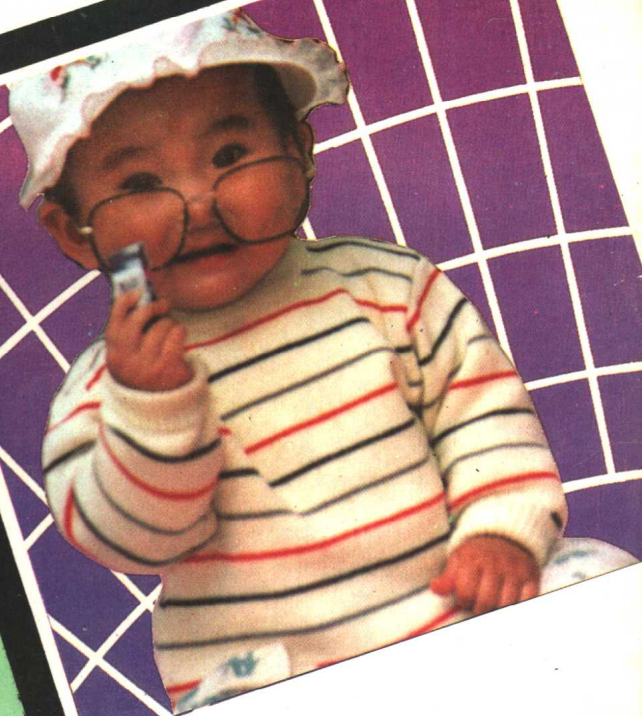


● Dusheng Zinu Chengcai Qibu

独生子女成才起步

海青 秋沙 主编

黑龙江科学技术出版社



独生子女成才起步

主编 海 青 秋 沙

编著 刘莉华 贺玉华 岑 吟

方 之 刘 慧 王 出

黑龙江科学出版社

责任编辑：周滨元

封面设计：庄方

版式设计：方之

独生子女成才起步

海青 秋沙 主编

黑龙江科学技术出版社出版

(哈尔滨市南岗区建设街15号)

沈阳市第九印刷厂印刷 新华书店总发行所发行

787×1092毫米 32开本 34.25印张 220千字

1991年4月第1版 1991年4月第1次印刷

印数：1—20000册 定价：4.20元

ISBN 7-5388-1420-5/G·256

● 目 录

一、父母须知

优生要从襁褓中开始.....	1	婴儿吃饱有信号.....	24
胎儿顺利分娩要过三关.....	2	要早给新生儿喂糖水.....	26
第一声啼哭.....	3	新生儿需要刺激.....	26
迎接一连串的考验.....	4	给新生儿喂草药茶水好吗.....	28
宝宝呱呱坠地后.....	5	观察婴儿的身体状况.....	29
新生儿的本领.....	6	婴儿的哭声.....	29
新生儿会发出哪些声音.....	7	让婴儿停止啼哭的妙法.....	30
新生儿的养育.....	9	不要强迫婴儿多吃奶.....	30
喂奶的准备.....	9	满月后剃头好不好.....	31
孩子出生后何时喂奶.....	11	婴儿翻身动作的训练.....	32
正确的哺乳姿势.....	12	婴幼儿进食与排泄的训练.....	33
不要把新生儿包得太紧.....	14	怎样和婴儿说话.....	34
关心刚生下的宝宝.....	14	对婴儿说话好处多.....	35
女婴的乳房要不要挤.....	16	五月是给孩子“追肥”	
新生儿也有所爱.....	17	的好时机.....	37
不要刮婴儿眉毛.....	17	婴儿学爬动作的训练.....	38
婴儿为什么容易吐奶.....	18	莫让宝宝早坐立.....	40
小儿吐奶是否有病.....	20	培养宝宝良好的睡眠能	
婴儿溢奶怎么办.....	20	力.....	40
怎样给婴儿沐浴.....	21	吃母乳的婴儿将来少患	
从满月到周岁.....	23	冠心病.....	42
		乳母不宜多吃新腌的蔬	
		菜.....	43

