



有助 宝宝需求的 87个信息

刘长江 编著

深入解读对孩子最具影响；
求的信息是开发孩子的
好的性格最方便、最有



中原出版传媒集团
中原农民出版社



有助 **宝宝** 需求的 87个信息

刘长江 编著



中原出版传媒集团
中原农民出版社

图书在版编目(CIP)数据

有助宝宝需求的 87 个信息 / 刘长江编著. —郑州:中原农民出版社, 2010.5
ISBN 978-7-80739-817-2

I. ①有… II. ①刘… III. ①婴幼儿-哺育-基本知识 IV. ①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第063381号

出版:中原出版传媒集团 中原农民出版社

(地址:郑州市经五路66号 电话:0371—65751257 邮政编码:450002)

发行单位:全国新华书店

承印单位:河北省大厂回族自治县正兴印务有限公司

开本:787 mm×1092 mm

1/16

印张:11

字数:214千字

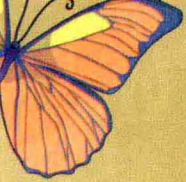
版次:2011年1月第1版

印次:2011年第1次印刷

书号:ISBN 978-7-80739-817-2

定价:29.80元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换



前言

随着新生儿的成长而变化的举止行为中包含了多少秘密？通过本书内容，可以令家长了解宝宝要传达的 87 种信息，配合大量精美图解插画，让家长读懂并享受和宝宝之间的交流，有益宝宝的成长。养育高需求的宝宝，将会是你人生最艰难旅程中的一段，同时也是最有价值、最丰富的一段旅程。

在本书中，你将会发现许多宝宝的亲身经历，并告诉你他们如何在这场与高需求宝宝的“角力”中成功地将他们，使之成为你所期望的宝宝。凭借着和自己高需求宝宝相处的经验，作者不但非常了解你所面对的难处，同时告诉你如何以亲子依附的养育方式，将这些挑战扭转为对你和宝宝都有利的益处。他们让你清楚地看见，尽管起步维艰，这些宝宝仍然会发展出敏感、自信、信赖和其他各种正面的特质。通过本书进一步证实，这些麻烦宝宝日后都将为父母的成功养育带来最珍贵的回报。

你的宝宝是否总是很烦躁，爱哭闹，而且总是要人一直抱着他？你的宝宝是否很顽固，武断又非常苛求——是个十足的麻烦人物？最受欢迎的育儿专家为你量身打造了本书。





目 录

第一章

Part1 ~ Part33

宝宝感知能力的培养

- Part1 刺激的重要性/2
- Part2 孩子成长关乎你的态度/4
- Part3 先天禀性,还是后天养成/6
- Part4 建立自信/8
- Part5 宝宝,别哭/10
- Part6 哺乳和断奶/12
- Part7 让孩子安然入眠/14
- Part8 纪律对孩子大有好处/16
- Part9 身体控制非常有限/18
- Part10 宝宝翻身了/20
- Part11 开始爬行/22
- Part12 迈出第一步/25
- Part13 蹒跚学步/28

Contents

- Part14 抓拿玩具/30
- Part15 手眼协调能力在加强/33
- Part16 尽情弹奏“乐器”/35
- Part17 能做更多更复杂的事/38
- Part18 自己穿衣服、脱衣服/40
- Part19 宝宝不能开口/43
- Part20 咿呀学语/45
- Part21 自主学语阶段/48
- Part22 说出第一句话/50
- Part23 语言在稳定提高/53



- Part24 试图了解身边每件物品/56
- Part25 伸出双手,抓握物体/58
- Part26 发现新的领域/61
- Part27 更专注的学习方式/63
- Part28 探索家中的角角落落/66
- Part29 需要与你建立亲密关系/68
- Part30 社会技能在加强,但还很脆弱/71
- Part31 主动与人打招呼/73
- Part32 对你依依不舍/76
- Part33 自我意识日益增强/78



