



中国儿童素质早教工程·婴幼儿成功教养指南



- 戴教授教您科学育儿早教
- 早教网在线跟踪监测指导

2~3岁成功教养

北京大学妇儿医院教授
中国优生优育协会理事

戴淑凤 著

中国关心下一代工作委员会专家委员会主任严仁英教授推荐



第二军医大学出版社



中国儿童素质早教工程·婴幼儿成功教养指南

2~3岁成功教养

戴淑凤 主编



第二军医大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

2~3 岁成功教养 / 戴淑凤主编. —上海: 第二军医大学出版社, 2005.2
(中国儿童素质早教工程)

ISBN 7-81060-424-4

I. 2… II. 戴… III. ①婴幼儿—哺育—基本知识 ②婴幼儿—家庭教育—基本知识 IV.TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 125472 号

中国儿童素质早教工程·婴幼儿成功教养指南

2~3 岁成功教养

主 编: 戴淑凤

责任编辑: 单晓巍

第二军医大学出版社出版发行

(上海翔殷路 818 号 邮政编码: 200433)

全国各地新华书店经销

后勤指挥学院印刷厂印刷

开本: 880×1230 1/32 印张: 12 字数: 240 千字

2005 年 9 月第 1 版 2005 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 7-81060-424-4/T·020

定价: 22.00 元

版权所有 侵权必究



戴淑凤 教授

现为北京大学第一附属医院教授，中国优生科学协会理事，中国优生优育协会理事，国际行为分析协会成员，“北京东方圣童儿童发展研究中心”创始人和技术总监。

1980年北京大学第一附属医院与国际接轨，在国内率先成立新生儿专业，即被调入新生儿专业组并进修学习新生儿相关专业；1981年与秦振庭、宋琳林等业内专家一起从事新生儿专业的医、教、研工作和婴幼儿发展的跟踪与指导工作；1982年～1984年两度随美国心理学博士布雷寿顿(Dr. Brazelton)学习并研究新生儿心理行为的发展规律，曾多次参加儿童心理行为培训班；1983年赴日本研修围产医学期间，涉足了日本“胎教、早教”领域并在实际工作中应用；1992年研读了美国南加州大学艾尔丝博士关于“儿童感觉统合失调治疗”的理论体系，借鉴北京大学第六附属医院相关的研究成果，又综合了日本及国内有关儿童感觉统合失调矫治的经验，提出了以“感觉教育”为理论核心的早期教育理念；1995年夏创建“北京东方圣童儿童发展研究中心”，协同业内人士开展胎教、早教的研究与服务以及儿童心理行为问题的矫治等工作，曾跟踪指导十余万名婴幼儿的健康成长。

主编有《0～3岁的感觉教育同步指导手册》、《人类的心愿—优生》、《胎儿与胎教》、《医学小百科》新生儿分册、《妊娠与分娩》、《婴幼儿安全与急救》、《新生儿掌中宝》等十余种图书，发表论文数十篇。

封面宝宝秀

封面宝宝：kitty

家长网名：宝贝妈

欢迎您到kitty的宝宝主页参观

并和宝贝妈交流育儿经验心得

主页网址：<http://kitty.baby.zaojiao.com.cn>



中国儿童素质早教工程·中国早教网 专家科学育儿系列

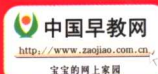


★建立建设宝宝网上家园

★监测记录宝宝成长历程

★专业指导宝宝保健护理

★居家进行宝宝早期教育



婴幼儿成功教养指南

编委会名单

主 编：戴淑凤

副主编：赵凤临 李晓枫

编 委：王山米 王书荃 王玉凤 文晓萍

王惠珊 区慕洁 刘全礼 孙茉芊

李 明 肖 珣 秦 炯 陶 沙

作 者：戴淑凤 孙茉芊 李瑞萍 董亚冰

《北京市学前教育条例》

摘 要

学前教育应当遵循学龄前儿童的年龄特点和身心发展规律，实行保育与教育相结合，以游戏为基本活动形式，寓教育于生活及各项活动之中。本市倡导和支持开展3周岁以下婴幼儿的早期教育。