人工喂养要注意些什么	43
母乳中的牛磺酸	44
父母的态度影响婴儿的发育	45
乳儿如何进行日光浴	46
注意发展婴儿“床上语言”	47
对幼儿的语言要加强训练	48
及早纠正孩子吮手指的坏习惯	49
充分利用阳光育宝宝	49
喂奶与脸型	50
满足儿童的“皮肤饥饿”	51
低体重儿的喂奶时间	52
孩子入睡难的原因	54
怎样选择儿童睡眠的位置	54
孩子入睡时为何啼哭	55
不能让孩子咬嘴唇	55
重视孩子的第一步	56
给小儿看病前要做哪些准备	57
怎样教孩子走路	58
小女孩不宜穿开裆裤	59
注意宝宝粪便的颜色	59
婴儿练爬好处多	60
婴儿鼾声震耳寻因	60

宝宝为什么不认母	61
培养孩子良好的大小便习惯	63
调整宝宝的生物钟	64
婴儿何时断奶好	66
孩子脸蛋不宜吻	66
妈妈注意口腔卫生孩子受益	67
幼儿的举步困难	68
怎样给小儿使用痱子粉	69
小儿需要充实的生活	70
儿童吃泡泡糖好不好	71
孩子尿床不必烦恼	71
母乳好的新发现	73
小儿的特殊气味	74
孩子拒食奶粉的对策	75
当娃娃摆弄生殖器时	76
不要吓唬孩子	77
吃饭时不要训孩子	78
过分溺爱易养出肥胖儿	79
帮助孩子克服手淫恶习	80
父母的性格影响子女	81
孩子说话不连贯怎么办	81
如何矫正孩子的“语言病”	82
怎样让孩子入睡	83
让孩子与父母分床睡	84
怎样回答“妈妈，我从哪里来”	84

男孩与女孩是不一样的	85
中断了的母乳还能恢复	86
为什么母亲习惯左手抱	
婴儿	87
用正确的方法引逗男孩	88
怎样使孩子睡得更香甜	89
让孩子早日拿起筷子	89
饥饿引起哭闹	90
孩子爱乱扔东西怎么办	91
孩子不宜牵拉走路	91
入幼儿园之前的准备	92
父母的不良嗜好直接影	
响孩子	92
儿童的感情变化	93
警惕性骚扰对儿童的伤	
害	94
制定育儿目标	95
幼儿的“四环素牙”	96
小儿乳牙发出龋齿不该	
拔掉	97
不良习惯引起牙齿错位	
畸形	98
小儿龋齿的填补	98
儿童换牙期应注意什	
么	100

二、家庭优教

早期教育成功一例	101
家庭教育要从零岁开	

始	102
父母是孩子的首任老	
师	104
爱抚是儿童的第七营	
养素	105
对幼儿的要求和引导	106
婴幼儿时期的亲情教	
育	107
如何对待幼儿的眼泪	109
鼓励幼儿多说自信的	
语言	110
对幼儿进行有层次的	
教育	111
小儿为啥这样不听话	112
对幼儿不能采取强制	
教育	113
对孩子“抢物癖”的	
疏导	114
幼儿欲求不满怎么办	115
父母应具备的心理品	
质	116
当心孩子患“421”综	
合征	117
创造良好的家庭环境	119
从孩子身上发现自己	120
对孩子过分限制的后	
果	122
教子五法	123
如何倾听孩子的心声	123

让孩子干点活儿·····	125
让孩子有“生活节 律”·····	126
家庭品德教育的内容·····	127
不当的责备态度·····	129
说谎的“病根”在哪 里·····	129
对待孩子不嘴碎·····	131
培养幼儿道德意识的 方法·····	131
荒诞故事不多讲·····	133
如何克服孩子的“自 我中心”·····	133
让儿童适当接触外界 环境·····	134
陶冶孩子的性格·····	135
正确引导少儿“武术 热”·····	136
解放儿童的双手·····	137
孩子做错了事怎么办·····	138
怎样责骂孩子·····	139
管教严厉小孩易得口 吃·····	141
你是哪一级的爸爸·····	142
防止儿童滋生自私心 理·····	143
合理的惩罚必不可少·····	144
注重“感化”教育·····	145
孩子任性怎么办·····	146