第二章

Part34 ~ Part87

从容应对宝宝常见问题



- Part34 细心测量新生宝宝的体温/82
- Part35 哪些新生儿黄疸要引起重视/82
- Part36 宝宝出现产伤家长莫惊慌/83
- Part37 小心护理新生儿窒息/84
- Part38 新生儿假月经是怎么回事/84
- Part39 新生儿包茎怎么办/85
- Part40 细心护理因生病而输液的宝宝/85
- Part41 耐心对待宝宝哭闹/86
- Part42 细心护理多汗的宝宝/86
- Part43 宝宝腹泻莫惊慌/87
- Part44 积极预防宝宝便秘/87
- Part45 宝宝边吃边玩怎么办/88
- Part46 注意避免宝宝体重异常/88
- Part47 孩子打喷嚏、流涕、鼻塞怎么办/89
- Part48 宝宝眼屎多怎么办/90
- Part49 宝宝咳嗽怎么办/90
- Part50 宝宝喉鸣怎么办/90

- Part51 细心护理发热的宝宝/91
- Part52 宝宝呕吐怎么办/91
- Part53 宝宝腹痛怎么办/92
- Part54 宝宝抽风怎么办/92
- Part55 宝宝患口疮怎么办/93
- Part56 宝宝异食癖是怎么回事/94
- Part57 及时纠正宝宝口吃/94
- Part58 及时改善宝宝营养不良的状况/95
- Part59 宝宝长湿疹怎么办/95
- Part60 宝宝屏气发作怎么办/96
- Part61 孩子烫伤细护理/96
- Part62 孩子皮肤损伤细护理/97
- Part63 如何清除孩子眼内异物/98
- Part64 如何清除孩子耳内异物/98
- Part65 如何清除孩子鼻腔内异物/98
- Part66 如何清除孩子食道内异物/99
- Part67 如何清除孩子气管内异物/99



- Part68 孩子食物中毒如何应对/100
- Part69 孩子被动物咬伤如何应对/100
- Part70 孩子鼻出血如何应对/101
- Part71 孩子中暑和晕厥如何急救/101
- Part72 孩子溺水如何急救/102
- Part73 孩子触电如何急救/103
- Part74 儿童睡觉时磨牙的原因/104
- Part75 隆冬要预防儿童冻疮/104
- Part76 哪些儿童不宜打防疫针/105
- Part77 怎样为孩子代述病情/106
- Part78 预防儿童感冒的食物/107
- Part79 儿童咳嗽莫大意/108
- Part80 冬季儿童久咳不愈怎么办/109
- Part81 孩子发热查尿/110
- Part82 孩子发热慎打针/110
- Part83 儿童慎用感冒药/111
- Part84 孩子心理障碍可致腹痛/112
- Part85 细心治疗糖尿病/113
- Part86 如何培养孩子的耐心/114
- Part87 父母如何和孩子交流/115

附录一

培养孩子的24个妙招

- 怎样发掘儿童的潜在智能/118
- 为什么应重视培养孩子的认识能力/118
- 怎样教导孩子认识事物/119
- 培养孩子的观察力/119
- 怎样教孩子辨认颜色/121
- 怎样培养孩子的方位意识/121
- 如何培养孩子的记忆力/121
- 发展孩子的想象力/123
- 爱护孩子的好奇心/124
- 积极开发孩子的右脑/124
- 多做智力游戏/126
- 选择适合孩子玩的最佳玩具/127
- 开展家庭益智活动/128
- 培养孩子对科学的兴趣/129
- 创造良好的交谈环境/131
- 正确教育孩子识字/132
- 怎样教孩子阅读/133
- 培养孩子良好的阅读习惯/134
- 怎样培养孩子的数学概念/138
- 培养孩子的注意力/139
- 认识钟表能促进孩子的智力发展/139
- 认识钱币锻炼孩子的生活自理能力/141
- 认识日历培养孩子的自主能力/142
- 如何培养孩子学外语/143

