



健康成长0—6

理解宝宝 的心理

给爸爸妈妈看的书



海豚出版社

图书在版编目(CIP)数据

理解宝宝的心理/李慧生著. —北京:海豚出版社, 2002. 1

(健康成长0-6)

ISBN 7-80138-249-8

I. 理… II. 李… III. 学前儿童—儿童心理学 IV. B844.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第089078号

责任编辑:桃 蓉

版式设计:赵志宏

图文制作:传奇工作室

(高朦 赵志宏 赵静 于惠然 王滨 高丹 赵影)

健康成长0-6 理解宝宝的心理

作者:李慧生

出版:海豚出版社

社址:北京百万庄大街24号 邮编:100037

电话:(010)68326332 传真:(010)68993503

印刷:北京艺辉印刷厂

经销:各地新华书店

开本:16开(787×1092毫米) 字数:57千

印数:8,000册 印张:7.5

版次:2002年7月第1版 2002年7月第1次印刷

标准书号:ISBN 7-80138-249-8/G·396

定价:15.50元

版权所有 侵权必究

序



我是一个6岁男孩的母亲。每晚,孩子安睡之后,我开始写作这本书。

孩子房间的门半开着,柔和的灯光泻进屋子的一角。我稍一侧身,便能看见他熟睡的样子,使我不禁想起以前的事。

想起我们曾如何盼望他的来临,每天晚上,卷起纸筒听他在腹中的动静,感受他的小脚或小拳头或小脑袋的冲撞。可是,当他出生时,面对那一身红通通,皱巴巴的皮肤和拼命的哭叫,我们又是那么不知所措。

初为父母,如同刚来到世上的新生命一样盲然无助。但是,无论我们是否已经准备好,他说来就来了;也不管我们多么慌乱,他都用一双真挚的眼睛看着我们,似乎他一开始就相信:我们是唯一带他来到这个世界上的人,是他唯一值得信任,值得依靠的人。他把他的一切都托付给我们,而我们又不能把他视为己有。我们可以爱他,必须养育他,但却不能拥有他;我们可以为他付出一切,但他却不能以一切来回报我们。

我喜欢纪伯伦写给父母们的诗句,“你们是弓,你们的孩子犹如弓上射出的生命之箭,射手看得见无限之路上的靶子,他用力把你们拉弯,好把他的箭射得又疾又远。”



6年来,我感受到了“弓”被用力“拉弯”的辛苦,也体验着其中的欢乐。记得他10个月时,第一次清楚地喊出“妈妈”的情形,还有他的毛茸茸的小脑袋扎在我怀里的感觉;3岁半时,他第一天上幼儿园,5岁时,第一次和我们分室而居的焦虑不安的神情。每一点回忆,甜蜜中都夹杂着一些痛楚……孩子高烧不退时,被磕得头破血流时的那一种揪心的疼痛;晴天丽日的阳春,一家三口奔跑在嫩绿的草地上,看到孩子淌着汗珠的笑脸时的那一种对生活由衷的满足,我想,都是我一生中无以替代的最深切的感受。

当我几乎忘记了整夜安眠,从容就餐,悠闲自在的滋味时,他已长大了。3年前的一个早晨,睡梦中恍惚听到房门被轻轻推开,睁开眼看见半个小脑袋探进来:“你们多睡会吧,一会儿我把早餐给你们送来。”

感动中又觉惊奇:孩子真的已经长大了!当我们还未准备好时,他就来了;当我们已习惯了对他呵护倍至时,他已开始学习关照我们;当我们觉得还没有把该做的

事情都做好时,他已不再需要。

在我们的结婚纪念日,孩子举杯祝我们快乐,我们几乎同时脱口而出:“有了你,我们更加快乐!”

从一个生命形成开始,一天天,一年年,为人父母会感到陪伴孩子成长的路如此漫长,而回顾来路又是转瞬即逝。珍视与孩子相处的每一时刻,把握共同迈出的每一步,就是对孩子的最好关爱。

李慧生



目 录

一 0-1岁

— 0-1岁		2→7我哪儿错了	29
1→1抱抱我	3	2→8别吓唬我	31
1→2爸爸妈妈,笑一笑,请笑一笑	5	2→9我能玩沙子吗	32
1→3我要妈妈	7	2→10为我加油吧	34
1→4陌生人使我紧张	9	2→11我告诉奶奶去	36
1→5请让我随意地爬	11	2→12你们感觉到我的进步吗	37
1→6你们能懂我吗	13		
1→7我该练习走路了	14	三 2-3岁	
1→8为我祝贺第一个生日吧	16	3→1我自己来	40

