



聪明妈妈系列

CONGMING MAMA XILIE



山东科学技术出版社
www.lkj.com.cn

林丽秀 主编

天才妈妈与0岁宝宝

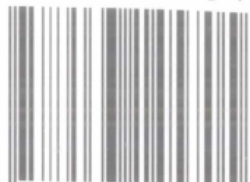
GIFTED MOMMY

责任编辑 曹秉训 仲彭军 杨 靖
艺术总监 史速建
封面设计 董小眉

天才妈妈与 0岁宝宝

要了解幼儿的世界，必须了解他们在各个时期大致的发育特征，与宝宝一起成长，分享他的快乐，从教养和保育中让亲子都得到快乐。

ISBN 7-5331-4570-4



9 787533 145705 >

ISBN 7-5331-4570-4

定价：15.00 元



TIAN CAI MA MA YU

LING SUI BAO BAO

天才妈妈

与

0 岁宝宝

林丽秀 主编

◆ 山东科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

天才妈妈与0岁宝宝/林丽秀主编. —济南: 山东科学技术出版社, 2007. 1

ISBN 7-5331-4570-4

I. 天... II. 林... III. 婴儿-哺育
IV. TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第127217号

本书由汉湘文化事业股份有限公司授权出版

图 15-2006-010

天才妈妈与0岁宝宝

林丽秀 主编

出版者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路16号

邮编: 250002 电话: (0531) 82098088

网址: www.lkj.com.cn

电子邮件: sdkj@sdpress.com.cn

发行者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路16号

邮编: 250002 电话: (0531) 82098071

印刷者: 济南申汇印务有限责任公司

地址: 济南市王官庄12号

邮编: 250022 电话: (0531) 87966822

开本: 880mm × 1230mm 1/32

印张: 6

字数: 100千

版次: 2007年1月第1版第1次印刷

ISBN 7-5331-4570-4 TS · 230

定价: 15.00元

序

0 岁儿的世界

LINGSUITERDESHIJIE

欢乐和喜悦的开端

父母总是喜欢用大人的立场、大人的理论来看待宝宝的所有行为，因此容易对孩子的部分行为产生误解，怀疑其所作所为是否具有意义。但是，如果站在宝宝的立场上大人会发现，宝宝的每个动作、行为举止都有其意义存在。例如，孩子将放在箱子里的积木一次次反复地取出来，再放回去，这种行为对父母来说只是单纯的游戏，可是，宝宝却通过这种反复的动作，来锻炼自己的肌肉发育，而且通过这个过程掌握住因果关系，进而萌生自我及自主性。如果父母能够理解这些，便能够和孩子一起分享快乐。

幼儿各种淘气的行为也是一样，这是成长过程中必然会出现的情形，若能够理解这是成长发育的过渡期，就不会怀疑家中小宝贝是否为多动儿了。

与宝宝分享他的快乐，并且深切感受到孩子的成长，领略到教养和保育原来有这么多的喜悦和欢乐，是笔者著书的最终目的。

深刻理解发育

要了解幼儿的世界，必须了解他们在各个时期大致的发育特征。但是，如果只是了解幼儿在几岁几个月后“就能够做这些”、“能表现出这样的特征”等等是不够的。必须进一步了解“宝宝开始不听父母的话”是由

于心理上哪部分的发育所形成的、又影响了宝宝哪些具体的行动与变化,是不是发育过程中某些方面有了差异、原因是什么等等。总之,深入了解婴幼儿发育的过程及原因(法则和结构),是本书的第二个目的。

0岁儿的定义及其个人差异

0岁儿包括刚出生不久的婴儿和将满周岁的幼儿。在这个范围之中,0岁儿前半期和后半期的发育状况是完全不同的,然而在托儿所的0岁儿班里,也有已经满岁的幼儿。甚至,每个幼儿因育儿期间、家庭环境、地域环境等影响,各自具有不同的“发育个性”,若将现实中未经确认的统计所得平均值强加到宝宝身上,反而会对发育形成障碍。本系列书籍由哺育不同年龄段的宝宝构成,目的并不是在讲述幼儿发育的基准值及相对的处理方式,而是在说明幼儿发育过程及原因的基础,再讲述对应方法,即是要纠正目前的育儿书和保育手册中常见的这种弊病。

本书的阅读对象

有关幼儿保育的原则,无论是父母或保育者,总是被要求在育儿和保育时须采取相同的方针,紧密地联系。以育儿层面来说,本书不仅需要各位父母和保育者灵活运用,更希望通过各地举办的亲子座谈会及家庭教育学习班当作教材来使用。甚至,对于今后以当保育者为奋斗目标的学生们和正在接受育儿指导的保姆及社会福利工作者,都能通过本书得到一些启发。

编者



目 录

第一章 0岁宝宝知多少

0岁儿的一般特征.....2

0岁儿的个性化表现 /2

照顾孩子相互作用的重要性 /3

分享喜悦 /3

基本的婴儿教育 /4

过分干涉与过分放纵的问题 /4

了解婴儿具备的能力 /5



第二章 0岁宝宝的发育与教养

身体的发育与健康

身体的发育.....9

外观的成长 /9

	身体机能的发育 /15
	运动机能的发育 /16
进食机能的发育	19
	喂奶方式的变化 /19
	开始断奶时 /19
	离乳食品的进食方法 /20
	怎样让婴儿喝水 /23
哺乳期、断奶期的营养与饮食	24
	提倡喂哺母乳 /24
	目前的人工营养 /26
	如何顺利地断奶 /27
	断奶的步骤及断奶食品的喂法 /31
0岁儿的健康	34
	锻炼身体 /34
	健康婴儿的状态 /36
	健康检查 /40
	婴儿常患的疾病 /42
	预防接种 /44



