月至生后 2 岁，这也是脑重量增长最快的时期。如果在这段时期内，大脑受到不利因素的影响而严重阻碍了它的发育，将会产生不可逆的后果，直接影响到儿童的智力，导致智力低下。“狼孩”就是一个很好的例子，它说明了关键期对儿童大脑发育的重要性——狼孩就是在大脑发育的关键期中脱离了人类社会环境，处于狼的生活环境中，因而不能发展成人的智力，即使长大后被人发现带回人类社会环境中，也很难再有正常人的智力水平了。

大脑在发育的关键期中，会受到许多因素的影响，如遗传、环境、教育、营养与疾病等，家长要避免这些不利因素对儿童大脑发育的影响，为孩子创造良好的生活环境，提供各种有利的刺激，促进孩子的大脑发育，让孩子身心健康成长。



### 3. 您知道您的孩子属于哪一种气质类型吗？

儿童气质是一个比较新颖的研究课题。这儿谈到的气质是指个人的精神素质，而非人们通常所知的外部的气质特征。每个孩子一出生就有他自身的气质特点，即使是同一母亲所生，孩子的气质类型也可不同。有的孩子可能生下来就很安静，很少哭闹，吃饱了就睡；而有的孩子就不同了，天生好哭好闹，很搅人，这就是由他们各自的气质特征所决定的。

心理学家认为，儿童的气质包含有 9 个方面的特征，即活动水平（运动的水平与程度）、生物机能的规律性（睡眠、饮食、排泄等行为的规律性）、接触能力（对陌生人或新的刺激的反应）、适应性（对环境变化的适应性）、反应强度（引起应答反应的强度）、心情（情绪积极与消极）、持久性（从事活动的持久性）、注意转移（注意力受外界刺激改变行为的程度）和反应阈限（对刺激的敏感性）。这 9 种气质特征的不同组合就构成了 4 种不同的气质类型：第Ⅰ型是容易抚育型（占 40%），这类婴儿饮食和睡眠习惯很规则，很容易适应新的时间表、新的食物和人，醒后常笑，显得很愉快；第Ⅱ型是缓慢型（占 15%），这些婴儿对陌生人或新的刺激的最初反应总是退缩，适应较慢，总带些消极的情绪，同时表现出低的活动水平；第Ⅲ型是难以抚育型（占 10%），这些婴儿在睡眠和饮食习惯方面相当不规则，很慢才能适应新的刺激，情绪反应强烈，心情相当消极，容易表现出不寻常的紧张反应，如大声哭叫、暴躁；第Ⅳ型是混合型（占 35%），是以上三型各种特点的混合表现。

婴儿早期表现出来的气质特点，对他以后个性的发展有着重要的影响。了解孩子的气质特点，就可以根据孩子的特点，扬长避短地培养他，更好地塑造孩子的个性与性格。