二 1-2岁

2→1妈妈别为我担心	19	3→2我不是故意捣乱	41
2→2奶奶,那不是桌子的错	21	3→3多陪我玩会儿,好吗	43
2→3爸爸,请蹲下跟我说话	22	3→4我就想要嘛	45
2→4哇!这个世界好精彩	24	3→5谁是最重要的	47
2→5我相信一切都是真的	26	3→6我什么都想知道	49
2→6我学得很像吧	27	3→7别当着客人的面说我,多难为情	50
		3→8我喜欢和小朋友一起玩	52
		3→9我害怕打针	54



3→10又犯错误了

56

5→3为什么不听听我的意见

89

3→11我的心受“伤”了

58

5→4妈妈,让我帮你吧

91

5→5我该去特长班吗

92

5→6我不能复制

93

四 3-4岁

4→1我一定要去幼儿园吗

62

5→7我是独一无二的

95

4→2我们要分离了

64

5→8我不比别人好吗

96

4→3我不喜欢幼儿园

67

5→9原谅我,好吗

98

4→4听话就是好孩子吗

69

5→10你们爱我吗

101

4→5别在意我的小毛病

70

5→11女孩子 男孩子

102

4→6请给我讲清道理

72

5→12带我去更远的地方吧

105

4→7要是总看电视该多好哇

73

4→8我和小朋友吵架了

75

六 5-6岁

4→9爸爸妈妈又吵架了

77

6→1我自己睡吧

108

4→10男孩和女孩为什么不一样

78

6→2谁帮我穿衣服呀

109

4→11我不想自己干

81

6→3我喜欢过生日

110

4→12我该学什么呢

83

6→4爸爸过生日,我该送他什么礼物呢

112

6→5地球是谁“发明的”