父母或者其他监护人对学龄前儿童的教育负有首要责任，应当为儿童身心健康成长创造良好的家庭教育环境，学习科学的教育方法，与学前教育及其相关的机构互相配合，促进儿童全面发展。

——摘自《北京市学前教育条例》第三、十一条

专家寄语

- 人生头三年胜过以后发展的各个阶段，胜过三岁以后所有发展阶段的总和。
- 早期教育与其说给孩子许多东西，倒不如说是不让孩子失去许多东西。
- 家庭教育是教育的起点，父母是孩子的第一任老师，也是影响他一生的、最重要的老师。
- 教育孩子，首先必须教育母亲，因为母亲的教育素质左右着孩子的未来。
- 只有让孩子亲手尝试，才能启迪智慧，获取经验，才能心灵手巧。
- 幼小时所得的印象，哪怕是极微小的，小到几乎觉察不出，都具有极重大、极长久的影响。
- 婴幼儿未经爬行及或爬行不充分，是儿童期情绪不稳、学习能力滞后、人格偏异的主要原因。
- 每个孩子都是独特的，父母应充分认识孩子的性格特点，充满爱心，细心、耐心地对待每个孩子。

没有什么工作比
新生儿出生头三年的
婴儿更重要

2002/12/12

严仁英

北京大学妇产科教授

中国关心下一代工作委员会专家委员会主任

严仁英

世界卫生组织母婴保健合作中心主任



出版说明

2001年，我们开始组建“中国儿童素质早教工程”，并出版了一套早教图书。该套图书赢得了广大读者的信任与好评，许多家长将它们作为教育和养育孩子的首选读物。也有很多读者来电、来信甚至来人咨询，希望我们尽快完善该工程，并提出了许多有益的建议。现在，“早教工程”在众多的年轻父母的参与和专家组的支持下已初具规模。目前，我们又约请了更多的知名专家重新对此套图书做了更科学、更全面的规划。下面我们就该套图书的出版做一说明。

该套图书主要吸收并融合最流行的蒙氏教育理念、感觉统合理论、多元智能理论、关键期教育和奥尔夫音乐教育等先进的早期教育思想，并尽可能以翔实、通俗的文字解答年轻父母在育儿过程中遇到的各种问题，同时也提供系统、全面、科学的育儿知识。

该套图书内容在时间跨度上从孕前一直到儿童满6周岁，具体内容包括：先进的早期教育理念的推介、孕产期保健与胎儿大脑发育的促进、儿童智能发育的促进、心理健康的培养与良好行为的塑造、营养饮食的合理安

排、常见疾病的预防及康复计划、问题儿童的调适和问题行为的矫治等。

该套图书作者多系国内一流的专家。他们将自己多年的经验与科学育儿知识进行了系统的总结，在百忙的工作中笔耕不辍，为我们的读者奉献出了最好的作品。

我们重视本套书与早教工程其他部分如“中国早教网”的配套问题，力争在内容衔接与后续服务方面形成一个有机的整体，为缺乏经验的年轻父母们提供一套可以信赖的、完善的育儿服务体系，帮助他们树立教子成材的信心。

在工程组建及本套图书的规划与编写过程中，我们得到了中国关心下一代工作委员会专家委员会严仁英主任、中国优生优育协会秦新华会长、中国老教授协会学前教育研究所所长梁志燊教授、中国营养学会妇幼营养分会主任萌士安教授等众多专家的关心和支持，在此深表感谢。还要感谢“中国早教网”有关同志的大力支持和全体专家的辛勤工作，使本套图书得以陆续出版。

由于我们规划组织能力有限，在工程建设和诸多方面可能做得不够，恳请广大读者及业内专家不吝赐教。

中国儿童素质早教工程规划组



序

从事 15 年妇产科专业，20 年围产、新生儿专业，我跟踪指导了近 10 万名婴幼儿，调适情绪困扰婴幼儿 1000 多名，矫治心理行为障碍儿童 2000 多名。可以说，我生命的大部分都与妈妈宝宝为伴，这使我有许多机会了解宝宝、了解准妈妈、妈妈及其亲职。在为妈妈宝宝的服务中向他们学习、向同仁学习，并在学习中不断提高自身。这的确是一项光荣而意义深远的事业。我很乐意把自己的经验传达给更多的妈妈宝宝，为他们和他们的家庭带来更多的幸福和安康。我将始终秉承真诚、严谨、科学的态度，多方位地为更多的妈妈宝宝服务。