奖惩与儿童品学的培 养·····	147
设置一点逆境·····	148
幻想不是撒谎·····	150
不能迁就孩子的第一 次错误·····	151
孩子为什么说谎·····	151
给孩子点“自由”·····	152
孩子注意力不集中怎 么办·····	153
孩子特别淘气怎么办·····	155
顺应儿童的独立性·····	156
孩子爱打架怎么办·····	157
如何使孩子有自信心·····	158
孩子爱学“反面角 色”怎么办·····	159
培养开拓型人才要自 幼抓起·····	160
调查孩子良好习惯养 成的情况·····	161
培养孩子的自尊心·····	162
如何纠正儿童的攻击 性行为·····	165
“学习障碍儿童”及 其教育·····	166
让孩子了解世界·····	167
从小培养儿童的统一 行为·····	168
培养孩子爱惜物品习 惯·····	168

惯·····	169
培养孩子的时间观念·····	170
不喜欢孩子交的朋友 怎么办·····	172
及早纠正幼儿的不良 性格·····	172
孩子生活规范的培养·····	173
养成孩子良好的行为 习惯·····	174
孩子气质与家庭教育·····	175
不要讽刺挖苦孩子·····	177
节日的家庭教育·····	178
对聋哑儿的家庭教育·····	179
去掉冗长的说教·····	180
培养孩子的自尊和自 强·····	181
帮助孩子履行自己的 职责·····	182
写给忙碌的父母·····	183
父母的态度——子女 的性格·····	185
儿童性格软弱的成因·····	185
与子女说话的艺术·····	186
坚强来自童年教育环 境·····	187
用积极性的语言与孩 子交谈·····	188
满足孩子的需要应有 限度·····	190

父母的权威性·····	191
教育孩子先得了解孩 子·····	192
父母的爱与威信·····	193
为孩子的“顽皮”正 名·····	194
幼儿教育中的语气作 用·····	196
爱，应该是理智的·····	197
父母是孩子的偶像吗·····	198
当孩子染上恶习后·····	199
由幼儿口吃想到的·····	201
不能在孩子面前斥责 丈夫·····	202
孩子不喜欢的谈话方 式·····	203
帮助孩子平安地度过 “反抗期”·····	203
儿童品德教育的原则·····	205
爱与儿童的成长·····	207
训练孩子控制怒气·····	207
帮助孩子树立“自我 形象”·····	208
教育孩子防“四过”·····	209
责备孩子的原则·····	210
让孩子从小爱劳动·····	211
培养独生子女的竞争 意识·····	213
从小就培养孩子的责任	

感·····	214
独生子女教育四则·····	215
训斥方法效果最差·····	216
严惩不就是打骂·····	217
培养孩子的公民意识·····	218
要尊重和信任孩子·····	219
怎样培养孩子坚强的 意志·····	220
预防儿童偏异行为的 发生·····	221
正确教育是更重要和 基本的·····	222
教育子女八忌·····	223
帮助孩子树立远大志 向·····	224
测一测你对孩子了解 的程度·····	226
父爱对女孩身心健康 的影响·····	227
孩子骂人要引导·····	227
激励孩子去创造·····	228
孩子“不合群”怎样 纠正·····	229
爱子的忌讳·····	230
对孩子怎样表示爱·····	231
孩子是在顶撞您吗·····	233
男性性格对儿童成长 的影响·····	234
怎样把故事讲生动·····	235

独生子女教育的“度”···	236
孩子有一种被重视的 渴望·····	237
教育子女的几种错误 方式·····	239
孩子们的权利·····	239
引导孩子用功四法·····	241
严而不酷，放而不纵·····	242
培养学龄前儿童的卫 生习惯·····	243
家庭教育从何着手·····	244
儿童期性教育应注意 解决哪些问题·····	245

三、智力开发

什么是智力·····	248
智力能遗传吗·····	249
怎样测量孩子的智力·····	250
婴儿智力趣谈·····	252
培养婴儿的注意力·····	253
抚爱能促进婴儿的智 力发育·····	254
怎样对婴儿进行口语 训练·····	255
对幼儿数学启蒙·····	257
鼓励幼儿“涂鸦”·····	258
根据幼儿大脑类型采 取教育措施·····	260
早期教育不光是认字	

