

宝宝成功手册

BAOBAOCHENGCONGSHOUCE



赠送 VCD 光盘

宝宝聪明

100

问

张 徐/编著

BAO BAO CONG MING

中国妇女出版社

宝宝成功手册

宝宝聪明100问

张 徐 编 著

王 涛

王 智 绘 图

王欣信

中国妇女出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

宝宝聪明 100 问 / 张徐编著. - 北京: 中国妇女出版社, 2005.1

ISBN 7-80203-085-4

I. 宝... II. 张... III. 婴幼儿-智力开发-问答

IV. G610-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 129560 号

宝宝成功手册

宝宝聪明 100 问

作 者: 张 徐 编著

责任编辑: 乔采芬

装帧设计: 缪 萌

出 版: 中国妇女出版社出版发行

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京通州皇家印刷厂

开 本: 880 × 1230 1/32

印 张: 8

字 数: 200 千字

版 次: 2005 年 2 月第 1 版

印 次: 2005 年 2 月第 1 次印刷

印 数: 1—8000 册

书 号: ISBN 7-80203-085-4

定 价: 19.80 元

版权所有 违者必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

前 言

随着社会的飞速发展和人类文明的不断进步，普天下父母都希望自己的宝宝智慧过人、活泼可爱、健康成长，“望子成龙，望女成凤”是许多爸爸妈妈的热切期望，从这个意义上说，该书必将成为父母所青睐的育儿必备手册。

《宝宝健康 100 问》主要讲述宝宝的健康是年轻的父母们最关心的问题，尤其是不到一岁的新生儿，由于免疫水平处于较低的层次，健康养护就显得特别重要。

《宝宝聪明 100 问》主要讲述开发潜能、育儿成材是每对父母的共同心愿和热切期望，本书将使你懂得婴幼儿认识发展的规律，让您对孩子有充分的信心，使您认识到智力开发的目的是各种才能的发展而非单纯的知识学习，除了智力因素之外，发展婴幼儿的语言、情感，培养气质、性格也非常重要。

《宝宝营养 100 问》主要讲述营养是宝宝身心发育的



物质条件，是预防和抵抗疾病的重要因素。著名营养专家现身说法，告诉你有关母乳喂养、人工喂养及辅助食品的添加等各种知识，教会你如何科学地安排孩子的饮食，使孩子保持良好的食欲。

在本书的编写过程中，编者得到了医学专家的大力支持和帮助，向新手妈妈们提供了宝宝健康、聪明、营养的具体内容和方法，这是经过实践证明了的科学的育儿经验。为了读者能更直观地阅读，学习了解有关的操作方法，我们邀请了有关专家、教授对其中的一些疑点、难点问题进行了详细的讲解和示范，并随书赠送 VCD 光盘，图文双解，更贴近实际生活。