113

6→6今天我心情不好

114

五 4-5岁

5→1其实我很复杂

86

6→7我要上学了

115

5→2大人总是对的吗

88



健康成长0-6

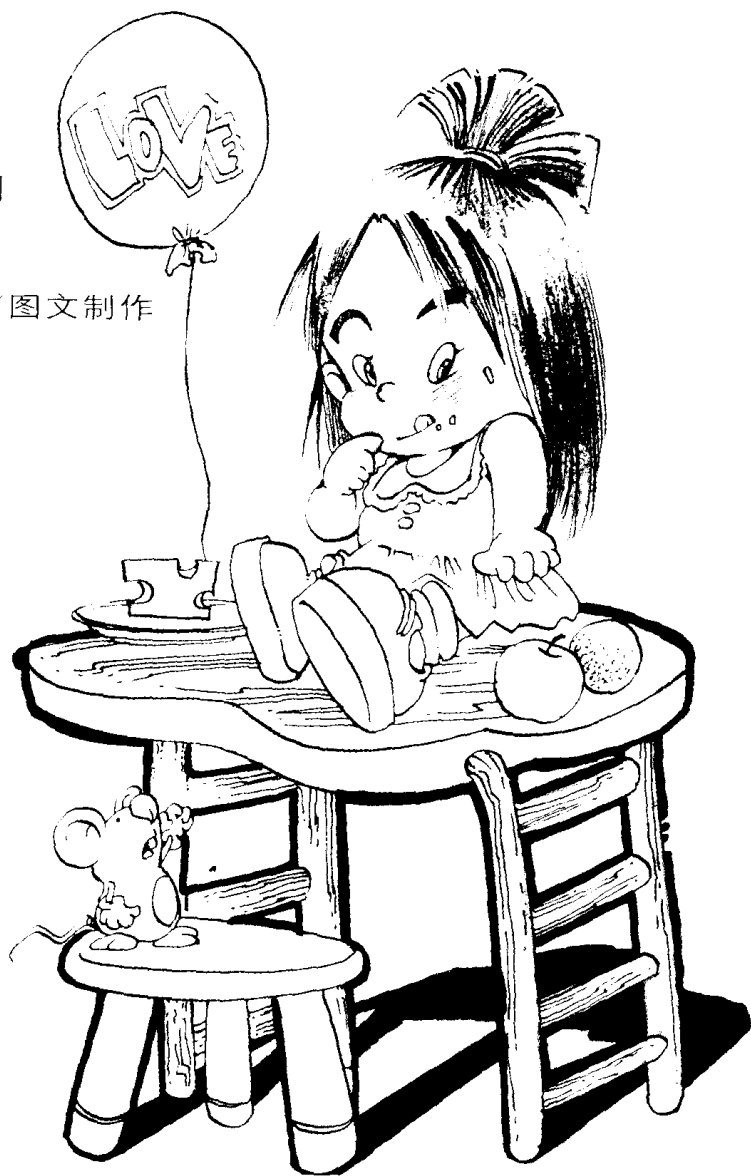
理解宝宝的心理

LI JIE BAO BAO DE XIN LI

陶 红/策划

李慧生/著

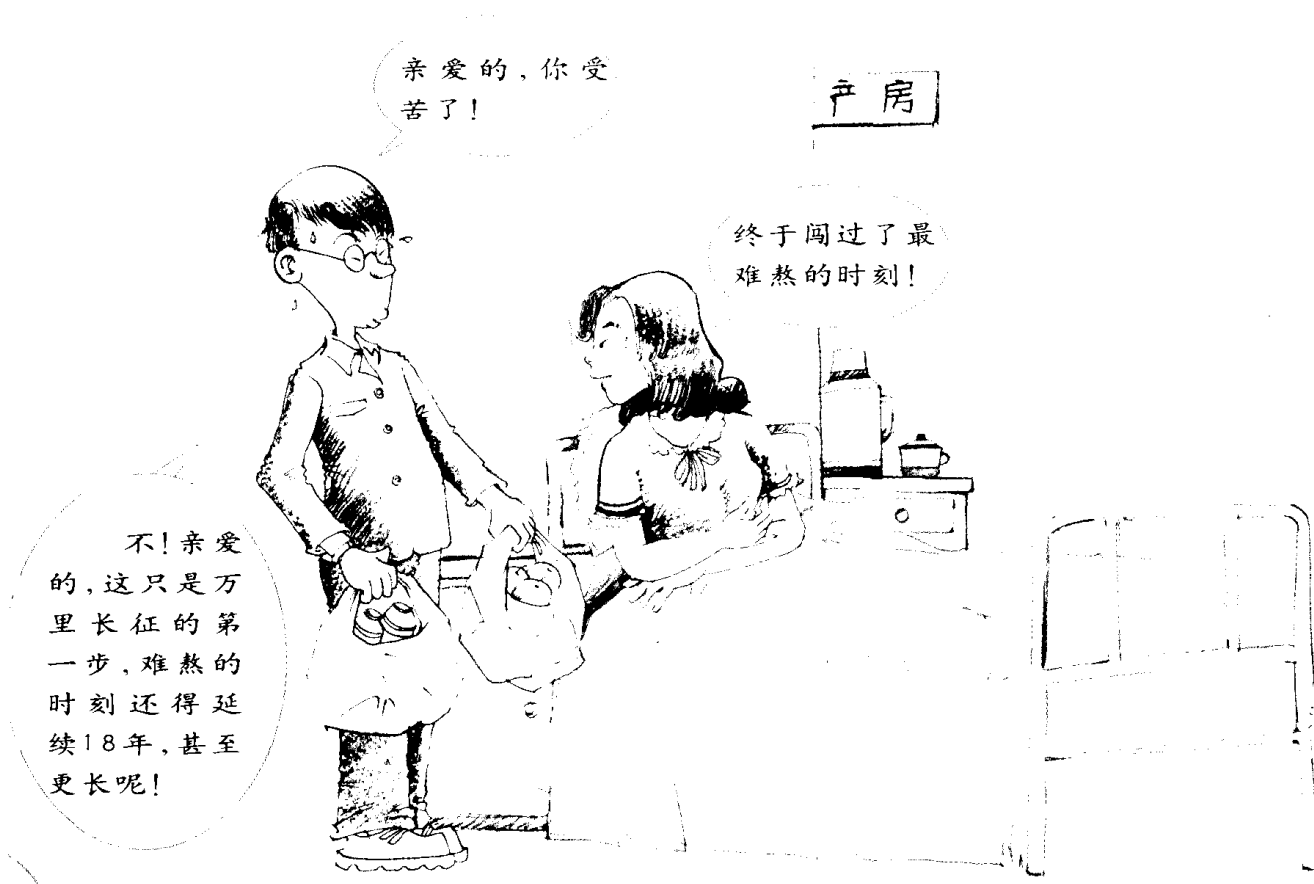
传奇工作室/图文制作



 海豚出版社

— 0—1 岁

一幢落成的
大厦是看不见地基的，
但地基又是最重
要的。



1→1 抱抱我

对于一个新生命,喂养身体最好的是母亲的乳汁,养育心灵最好的是父母所给予的亲情。

孩子出生了!他的第一声啼哭唤起我们对生命的关注,他的一举一动都充满着生命的惊喜!