做算术·····	261	让孩子走出图片世界·····	279
幼儿的天才表现·····	261	怎样看待孩子的智力	
儿童教育的关键期·····	262	测验·····	280
幼儿智力的发育·····	263	怎样在家里培养孩子	
小儿大脑发育的关键		说的能力·····	281
时期·····	264	好奇心和想象力·····	282
让孩子尽早地识别形		注意培养孩子的思维	
状和颜色·····	264	能力·····	283
不让孩子在计算时掰		孩子的潜智力有待于	
手指对吗·····	266	开发·····	284
男孩与女孩的智力差		儿童智力发展的关键	
异·····	266	期聪明在于培养·····	285
家庭环境与儿童智力·····	267	早期教育会使孩子“	
幼儿时期学外语单词		早衰”吗·····	286
行吗·····	268	猜谜是发展幼儿智力	
让孩子“背数”好不		的好方法·····	288
好·····	269	儿童各种能力发展的	
幼儿思维发育的特征·····	270	关键年龄·····	289
对孩子要“因材施教”·····	271	你的孩子是创造型人	
父爱对孩子智力的影		才吗·····	291
响·····	272	教孩子识字的方法·····	292
幼儿早期造型能力的		怎样教会学前儿童心	
培养·····	273	算·····	293
抓住影响孩子成才的		支持孩子探索性活动·····	294
时机·····	275	影响孩子智力发展的	
让孩子写“图画日记”·····	276	诸因素·····	295
注意培养孩子的记忆		幼儿智力开发四忌·····	297
力·····	276	怎样对待孩子的兴趣·····	298
寓教育于娱乐之中·····	278	培养孩子学会思考·····	299

培养孩子散发性思维.....	399
绘画与儿童智力.....	301
培养孩子口语表达能 力.....	302
怎样发现智力超常儿.....	304
要鼓励孩子多问.....	305
培养儿童智能切忌填 鸭式灌注.....	306
孩子不爱发问怎么办.....	307
不要抑制孩子的好奇 心.....	308
用诗歌发展孩子的语 言.....	309
怎样教孩子学拼音.....	310

注意开发儿童的右脑功 能.....	311
上学早好不好.....	313
智力游戏.....	314
“小猫钓鱼”是一种 好游戏.....	315
培养儿童想象力和创 造力的游戏.....	316
看谁找得快.....	317
培养儿童辨认能力的 游戏.....	317
培养儿童记忆力的游 戏.....	318

一、父母须知

FUMUXUZH

优生要从襁褓中开始

科学育儿要从襁褓中开始，这是因为孩子降生到世上来，并不是一个只会呼吸、吃奶的小东西，他已经接受了一定程度的“胎教”。母亲在十月怀胎的过程中所受到的种种影响，对于孩子的发育无疑都是非常重要的，十个月里，生命就是从一个极微小的细胞神奇地开始，并发生从量到质的巨大变化。胎儿在母腹中的十个月里悄悄地“倾听”着母亲的心跳声、羊水的流动声以及母体之外的各种音响，感受着母亲的情绪和运动。他也时时伸拳蹬脚、舒展身躯。这些“经历”为孩子来到人间适应新环境作了充分的准备。婴儿降生后，感觉能力要比胎儿期进步多了，细嫩的皮肤能对各种不同的刺激作出反应，小鼻子和小舌头在吮吸的实践中也变得更加敏感，蒙眬的眼睛可以追逐光源、注视亲人的脸庞，小耳朵也在倾听充满声音的世界中得以发展。随着他们生理需要和社会需要以及运动方式的不断改变，他们的注意力、记忆力、萌芽的意识、言语思维的发生和发展都为我们从襁褓中开始科学育儿提供了可靠的依据。

家庭是科学育儿的摇篮。我们不论是做父亲的、母亲的，还是做祖父的、祖母的都要注重于从襁褓中开始，科学

地教育和养育你的子孙，让他们健康、生动、活泼、主动地成长起来。

胎儿顺利分娩要过三关

一个小生命来到这个世界是多么的不容易啊！从精子与卵子结合到呱呱坠地，要在母体内生活266天，经历一系列复杂的变化。在这期间，胎儿完全要靠母亲的血液供养，和她同呼吸，共命运。好不容易挨到临盆的时候，母亲激动不安，胎儿也面临着严重的考验。