附录二

婴幼儿科学免疫指南

- 免疫基本常识/146
- 预防接种对象/149
- 预防接种的常见反应/152
- 常见营养性疾病/154
- 维生素A缺乏症/158
- 呼吸道常见病/159
- 外科常见病/163
- 常见皮疹/164



第一章

宝宝

感知能力的培养



Part 1 刺激的重要性

发现的旅程

从降临到这个世界的那一刻开始,宝宝就表现出了强烈的学习愿望。他渴望了解这个缤纷多彩的世界,尽一切可能去探究周围的事物。宝宝是一个天生的积极学习者,无论1周,还是1岁,他都尽自己所能,使用各种已有的技能去扩张自己的认识天地。不过,这并不意味着你可以坐视一旁,任由孩子自由发展。相反,试想一下,如果孩子仅靠自己的探索就能作出这样的成绩,那么,有你的耐心帮助和热情鼓励,小家伙该能取得怎样的进步呢!

孩子这种探索周围、与他人交流、控制自我、掌握环境的决心在他出生后的第二三年里将贯穿始终,保持如一。在这个阶段,宝宝是在你提供激励的基础上,通过自己的不断努力获得新知识和新技能的。你的支持、你的刺激、你的指引能为宝宝开辟一片崭新的视野。



洗澡的小宝宝对水的冲淋显得十分欢欣,这表明像洗澡之类的每天日常生活很轻易就对孩子起到刺激作用。

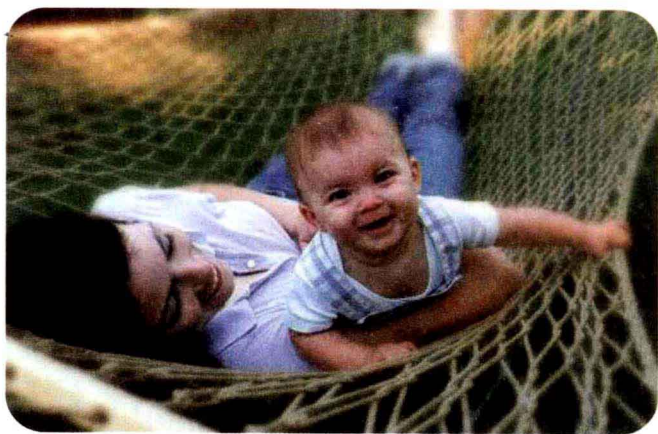
父母是孩子成长的伙伴

你的刺激和帮助将为孩子的成长提供一个强力的推动器。通过使用本书提供的活动和建议，强化扩展孩子与生俱来的学习愿望，给孩子提供各种锻炼的机会，这将使他人生初期的岁月更多姿多彩，更有回报，更具挑战——当然，也更快乐。这就是造就孩子聪明伶俐、朝气蓬勃的秘密所在。

把自己当成孩子的“学习搭档”。他的进步取决于他的能力、他的个性及他每天的日常生活这三者间的相互作用。你的角色就是和孩子一起互动，根据他的当前发展情况配合于相应的刺激，而并非是完全的控制，也不是把各种训练方法一股脑儿地全塞给孩子，如果这样，那他天生的学习热情将会消失殆尽。

但是，仅仅这样还不能提升他的学习技能——这里还有一个情感问题。毕竟，即便是一个不谙世事的婴幼儿，也极度渴望父母的关爱和照顾。你的小家伙非常在乎你的兴趣和想法，有你温暖的目光，他在尝试某件事时或许会更努力。

做孩子的“学习搭档”，你同样可以从中获益。以积极的方式和孩子互动——不只是在他犯错或是需要哺喂的时候——可以增强你和他的亲密关系。你与孩子之间情感联系的增强是相互作用的结果，因为你们俩都能以新的方式认识对方。孩子知道他将从