孩子平安降生后,亲友们通常更关注大难之后的母亲。新生的孩子暂时交由护士照看。理由是孩子6小时内不必吃喝,不会辨认亲人,除了被包裹之后在小床上安睡,似乎不再有任何需求。

一些老人还会告诫初做父母的:小孩子不要总抱着,抱惯了就不能离身了。

其实这样做的真正原因是:我们不了解“一个人在他的一生中没有一个时期像在出生时那样经历过如此剧烈的冲突和挣扎,并承受由此引起的痛苦”(玛

丽亚·蒙台梭利著《童年的秘密》(人民教育出版社 1990年版)。当脐带被剪断之后,他脱离了赖以生存的母体,成为一个独立的人。一个稚弱的生命多么渴望以赤裸之躯贴近他熟悉的肌肤,以减轻分离的苦痛;他需要温暖,衣物不能提供温暖,只是保存体内已有的能量,他需要母亲继续用他所熟悉的体温温暖他。还因为我们无法想象那么微小的生命除了有生理的需求外,还会有精神的渴求。请年轻的父母们和我一起来想象一个新生命的感受:

似乎有一种神秘的力量引导着我,使我从静谧、温暖、黑暗的世界挣扎着来到一个纷乱的场所。我可以看到迷茫中的光亮,可以听到周围的响动。一阵巨痛切断了我与另一个世界的联系,习惯于水中生活的我像是被巨浪抛向岸边,我软弱无力,茫然无助,因此我拼命哭喊:谁来帮帮我!

忍着伤痛,伸出双手,从医生手里接过痛哭的孩子,把他赤裸的身体紧紧贴在自己的胸前,轻轻抚摩他,亲吻他。这



是迎接孩子出生的最好方式!

我们无法用言语告诉初生的孩子:我们欢迎你的到来!只需用身体的触摸让孩子感觉到:我们在帮助你,安慰你,你可以依赖我们!在轻柔的肌肤碰触中,亲情和温暖在你们和孩子之间传递着,“此时无声胜有声”,这是父母能给予孩子的最初的也是最珍贵的感受!如同母亲的初乳可以使孩子的身体获得免疫力一样,最初给予的切肤亲情可以增强孩子心灵健康成长所必需的免疫力。

很多心理学家观察过在孤儿院长大,缺少身体爱抚的孩子,尽管他们不缺乏有营养的食物和其他条件,但仍然看起来较弱小。长大之后,其中的很多人表现出自卑、冷漠、退缩、孤僻。

不仅仅用温暖的怀抱迎接孩子的来临,还要在以后的日子里,让孩子经常感受这样的怀抱。就像种子发芽,小苗成长需要水一样,亲情的眷恋是滋润孩子健全心灵成长的甘露。

多抱抱你的孩子!哪怕不惜放下手头重要的事情!这是做父母的职责,这是

表达关爱的最好方式,这也是为人父母的最美好的感觉!贴近那嫩滑的小脸,托起温润的小脚,握住柔软的小手,那是多么美好的感觉!为了孩子的健康成长,也为了自己人生中最美好的体验,不要错过这机会!

可以用这样的方式迎接孩子的出生:

护士双手举起刚产下的婴儿:“是个漂亮的小姑娘!”

母亲忍着巨痛,伸出手臂:“谢谢!把她交给我吧!”

母亲怀抱着孩子,依靠在父亲的身边,他们带着倦意和微笑注视着孩子:“她长得像谁呢?”