正常分娩过程大约需要6~16小时，胎儿需要闯三关。骨产道虽然只有短短的10厘米左右，但这段路程曲折复杂。首先是胎儿的头部要进入骨盆的入口，这个入口呈扁椭圆形，它的前后径短，约有11厘米，而左右径长，约13厘米，而胎儿的头顶部却偏偏与它相反，前后长，左右短。因此，胎儿的头部要想从这里通过，就得改变方向，横过来，稍稍俯屈着，才能闯过这第一道关卡。

紧接着来到中骨盆，在这里产道的径线又发生了剧烈的变化，它的左右横径短，只有10厘米左右，比胎头枕额径线长度小，而前后径却又比横径要长一些。为了适应这一变化，胎头不得不先发生俯屈动作，使枕额径变化成枕下前囟径，由11.3厘米变成9.5厘米，并不得不在骨盆腔内进行旋转，由枕横的位置转到枕前的位置，以便使胎头的左右横径与中骨盆的左右横径相一致。这就是胎儿在骨产道遇到的第二道关卡。

随后骨产道由中段往下，开始向前弯曲而后通向骨盆出口。由于产道壁较短，后壁较长，胎头要想通过，就必须在

耻骨弓处以枕骨下为支点，向前上方仰伸，面部在后下方，胎头顶先露出母体外，然后是额部，接着是眼睛、鼻子、口和下巴，直到整个胎头娩出，就算过了第三道关卡。但在这时，胎儿的头部已经被挤压得变了形，因此，刚生下来的胎儿的模样是很不好看的，脑袋被挤得长长的，呈扁圆形。但用不着担心，过不了几天，新生儿的头部就会逐渐恢复正常，慢慢变得好看起来。至于胎肩和整个胎体，可以折合缩小，所以只要胎头能够顺利通过，以后各部位娩出就好办得多了。

总的看来，胎儿顺利地娩出要闯过三关，即骨盆入口、中骨盆和骨盆出口。它所采取的动作是先入盆，然后下降、俯屈、内旋转、仰伸和外旋转等。整个娩出过程形成一个向下向内的“螺旋式”活动。当然，这些活动对于胎儿来说都是无知觉无意识的。以上讲的是顺产。如果母亲的骨盆狭小，胎儿过大，或者胎位不正，都会造成难产，医生就会考虑是否通过剖腹帮助胎儿娩出了。

胎儿闯过重重难关，化险为夷，终于呱呱坠地了。

第 一 声 啼 哭

胎儿出生后20秒钟以内，发出第一声啼哭，这哭声仿佛在宣告：“我来到了人世！”这啼哭来之不易。它要克服呼吸道阻力，使肺泡张开，从此以后新生儿就要靠自己的呼吸来进行气体交换，而不再依靠胎盘循环了。这是婴儿走向“独立生活”的第一步。这第一次吸入肺部的气流，其压力相当于他此后正常呼吸气压的10~15倍！

这第一声啼哭，是由于胎儿通过产道临时胸廓受压，娩

出后胸腔突然扩大产生负压，以及外界冷空气刺激，断脐带后血压突然升高和一时缺氧等原因造成的。这“呱呱”啼哭是新生生命开始的最重要象征。

由于新生儿的自动呼吸，肺循环的建立，心脏和血液循环也随之发生变化。在人们的体内，心脏的右半是静脉血，左半是动脉血。而胎儿在母体内时，左右心房之间有一个圆形小孔相通，因此在胎儿体内没有纯动脉血，有的只是动脉静脉混合血。可是当胎儿出生后，这种状况就无法维持新生儿在体外的正常生长发育了。因此在胎儿出生后，随着呼吸循环的建立，胎盘循环的断绝，左心房压力增高，右心房压力下降，血液不再通过卵圆孔和动脉导管了，由于动静脉血完全分开，新生儿表面皮肤的毛细血管获氧充分，啼哭之后不久就呈现粉红色。这种粉红色衬在柔嫩的皮肤上，就象玫瑰花一样，显得格外可爱。