科学的育儿方法，加上新妈妈、新爸爸的精心培养，两者合二为一，您的宝宝就会更健康地成长。

编 者

2005 年 1 月





* 目 录 *

怎样和1~6个月的宝宝进行沟通 / + 001

怎样对新生宝宝进行心理护理 / + 004

怎样和新生宝宝建立依恋关系 / + 005

怎样通过妈妈和宝宝的

交流进行早期教育 / + 007

为什么母乳有情感作用 / + 010

宠爱不等于宠坏 / + 011

和宝宝多呆一会儿有哪些益处 / + 013

宝宝不爱笑怎么办 / + 015

宝宝的情绪反应 / + 016

怎样认识1~6个月

宝宝的身体语言 / + 018

怎样鼓励宝宝交际 / + 021

访客对宝宝有哪些影响 / + 022

宝宝很敏感怎么办 / + 023

- 6个月之前的宝宝害怕什么 / + 025
- 宝宝患心理性矮小症怎么办 / + 026
- 爸爸的角色作用是什么 / + 028
- 怎样了解宝宝的气质 / + 030
- 怎样对待多血质气质的宝宝 / + 032
- 怎样和7~12个月的宝宝进行沟通 / + 034
- 怎样认识7~12个月
- 宝宝的身体语言 / + 037
- 怎样教宝宝有意识地称呼他人 / + 039
- 宝宝认生怎么办 / + 040
- 怎样帮宝宝克服分离焦虑 / + 042
- 怎样培养宝宝的独立性 / + 044
- 怎样理解宝宝的糟糕行为 / + 046
- 7~12个月的宝宝害怕什么 / + 049
- 怎样鉴别宝宝的交往能力 / + 050
- 宝宝话少的原因有哪些 / + 052
- 宝宝的社会关系是怎样的 / + 056
- 妈妈的不良情绪能影响宝宝吗 / + 058
- 宝宝厌食是因为过度重视 / + 059
- 宝宝的脾气是怎样形成的 / + 060
- 怎样利用宝宝的
- 逆反心理教育宝宝 / + 062





- 宝宝起床不高兴怎么办 / ✦ 064
- 怎样让宝宝放弃依恋物 / ✦ 067
- 怎样向宝宝表达感情 / ✦ 069
- 怎样丰富宝宝的语言 / ✦ 071
- 让宝宝独自做游戏的方法 / ✦ 073
- 什么是早期教育 / ✦ 075
- 教育的 14 个注意 / ✦ 076
- 影响宝宝智力的因素有哪些 / ✦ 077
- 后天可以提高宝宝的智商吗 / ✦ 079
- 关于好奇心与智商的几点提示 / ✦ 080
- 宝宝打妈妈怎么办 / ✦ 082
- 怎样使宝宝能说会道 / ✦ 086
- 怎样教宝宝懂得分享 / ✦ 089
- 外国人培育宝宝借鉴 / ✦ 091
- 宝宝无聊时怎么办 / ✦ 093
- 宝宝良好睡眠习惯的培养 / ✦ 095
- 怎样对宝宝说不 / ✦ 097
- 宝宝要别人东西怎么办 / ✦ 099
- 宝宝发泄情绪时怎么办 / ✦ 101
- 不能时常吓唬宝宝 / ✦ 103
- 娇生惯养对宝宝有哪些损害 / ✦ 105



乱涂乱画有助于语言进步吗 / ✦ 107

宝宝基础智能训练方式(上) / ✦ 109

宝宝非智力因素训练方式(上) / ✦ 116

宝宝数字能力的训练方式(上) / ✦ 124

宝宝语言能力的培养方式(上) / ✦ 129

宝宝注意力、

观察力的培养方式(上) / ✦ 136

宝宝的记忆、思维、

创造力的培养方式(上) / ✦ 142

宝宝缠人怎么办 / ✦ 146

使宝宝满足的方式有哪些 / ✦ 148

宝宝不满足时怎么办 / ✦ 150

怎样正确增强宝宝的自信心 / ✦ 152

怎样正确对待宝宝的要求 / ✦ 154

怎样开发宝宝的智商 / ✦ 155

怎样提高宝宝的智商 / ✦ 157

好奇心重要吗 / ✦ 158

怎样使宝宝主动动脑 / ✦ 160

怎样引导宝宝提高求知欲 / ✦ 161

宝宝变笨是训练的错吗 / ✦ 163

怎样培养宝宝的联想能力 / ✦ 164





- 创造力会让宝宝一生受益 / + 166
- 怎样纠正宝宝的坏习惯 / + 167
- 怎样培养宝宝的胆量 / + 173
- 怎样培养宝宝健全的性格 / + 174
- 宝宝的教育对策有哪些 / + 176
- 不能强制宝宝吃饭 / + 178
- 宝宝淘气时怎么办 / + 179
- 怎样注意宝宝的反抗期 / + 182
- 反抗期的运动力 / + 183
- 怎样弥补宝宝理解力的不足 / + 186
- 责备宝宝有妙法 / + 188
- 2岁宝宝素质测试 / + 191
- 宝宝基础智能训练方式(下) / + 194
- 宝宝非智力因素训练方式(下) / + 198
- 宝宝数字能力的训练方式(下) / + 201
- 宝宝语言能力的培养方式(下) / + 206
- 宝宝注意力、
- 观察力的培养方式(下) / + 209
- 宝宝记忆、思维、
- 创造力培养方式(下) / + 215
- 宝宝大哭时怎么办 / + 218