您所看到的这套丛书，是开发胎儿及 0~3 岁儿童身心潜能的百科全书，它既是我多年经验的总结，又体现了东西方早期教育精华的融合。本书以感觉教育为理论核心，以感觉教育游戏的方式实现亲子互动。针对父母最常遇到的营养、保健及教育过程中的困惑，给予了科学的阐释。希望使用好本书，能帮助您树立教子成材的信心，使您在科学教养孩子的过程中真正体味孩子健康成长的幸福。

在本丛书即将奉献给我的朋友——准妈妈和新手父

母的时候，我既觉得兴奋，又忐忑不安，惟恐言不尽意。此时我想说的很多，又不知该从何说起。还是先从我接触准妈妈、妈妈和宝宝时，经常遇到的几个问题谈起吧。

面对新生儿

一个呱呱落地嗷嗷待哺的新生儿，给新生儿父母带来了创造生命的无比喜悦，同时，也给他们带来了将幼小生命抚育成才的神圣责任。这种育儿成才的神圣使命，不是仅仅靠血缘情、亲子爱所能胜任的。随着孩子的成长，家长将要面对许许多多的难题和疑问，必须了解孩子的身心发展规律，了解孩子的个性特点，成为孩子的朋友，这样才能帮助孩子成长而非代替孩子成长，使其天性得到自由发展而不是受到压抑。我不敢说自己是一个合格的母亲，因为在那个特殊的年代，我亏对了孩子。但是，我希望自己能成为现今时代妈妈的助手和宝宝的朋友，并愿尽微薄之力。惟此，才使心灵得到安慰。

初为人母时的激动和迷茫

度过惊心动魄的一朝分娩，医生将宝宝抱到妈妈胸前，顿时，妈妈忘记分娩的疲劳，激动得热泪盈眶。但激动过后，接踵而来的就是迷茫。初生的婴儿要么大声啼哭，哄也无效，笨手笨脚的妈妈好不容易把乳头放到婴儿的嘴里，婴儿却仍张大嘴哭而不吸吮，妈妈焦急地不

知所措；要么，睡上 3~4 个小时也不醒，妈妈又惊恐地怀疑宝宝是否有毛病；大便黑糊糊的，问问医生说是“胎便”，妈妈才放心了。接着变成黑黄混杂的大便，您又误认为是奶瓣，为“消化不良”而发愁，愁还未了，又变成稀糊糊的金黄色便，您又怀疑是否得了肠炎；哎呀！怎么红红的脸蛋和白眼球变黄了，是否得了肝炎，您又一身冷汗……怎么这么多的怪现象呀，您感到不可思议。

从产院回到家，宝宝哭闹、吐奶、打嗝、屁多、脸上长疙瘩(湿疹)等，这一切常常使初为母亲者焦虑不安，手忙脚乱，感到孤立无援，回想起怀孕期那美好的幻想，真想大哭一场。莫名其妙地总想哭，甚至整夜不敢睡觉，惟恐宝宝发生意想不到的情况。其实，这些现象是胎儿由母体内的寄生生活转变到“独立生活”，而出现的适应环境的生理现象，这不是什么可怕的病态。如果您想哭，就痛痛快快地哭一阵，但您不要总是担心，总是发愁，要知道这些是每个新生命都有的必然经历。

莫名其妙的多方面担心

在我的婴儿随访门诊中，绝大多数妈妈都带着张纸条，上面密密麻麻地写着一些似乎类同的问题，如“孩子为什么吐奶？”“为什么总打嗝？”“为什么总放屁？是肚子胀，消化不良吧？”“为什么拉稀便？(其实是正常母乳便)是否是肠炎？”“孩子总扭动身体是什么病？”

“孩子胳膊腿总屈曲着，将来会不会成罗圈腿？”怕孩子哭了肚脐往外凸，于是父母轮流抱着摇晃……。其实这些令父母忐忑不安的现象，却都是正常的生理现象，甚至有的父母把孩子送医院住院观察。花费不说，这么小离开妈妈到医院总不是个快乐的经历，还有的父母动辄给宝宝服消炎药，致使孩子抵抗力下降。