迎接一连串的考验

在冲破母体和外界这两个界限时，新生儿的身体经受着极大的震荡和沉重的负担。这里有生化的、肉体的、甚至情感的负担。这不仅涉及到各个重要的生命器官及其功能，而且使神经系统受到震动。他的大脑、皮肤、身体的各种细胞都要承受新的考验。

除了前面已讲到的呼吸外，温度也是一个严重的考验。母体内的温度一般为 37°C ，而产房的温度无论如何也达不到这么高，因而胎儿一生下来就如同进入了冰宫，来到一个寒冷的世界，他必须经受住这种寒冷，尽快地适应外界的温度。

另外，在母体内是没有光线的，胎儿从他所习惯的黑暗中来到这个耀眼的世界，强光对他的刺激也是很大的。尽管他的眼睛一时还没有睁开，而且也不可能马上睁开。但各种光线的刺激，都是在此之前从未见过，完全陌生的。

在母体内，胎儿最最熟悉的，就是母亲心脏的跳动声，他习惯于这种声音，能很好地分辨心跳的节奏：平静的心跳——均匀，间歇较大；不平静的心跳——急促，间歇长短不均。借此，胎儿能够准确地作出反应。而出生后在产房里却听到了一连串不习惯的、嘈杂的声音，这些声音给他带来一时的恐惧和不安。

母亲的心音对婴儿来说是一种信号，婴儿通过它可以感觉到外在环境是否安定。这是从胎儿起就已养成的一种感知方式，出生后继续起作用。正是由于这个缘故，婴儿在母亲怀里很容易平静下来，安然入睡。有时婴儿尚未睡熟，母亲把他放下，他又会哭闹起来，做母亲的需要用这种搂抱来使婴儿入睡，但也不能总是搂着他睡，否则婴儿永远摆脱不了这种习惯，不能独立睡眠。其实，母亲的轻轻拍打和哼着的催眠声也起着安抚婴儿，使其入睡的作用，这些声音逐渐代替了母亲的心音，使心音退居次要的地位，从而也标志着新生命独立人生的开始。

宝宝呱呱坠地后

婴儿几乎只有2种本能：用啼哭表示苦恼和不满，用发育得很好的面颊和嘴唇吃奶。

他生来可以说又聋又瞎，必须学听学看。

婴儿有几种方法可帮助其进行生存搏斗：缺氧时，他会

打呵欠，多吸一口氧气，他还会咳嗽，把液体咳出。他还有些古怪的特征，男女婴儿的乳房都有乳汁。他的中耳贮满由子宫注入的液体以保护听觉，使他听不见外界突然而来的不熟悉的声音。过了几天，耳内液体流出，婴儿便逐渐进入声音的世界了。

头一定很大，这才可以装着与生俱来的一生所需的脑细胞，臂和腿很细小，腹部大得过分，主要是因为肝脏很大，可以贮存剩余的铁、脂肪及肝糖。而这些东西，非要到数星期后才能从食物中获得足够的供应。下颌短，是为了容易接近母亲的乳房。

婴儿的肌肉多数不是很有力的。然而有一组肌肉却强韧得出奇：就是后颈肌。刚出生的婴儿，如果俯身躺着，也可以把头从枕上昂起，他的手能握得很紧，给他一根棍子，他就有力气撑住体重。起初，大部分感官都很迟钝。不过他虽然一开始就有味觉和嗅觉。一滴柠檬汁会令他撅起小嘴；牛奶的气味使他吸吮。

初生婴儿每日大约哭2个小时左右，通常没有眼泪，因为泪腺要3个月后才长出。啼哭的作用是运动肺部和诉苦。

新生儿的本领

首先，新生儿要形成吸吮反射，吸吮是婴儿的一种本能，只要母亲的奶头碰到他的嘴唇，他就应当学会咬住它，吸吮它，否则就无法生存。幸好新生儿生来就有这种本能，开始时是无条件反射，喂过几次奶后，就形成条件反射，无论什么东西，手指、奶嘴等碰到他的嘴唇、面颊，甚至皮肤，他就会自动寻找，想方设法捕捉它。在吃奶时，他的其