1→2 爸爸妈妈， 笑一笑，请笑一笑

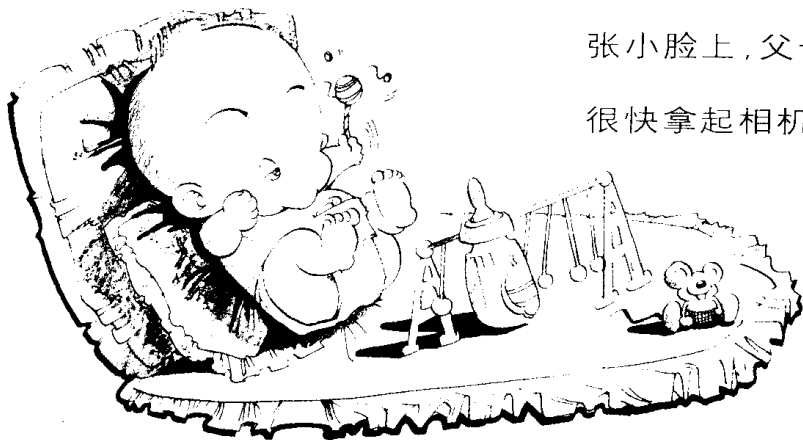
在一个刚刚试着自己“发现”世界的孩子的眼睛里，没有比爸爸妈妈的笑容更美的了。

新生的孩子多数时间在熟睡。细心的父母会发现：孩子似乎在做梦，一会儿，皱皱眉心，一会儿，嘴角微微上翘，一会儿收紧拳头，一会儿动动小脚。观察的时间长了，你会有这样的经验，孩子皱着眉头，扭动身体，可能是尿湿了，他感到不舒适，会用痛苦的表情表达；嘴角上翘，类似微笑的表情常常出现在孩子刚

换完干爽的尿片，吃饱了奶之后；饿了他
会痛哭，喂很苦的药时，他会紧皱双眉，
闭紧小嘴。用表情表达自己的舒服或不
舒服的感受，表明自己的需要，是一种本
能，在孩子还没有学习语言之前，丰富的
表情就是信号，它会“提醒”别人“别忘了
把世界带给我！”

孩子天生就懂得表情的含义，不需
要学习，他不仅会运用表情，还能看懂别
人的表情。但一定要贴近孩子的脸，因为
新生的孩子视力很差，出生后三周内仅
能看清一米以内的物体。

我保留着一张孩子两个半月时的照
片。初春的早晨，第一缕阳光照射到小床
边，孩子睁开惺忪的睡眼，看到他的父亲
正贴近他的枕边，温情脉脉地注视着他，
顷刻间，愉悦，或是欢欣的表情绽放在那
张小脸上，父子间感情的交融感动着我，
很快拿起相机，拍下了这一情景。



除了拥抱,试着多用表情和你的孩子交流。想一想你和别人交往的时候,最喜欢哪一种表情呢,是微笑!每一个人都喜欢看到别人的微笑,那表示友好、善意,还可以表示你被接纳,被欣赏,被赞许,被喜欢,也表示你给对方带来了愉快的感觉。“己所欲,施与人”!

你的微笑不仅以孩子能接受,能理解的方式传达你对他的关爱、喜欢,还可以使孩子学习用愉快的表情同别人交往的方式,这或许就是孩子以后良好的人际交往,乐观稳定情绪形成的开始。在一个缺少自主能力的婴儿眼里,亲近的抚养者所带给他的就是他的世界,一个充满微笑的世界是多么美好呀!

在孩子熟睡时,细心观察孩子的各种表情,试着去了解一个弱小生命最初来到人世的感受。当孩子醒来时,用微笑迎接他。

新生几个月的婴儿会转动他的眼球,但还不能辨别远处的东西,用你的脸贴近孩子的脸。喂奶或换尿片时,注意和孩子目光的接触,你的轻柔的动作,关注的姿态,也是一种体态表情。喂奶间歇时,用轻快的语调同孩子讲话,虽然孩子听不懂你的语言,但他喜欢你的声音。在孩子的视线之外,轻快、柔和的声调也可以向孩子传达关切和愉快的信息。新生的婴儿视力不佳,但听觉几乎接近成人。

在孩子的周围,用能唤起愉悦心情的色彩装饰起来,粉红色,淡蓝色,橘黄色,浅绿色,都可以选用。

一个美好的世界会养育一颗美好的心灵!出生后8周,孩子就会笑了,那是他新学会的面部表情。当孩子能用笑脸回应爸爸妈妈的微笑时,那将是你们与孩子之间最美好的交流,是你们共同拥有的最美好的时刻!