事实上，每位正常新生儿都应当是“天生强者”，“天生最优秀者”。这无论从遗传的角度（4亿多精子，只有最优秀的一个强者才能与卵子结合，发育成胎，难道不是最优秀的？）还是从婴儿与生俱来就有的抗病能力，都应坚信它是强者，宝宝的适应能力是很强的，在您怀疑、担心的时候，应镇静地观察宝宝的精神状态，吃奶情况，您只要翻阅一下本书所介绍的营养须知和保健大夫等内容，您就会心明眼亮。

“动”起来才聪明

众所周知，人类婴儿大脑特点是“极不成熟”和具有“极大的可塑性”。要使婴儿的大脑成熟起来，并挖掘出它无穷的智慧和潜能，必须使婴儿“动”起来。婴儿有极强的学习欲望和学习能力，他的学习方式是靠“感知”经验的积累和升华。婴儿是用眼、耳、口、鼻、舌、身来学习的，叫做感觉学习。婴儿特别喜欢触觉学习和动作学习，通过“动作”促进全脑发展。所以说，只有让婴儿动起来，他才能快乐和聪明。我接待的很多因情绪

困扰而十分好哭闹、入睡困难的婴儿，经过触觉和动作训练，很快就成为快乐而聪明的宝宝，我想，原因就在于此。但是，我们的妈妈和育儿者们，却不让孩子“动”，这个说，“不要竖抱，以免直肠子”，那个说：“戴上手套，以免啃手不卫生”，“把胳膊腿捆起来，以免罗圈腿”，“放在婴儿车、学步车里，安全又卫生”……总之，六个大人再加上亲朋好友，各献“良策”，“在爱的外衣下”，人们从不同角度限制孩子自动自发的感知学习活动，使孩子失去了潜能开发的关键期，失去快乐，形成儿童期一系列心理、行为问题，这也是造成以后学习困难、人格缺陷的重要原因。

帮助而不是包办代替

人类的婴儿和高等动物的婴儿相比是早产的、纤弱的，必须依赖于大人的照料才能生存。这种早产的极不成熟的大脑或许正是人类能成为万物之灵的奥秘所在。婴儿在父母的照料下，学习翻身、坐、爬、走；学习抓、勾取、扣、按、穿、画等；学习语言思维、交往，成为新一代。在这个过程中父母的作用是帮助孩子学习，而不是包办代替，例如学习翻身、坐、爬、够、走、穿、绘画，您必须通过玩具设计游戏，促使宝宝“自发自主地学习”，才能促进身心健康发展。而现在的父母和养育者弄错了关系，以成人的思维方式对待孩子，事事包办代替，结果剥夺了孩子学习的机会，压制了孩子自动自

发的探索精神和好奇心，造成孩子的成熟落后于年龄，适应社会困难。正像幼教之母——蒙特梭利博士所指出的那样：“成人”您们是被告，您们在“爱”的名义下压制孩子的成长。本丛书的几百个智力开发和情商培养游戏，正是教父母或亲职如何和孩子玩，在玩中开发孩子潜能，提高能力并成为孩子的朋友。

舔犊之情与教育之爱

自然界中几乎所有哺乳动物皆有对子女的爱，这种无微不至的关怀，是一种受本能支配的天性的表现。当前，独生子女的父母和养育者，对养育孩子表现得过分溺爱，真是“含在嘴里怕化”、“抱在怀里怕碰”，一切以孩子为中心，只要孩子高兴，甘愿趴在地上让孩子当牛马骑和抽打。但是复杂的人类社会生活仅靠天性所赋予的爱去关心、照料子女是远远不够的。在对学习的调查资料中表明，“舔犊之情”所倾注的爱和“望子成龙”所凝聚的情并未使为人父母者在教育子女上取得成功。相反，有的换来的是拳脚相加、子女犯罪。

欲为父母者必须首先学习如何做父母，了解儿童身心发展规律，掌握不同年龄段孩子所特有的言行、思维、情感方式，获得与孩子相处的特殊技能、技巧，成为孩子喜欢亲近并对孩子的身心健康发展产生有效影响的人，即教育的妈妈。