你和孩子一起玩的活动应当是妙趣横生的——母子俩玩得越是痛快，孩子就越能得到激励。



与宝宝的眼神接触，言语交流是异常重要的——给宝宝换衣服提供了这样的好机会。

你这里得到欢乐,得到援助;而你也由此更了解自己孩子的能力。这种日益增加的紧密联系将会建造孩子强大的自信心——以这种心境,你的孩子对未来几年的挑战将更从容以对。

专家支招

1. 切不可你说说了算。作为父母,你面临的挑战是为孩子提供高水平的刺激,而不是孩子的事务完全由你代办。家人与宝宝的共同参与才能更好地促进他的成长。

2. 喜欢和宝宝玩。如果你不喜欢和宝宝玩,宝宝不会愿意依恋你,那他学习的速度就会大大减慢。因此,你所提供的活动应当乐趣横生,而不仅是单调乏味的练

习。你得确保每天都能让孩子开怀大笑。

3. 活动要适当。在鼓励孩子和推动孩子前进之间保持平衡并不是件易事,太难的活动很容易导致孩子放弃努力。因此,你最好根据孩子实际的理解能力调整难度,给孩子适当的玩具,让孩子参与合适的活动。

4. 给孩子空间。你并不需要一天到晚都看着孩子,

试图让孩子不错过任何一个学习的机会。的确,你的刺激能使他开心,但是他也愿意有自己探索的空间和时间。

5. 欣赏孩子的成就。无论孩子聪明不聪明,能力如何,他都是独一无二的。孩子非常棒,并且需要你这样赞扬他。当他每次学得新技能时,你都应喜气洋洋地向他展示你的欣慰和骄傲。

Part2 孩子成长关乎你的态度

掌握刺激的轻重

确定你给予孩子的刺激是否妥当的最好方法是,认真观察孩子的重大情绪变化。典型的刺激不当信号是孩子的消极被动。比如,他对自己的玩具不感兴趣,身体语言和面部表情缺少活力,表现出高于常态的厌烦、疲乏和困倦。另外,你还可以发现孩子异常地沉默少言,很容易就被激怒,动辄大哭大闹。

典型的过度刺激的信号则是孩子的高度活跃。他老是感觉自己有做不完的事情;睡觉时辗转反侧,难以入睡;兴奋难



这个小宝宝正玩得津津有味。他是那么快乐、生气勃勃,这正是你给孩子提供了适宜得当的刺激的最好显示。

安,摇晃不定,注意力无所适从。你得留心这些警示的信号,掌握刺激的轻重缓急,保证对孩子刺激得当。以大多数例子来看,过度刺激比刺激不足危险更大。其原因在于:

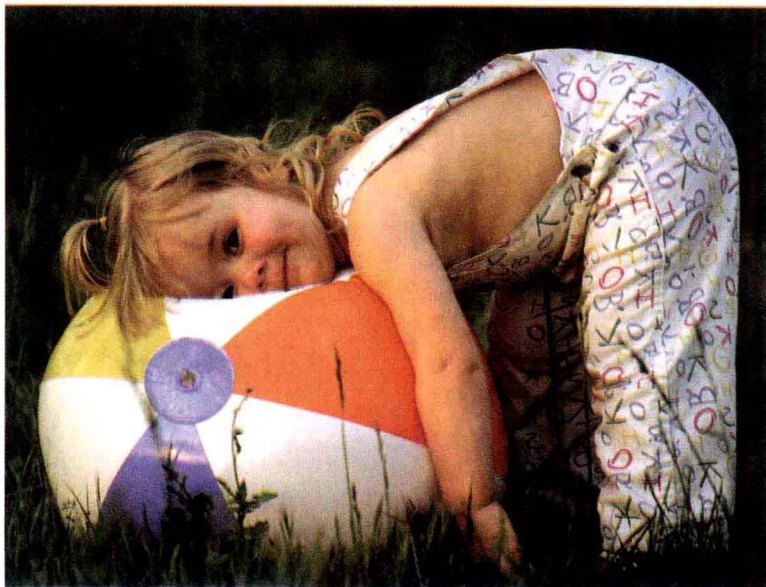
第一,你鼓励孩子实现最大潜能的愿望驱使你对孩子要求过高,不明智地提供了超过实际需要的高水平刺激。第二,你也许相信,无论刺激如何,多与少,都对孩子有益。虽然孩子吸收新信息的能力决不会耗尽,不过,刺激必须要适当,否则很快会使孩子动机消退,积极性大打折扣。第三,你总是把你的孩子与其他同龄孩子相比较,以判断孩子的成长速度。孩子任何低于同龄儿童的迹象(有的孩子总是长得快一点,比你的孩子聪明一点)都会使你耿耿于怀,倍感压力,更让你急不可待地想着怎样促进孩子的成长。