1→3 我要妈妈

产假之后由谁来照顾孩子呢?不管出于什么原因,作为一个母亲都没有理由在孩子最需要母亲的时候离开孩子。你可能因此而获得了一时的解脱或者一时的事业成功,但这种解脱终将变为一辈子也无法挣脱的精神枷锁。

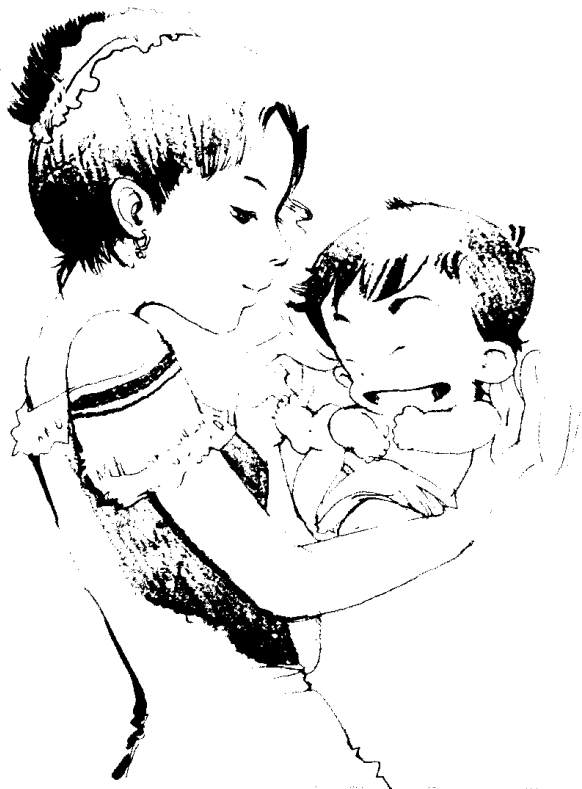
母亲在孩子刚满4个月时就要准备继续工作了,由谁来照管孩子呢?首先入选的可能是双方的父母。如果孩子的爷爷奶奶,或姥姥姥爷已经退休,身体还好,责无旁贷地要帮助年轻的父母。有的工作太忙,干脆把孩子全托给老人。家里有老人可以依靠,这样的夫妻通常被认为很幸运。老人会向你们保证:你们放心工作吧,那么多孩子我都带大了,这一个还不好带吗!隔代人的疼爱是加倍的。的确,老人知冷知热,细心周到,在他们手里孩子磕碰的机会比在年轻父母的手里要少得多。

但是,时间长了,你也许会发现,你的孩子怎么那么任性,似乎他永远是核心,一不如意就大哭大闹,而且有些胆小,不敢冒险,不愿主动同人交往,一旦犯了错误,你们很难管教他,因为他有靠山。这是一些心理学家观察了许多由老人带大的孩子总结出来的共同点。孩子长期托付给老人,甚至同老人单独住在一起,父母很少探望,这种孩子即使在成人之后都无法消除与亲生父母的隔阂,孤独感,自我封闭,或过于寻求对他人的依恋成为他人格的潜在危机。



让老人代管孩子,最好在教管方式上互相协商。无论多忙,也要每天抽出专门的时间同孩子在一起。全托是最不可取的,当你们收获自己亲手种植的苦果时,滋味自知,后悔莫及。

没有家人可以依托的,就要考虑为孩子找一家较好的托儿户或保育院。从此,夫妻二人就要奔波于单位、托儿所、家庭之间。柔弱的孩子也就开始了漂泊不定的生活。一家三口早出晚归。这样的日子久了,夫妻疲惫不堪,孩子常常生病。对于中低等收入的家庭,除了身心疲惫,经济的负担也很重,一个人的工资可能只够支付托儿费和医药费。



以这样的方式抚养大的孩子身体强壮的较少,还可能具有不活泼,缺少主动性,安全感,胆小怕事或散漫难以自控,情绪不稳定等弱点,也许会成为成长的潜在危机。

可以肯定地说,任何时候,孩子的最佳抚养者只有他的亲生父母,幼小的孩子更需要母亲多一些的照顾。一个缺少母亲充分关爱的孩子,在他的一生中将永远缺少“对外探索的安全基地”。