怎样训练宝宝的记忆力 / + 219

什么是超常宝宝 / + 221

怎样判断超常宝宝 / + 222

宝宝不肯刷牙怎么办 / + 225

给宝宝留住开心一刻 / + 228

宝宝性别提示 / + 229

怎样把握宝宝敏感期 / + 232

怎样把握宝宝关键期 / + 234

宝宝动手打人是否是病 / + 237

宝宝打人代表什么 / + 237

哪些宝宝应看心理医生 / + 239





怎样和1~6个月的宝宝进行沟通

怎样和新生宝宝进行沟通

新生宝宝呱呱坠地，面对的是一个完全陌生的世界，宝宝还不能明确表达自己的情绪，如果觉得不安就会哭泣。家长因而要多和宝宝沟通，帮他们建立安全感。宝宝醒着的时候，妈妈要常常和宝宝柔声地谈话，并且注视着宝宝的眼睛，唱儿歌给宝宝听，以不同的声调、不同的表情逗引宝宝。妈妈抱他的时候应该多多走动，边走边轻轻摇晃。但切忌摇晃得太猛、太快、幅度太大，以免宝宝发生意外。

年轻的爸爸妈妈们必须经常观察宝宝的动作表情、哭声变化和喃喃自语，微笑、手舞足蹈、皱眉眨眼、哭喊和惊吓等各种行为，因为这些行为常反映出宝宝的需求和感情。家长要试着慢慢地理解宝宝，针对宝宝的生理、心理需要，适时地予以满足和反应。

例如当宝宝啼哭时，家长特别是妈妈要一边寻求原因一边抚抱，一边用语言安慰，使宝宝感受到妈妈给予的亲切爱护，逐渐形成积极的条件反射，从而建立亲密和谐的亲子关系。

怎样和2个月的宝宝进行沟通

宝宝还很小，不懂得说话，也不能完善地表达情绪，但是





家长此时还是要经常与宝宝交流沟通，逐渐了解宝宝的生理规律、反应方式、适应快慢等气质特点。并且要尽量懂得宝宝的哭闹代表什么含义。

家长要多和宝宝说说话，并在和他说话的时候看着他的眼睛，表情也要生动活泼，有时候可以试着从不同的方向和宝宝说话。回应宝宝发出的每一个动作、表情和声音。时间长了宝宝就会慢慢适应，并且会做出更多地回应。

怎样和3个月的宝宝进行沟通

宝宝渐渐长大了，表情也渐渐丰富了，因而家长应该对宝宝的所有行为，包括运动、姿势、表情等做出戏剧化的夸张的反应，这样会给宝宝很大的鼓励。



家长和宝宝玩耍的时候，可以把宝宝慢慢放倒，然后轻轻托其肩部，让他坐起来，动作必须要轻，并且看着宝宝的眼



睛，如此反复数次，宝宝慢慢就会表达比较复杂的情绪了。

怎样和4个月的宝宝进行沟通

家长要经常变换语调、语音、动作和表情来与宝宝对话、游戏，对于宝宝的咿呀发声，家长要给予热情的回应。

此时家长应该像和成年人说话一样和宝宝交谈，可以把自己一天中的所见所为告诉宝宝，这样对于开发宝宝的智力非常有益。

鼓励宝宝的幽默感，认同宝宝认为有趣的事，如果他认为很有趣，那么家长也要和宝宝一起享受快乐。

怎样和5个月的宝宝进行沟通

宝宝长到5个月时，会特别喜欢节奏明快的儿歌，更喜欢家长给他念儿歌时亲切而又丰富的表情，所以每天至少要给宝宝念1~2首儿歌，每首至少要念3~4次，念的时候要配上丰富的表情和动作。另外，和宝宝对话、游戏时也应当经常变换语调、语音，对于宝宝发出的咿咿呀呀的声音，要给予热情的回应，要让宝宝慢慢懂得交谈。