你一定得尽力抗拒压力,千万不要让孩子过度刺激。只要你明白其中的风险,并经常回过头来仔细考虑一番你对孩子所做的一切,那么这种过度刺激的概率就会大大减少。

让孩子全面发展

参与游戏对孩子是一种鼓励;在他再大一点儿时,时时提醒他学习游戏的规则。本书对你和孩子玩的时间无明确规定,更多地取决于你和你的孩子,取决于你们的爱好,你家里的生活规律和孩子的发展进度。还得记住,随着孩子一天天地长大,周围生活中发生的一切,比如每天的洗脸、穿衣、吃饭、上卫生间等日常生活都越来越多地刺激着孩子。最好的方式是本书提出的活动和孩子正常的玩乐结合在一起,这样,孩子做起来就显得自然而然,而不是刻意而为。

为了帮助孩子积极健康成长,你得停下来,用心想一想:“聪明”孩子的概念是什么?在本书中,“聪明”这个词并不是单纯意义上的“聪明”。开发孩子的学习能力仅是本书提供活动的目标之一,并不是唯一的目标。真正聪明的孩子是生气勃勃、机智有趣、



反应敏捷的,他不但适应力强、性格和善、自我控制能力优秀,并且充满自信,善于交往,与他人相处和睦。

专家支招

1. 对自己诚实。每个母亲首先都是一个凡人,在孩子身上耗尽你所有的时间,这难免会让你疲惫难堪。如果这样,那就先停下来休息一下。当你和孩子都心情愉悦时,这些活动的效果才会达到最好。

2. 不要攀比。告诉自己:孩子们的成长步调不尽相同。不论自己孩子的成长速

度是慢是快都不要过于着急。

3. 避免计划过多。对孩子而言,重要的是留出自由时间。允许孩子自己作出选择。如果你事事都为他安排妥当,在你不能和他玩的时候,他将会无所适从。

4. 顺其自然。记住:正常有序的日常生活将推动孩子的成长进步;澡盆里玩水是

学习,认识超市货架上的物品也是学习。学习贯穿着孩子的全部时间。

5. 和他人说话。父母都喜欢津津有味地向朋友述说自己孩子的成长故事——无论是成功的或是烦恼的。朋友一起分享骄傲也分担忧虑,这会让你平静下来,有助于你保持一种平衡的心态。

Part3 先天禀性,还是后天养成

两种对立的观点

下面这些事例反映了你对遗传和环境的观点是如何影响孩子的成长发展的。如果你相信“先天”的观点,你对孩子的态度也许就是:

- 并不需要为孩子提供大量的刺激,因为无论发生什么,孩子的能力发展都已成定数。

- 对孩子的成长采取一种放任自然的方式,基于这种认识,你对孩子成长的刺激将微乎其微。

- 对孩子的强项、弱点全盘接受,既无褒奖也无惩罚,不认为有帮助孩子扩展某种特长的需要。

- 既然认为你和孩子



正确对待每个孩子的个性和智能,不要当偏心眼的爸爸妈妈。即使同一家庭的孩子,常常也是各有所长,进步参差不齐。

之间的全部相似性都由遗传决定,也就无所谓训练和改进孩子的学习行为了。



无论继承了什么样的遗传,父母关爱的注视都将增加宝宝的欢悦和安全感。

如果你支持“后天养成”说,你或许会:

- 认为精心设计的刺激训练方案是帮助孩子健康成长的重要措施。
- 用心培养孩子,随时准备和孩子一起努力,推动孩子健康聪明成长。
- 把与孩子玩耍、培养孩子处理解决问题的能力当成父母责任的必要部分。
- 认为你和孩子之间的相似性是模仿而来,因为孩子总是在无意中以你为榜样。

幸运的是,没有父母和专业人士对这两类极端的观点采取一边倒的态度。生活的经历告诉你:孩子的成长绝不是“先天”与“后天”可以一言以蔽之的。这两方面的综合因素对孩子的全面成长进步究竟能产生多大的影响?这才是问题的关键。

激发潜能最大化

孩子的进步是一种动态的、持续变化的过程,而不是某一种天赋与早期成长刺激的简单联合的过程。例如,当孩子知道了一些新鲜事或得到了一种新技能,如果你对此的反应是兴奋热切,那他的信心和动力也就随之提高,而这又推动着他尝试更为困难的挑战。因此,我们可以这样说,正是你的兴趣助长了他的好奇,你的支持成就了他冒险的欲望,你的帮助和指点让他更勇于尝试和探索。这些构成了孩子成长因素的很大的一部分。

最常发生的则是,你总是希望让孩子实现潜能的最大化,因此你在家营造了一种氛围,在这种氛围里,他原本的才能得到



通过简单的花盆种植,这几个孩子将收获巨大。

了扶持并尽可能地得以发挥。那么,不要再理什么“先天”还是“后来”,使用本书所提供的活动,陪同孩子一道步向成长吧。

专家支招

1.和孩子一起玩。孩子的成长需要情感的关注,但是这种情感需要却和孩子的当前技能没有关系。事实是,无论何时,孩子都愿得到你的关注,这为他带来一种积极热烈的好心情。

2.不为孩子进步快慢所动。你会发现,有那么几个月,孩子发展是跳跃向前;而又有那么一段时间,孩子却是在原地踏步,毫无进展。成

长过程中的波动和高原现象是很正常的。

3.认识孩子的兴趣。从通常吸引孩子注意的活动、玩具、游戏中发现孩子的兴趣,并把这些内容作为进一步刺激活动的起点。定期地引进新的活动,拓宽孩子的兴趣。

4.接受孩子的个性。这孩子和他的哥哥不一样,和姐姐也不一样。和你的朋友

的孩子更不一样——他个性独特,这从他还很小的时候就看得出来。无论如何,孩子需要你的照顾和热爱:爱他的普通,也爱他的特别。

5.你的作用无处不在。虽然,归根到底,你对孩子的遗传天性无能为力,但在引导孩子发展这些天生技能、刺激鼓励孩子发展新技能方面,你可以大有作为。

Part4

建立自信

信心的组成

自信对孩子的成长意义重大:自信促使孩子有所成就,也促使孩子与其他孩子友好相处。孩子信心的建立应考虑三方面的因素:

自信。信心使他相信自己有能力去迎接面临的挑战。没有自信的孩子甚至不敢去尝试掌握新技能,因为他认为那种技能对他太困难,他宁可无所作为,也不愿冒失败的风险。

自我价值。这是指孩子对自己的评价,你每天都可发现这方面的许多事例:看着孩子,当他成功地尝试了某种事后,他或许会转身向你欣喜地开怀大笑。然而,一个不自信、低估自我价值的孩



在妈妈温暖的怀抱里,不安的孩子很快就平静了下来。