从你们决定要孩子那一刻起,就已经准备承担这一天职,已经有了孩子就意味着你们必须承担这一职责,推脱或逃避是对孩子的最大伤害。

母亲是孩子的最佳照料者。如果你所供职的单位在制度上有这种可能,你可以请长假或辞职。暂时离职,直接的影响是经济收入减少或中断你的工作,但从长远来看,利大于弊。

1→4 陌生人使我紧张

对陌生人保持警觉是一种自我保护,害怕生人是心理的症结。

孩子开始“认生”大致在四五个月时。他见到经常喂养他,亲近他的人,会露出愉快的表情,还会主动接近;陌生人要抱他,他会躲避。生人伸出双手要把一个依偎在妈妈怀里的孩子抱走,不是件容易的事,孩子会贴紧妈妈的身体,小手抓紧妈妈的衣服,寻求庇护。眼睛却可能紧盯着陌生人,表情是警觉,紧张,还有一些好奇。有时,若强行抱走,还会哭闹不止。

这是孩子初到一个新的环境,遇到陌生人时的常有表现。这是出于一个生命自我保护的本能。一个人对于安全的需要是伴随着生命的形成而来的,对生命的珍视和卫护是天生的,孩子虽然如此弱小,但他一开始就会力所能及保护自己。凡是熟悉的,就是安全的,陌生的就可能是危险的,有害的,他要趋利避害。这是孩子成长的一个新的里程。

在孩子四五个月到两岁以前,会明显表现出对父母亲或其他照料者的依恋,甚至也依恋他所熟悉的环境。尽可能满足孩子的这种需要,因为这可能对孩子的一生都会有潜在的影响,也会对父母与孩子之间的亲密感产生不可弥补的影响。

一个获得了安全依恋的孩子,长大以后更容易形成情绪乐观稳定,自信,而且对他人能建立信任感,勇于探索的人格特征。而一个缺少依恋对象,安全需要没有得到满足的孩子可能会表现出与人交往时容易退缩,参加活动时犹豫不决,对自己和他人缺少信任等特点。如果



父母忽视或错误地对待孩子的这种需要,还有可能使孩子形成逆反的,消极回避的,不知所措的心理特点,将不利于孩子以后与他人的交往。

当然,影响一个人成长的因素非常复杂,我们很难找到因果关系,但是心理学家的这些研究结论或理论构想也决不是危言耸听。它提醒关注孩子心理健全成长的父母们:

1. 在孩子生命的早期尽量为孩子提供一个特定的场所,不要经常改变他饮食起居的环境。

2. 孩子需要固定的照料者,不要频繁更换。

3. 孩子的喂养要有规律,不要随心所欲。

4. 带孩子到陌生环境或会见陌生人要有父母或他熟悉的人陪伴。

5. 一旦孩子表现出惊恐的表情,父母要用毫不犹豫的拥抱和温和的安慰来应对。

有一些母亲,自己不喜欢与人来往,很少带孩子接触新的环境、认识不同的人,这样的孩子上幼儿园、上小学时很可能遇到麻烦,他们可能难于适应新的环境,不喜欢主动与人交往。孩子过于害羞,内向,退缩,适应能力差,可能与安全的需要没有得到满足或与外界接触较少有关。





1→5 请让我随意地爬

练习爬行是一件危险的事情,但孩子健全成长需要这种冒险。

七八个月时,孩子会试图用手、脚和膝盖挪动自己的身体。那是最让大人担心的时候,孩子不知深浅,很容易从床上摔下来。孩子受到磕碰从这个时候真正开始了。

有一个母亲曾经对我说:我不让孩子爬,这样我就轻松了许多,孩子也很少受伤。这种做法虽然减少了一时的麻烦,看似一种对孩子的保护,其实是人为地剥夺了孩子自然生长的机会和权利。

爬行是孩子自行锻炼四肢力量、在运动中协调能力的方式,孩子的视野和活动范围因此增大,同时还能促进大脑的发育,孩子肢体的活动有利于增进智力的发展。

有的心理学家认为:一个人的成长复演了人类进化的各个阶段,从水中到陆地,从爬行到直立行走,每一个阶段都是必经的。最好不要改变生命自然的进程!

明智的父母的做法是:欣喜地迎接孩子生长中的新阶段的到来,为孩子练习爬行提供一个安全的场所。

最好有一间活动室,不放任何家具,孩子可以在地板上自由挪动;在孩子可能碰到的地方不要放小的、尖利的物品,以免孩子放到嘴里或碰伤;降低床的高度,或在床下垫一些柔软的地垫;加固小床的栏杆,以免孩子睡梦中或刚睡醒时摔下来等。