怎样和6个月的宝宝进行沟通

这个阶段的宝宝已经有比较复杂的情绪了，高兴时会笑，不高兴时就会发脾气、哭闹，家长离开的时候会害怕、恐惧。所以家长必须注意在陌生人面前不能突然离开宝宝，也不能用恐怖的表情和语言吓唬宝宝，更不能把自己的情绪发泄在宝宝身上，对宝宝冷落、不耐烦，甚至打骂。要想让宝宝在快乐中成长，家长就应保持一个良好的心态，因为家长的一言一行对宝宝都很重要。



怎样对新生宝宝进行心理护理

有许多新生宝宝生下来后，非常非常的安静，很少能听到他的哭闹，甚至离开妈妈的怀抱就显得特别不安。家长因此而十分担心，怕宝宝是不是有什么心理问题。

其实，宝宝安静可能是由于个性，也可能是由于缺乏足够的安全感，和外界缺少必要的沟通和交流。家长要给予这样的宝宝更多的心理护理。如在新生宝宝刚出生，脐带结扎后，要在医务人员的帮助下将新生宝宝抱给妈妈，趴在妈妈的胸腹部上，使他们进行密切的皮肤接触。这样做不仅有利于母婴之间的感情交流，也利于妈妈体内的催乳素的分泌，使乳汁尽早地分泌，为保证宝宝有足够的乳汁打下基础。另外，在新生宝宝清醒时，可逗他笑，给他一些色彩鲜艳的、会转动的玩具看，这对新生宝宝的心理发展都有好处。认为新生宝宝什么也不知道的家长，必须纠正这种错误想法。

妈妈在给新生宝宝喂奶、洗澡、换尿布时，要告诉新生宝宝现在在做什么，如“宝宝，妈妈在给你喂奶，你要好好吃啊！”“宝宝我们现在要洗澡了，洗得干干净净的，多舒服呀！”“宝宝，换尿布喽，换完尿布宝宝就舒服了”等等。虽然新生宝宝不可能听懂这些话，但这些刺激可使新生宝宝很快熟悉妈妈的声音，对新生宝宝的听觉也是一个刺激，能够促进





听力的发展。

家长还要经常和新生宝宝进行目光交流，当新生宝宝在注视家长的时候，家长应该和他说话，引起他的注意，他会非常



Baobao gongshou

高兴。妈妈在给宝宝换尿布时，可轻轻抚摸宝宝的皮肤，这种皮肤的接触，对新生宝宝是一个极大的安慰，可使其对妈妈产生亲切感、安全感。

怎样和新生宝宝建立依恋关系



新生宝宝出生后就已有了感知觉，能听到声音、能看见色





彩鲜艳的玩具和人的脸谱，并能随声音、人的脸而转头，新生宝宝的味觉、皮肤的触觉也很敏感。家长对新生宝宝应结合日常生活护理，进行心理护理，尽早建立起母婴之间的依恋关系，这些将有益于新生宝宝今后的身心发展。

新生宝宝降生2小时之内，抱抱他非常重要。新生宝宝对最初抱自己的人怀有深深的依恋。把呼吸顺畅的宝宝抱在靠近妈妈心脏的部位，让宝宝听听在母腹里就熟悉的心跳声，则可以缓和宝宝的不安心理。

可以让宝宝赤条条地躺在妈妈裸露的胸膛上，当宝宝的身体和妈妈的肌肤直接接触时，宝宝得到了温柔的皮肤刺激。宝宝会用自己的五官，去努力探究给他带来安全和舒适的人是谁。

妈妈此时可告诉宝宝自己是妈妈，让宝宝了解自己，这会