0岁儿的运动	
0岁儿运动的基本原则	49
	神经系统的运动 49
	在重力的世界 50

0岁儿的运动发育51

- 姿势的发育 /51
- 颈部的挺直 /52
- 翻身 /52
- 坐 /53
- 爬行 /53
- 独自行走 /54
- 吸吮手指——协调手与嘴的动作 /55
- 手眼协调动作 /56
- 伸展双手 /57
- 指尖的动作 /58
- 安全设施 /58

生活与生活习惯

0岁儿的生活60

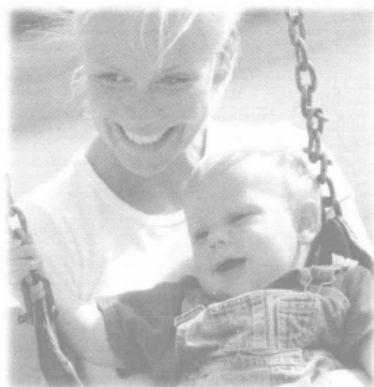
- 生命的诞生与生活的开始 /60
- 生活节奏的混乱 /62
- 试着去了解婴儿的要求 /64
- 面带笑容 /65

生活习惯的教育66

- 生活习惯教育的第一步 /66

步入社会生活

与人接触的开端69



与母亲息息相关
——对人的基本信赖 / 69
来自婴儿的回应
——哭、笑、发出声音 / 70
对生活产生兴趣
——生活习惯的萌芽 / 71
扩展亲密的人际关系 / 72
禁止的语言 / 73
与家人的关系 / 75
成长的喜悦 / 76

0 岁儿的游戏

0 岁儿的游戏 78

0 岁儿的生活与游戏 / 78

0 岁儿游戏的特征 / 79

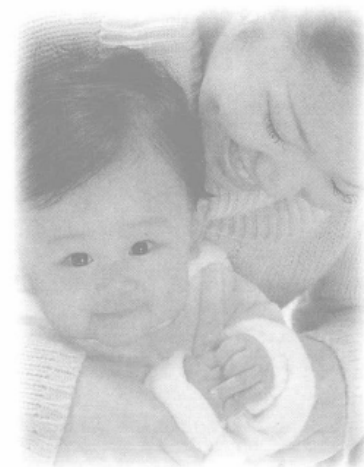
0 岁儿的感情和欲望

0 岁儿的感情发育 90

婴儿的个性 / 90

感情的萌芽 / 90

感情的发育与分化 / 91



0岁儿的感情世界.....	92
哭泣、不安 / 92	
笑、喜悦 / 94	
0岁儿的欲望发育.....	97
撒娇 / 97	
欲望的根源 / 98	
想做事 / 99	
智力的发育	
感觉与行动.....	101
0岁儿的特征	
——感觉和运动的理解与运用 / 101	
愉快地玩耍	
——为了发育得更好 / 101	
从反射性模仿到有意识的模仿 / 102	
对记忆、关系的理解.....	103
熟悉世界的形成 / 103	
对物质永存的理解 / 104	
对关系的理解 / 105	
情绪与智力的发育 / 106	



0岁儿的语言	
什么是0岁儿的语言.....	108
婴儿与语言 / 108	
掌握语言的理论 / 109	
婴儿非常喜欢说话 / 110	
婴儿的语言 / 111	
0岁儿的语言发展.....	112
跟婴儿说话 / 112	
交流的节奏 / 112	
母亲的双重角色 / 113	
0岁儿的表达能力	
0岁儿的表达活动.....	115
婴儿的微笑 / 115	
接受表达的信号 / 115	
微笑的变化 / 116	
哭声的信号 / 116	
学习表现方法 / 118	
感觉与感觉之间的交流 / 119	
培育人类行为的感受性 / 120	
意外伤害及安全	
意外伤害及安全对策.....	122
培育宝贵的生命 / 122	
婴儿的猝死 / 123	



保育者的责任 /124

相对的安全措施 /125

0 岁儿的常见问题及 处理方法131

问题 1: 早产儿的发育 /131

身体的发育 /131

精神方面的发育 /132

问题 2: 使用婴儿奶粉的

注意事项 /133

母乳与婴儿奶粉 /133

牛奶的喂养方法 /134

问题 3: 怎样克服偏食的习惯 /134

人与吃饭 /135

如何喂离乳食品 /136

问题 4: 夜哭比较严重时 /137

夜哭的原因 /138

夜哭的改善方式 /138

问题 5: 怕生 /139

怕生是孩子的心理（情绪）发育到
一定阶段的自然表现 /140

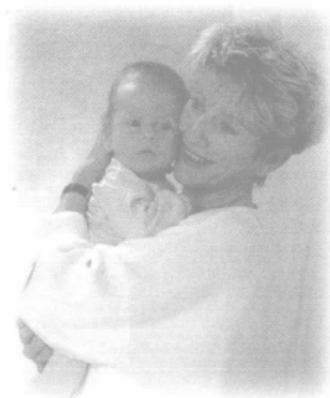
如何解决怕生的问题 /141



- 问题 6: 缺乏表情的婴儿 / 141
在婴儿期培养孩子的感情 / 142
通过被爱培育人际关系 / 143

第三章 0 岁宝宝的育儿环境

0 岁儿的育儿环境	146
婴儿用品的选购方式 / 146	
育儿用品的安全性 / 146	
几种育儿用品 / 148	
结语 / 152	
家人、家庭与孩子	153
与孩子的联系应从给予婴儿安全感开始 / 153	
对各种东西产生兴趣 / 155	
与家人及环境接触	158
户外的乐趣 / 158	
对音乐、声音、动作的兴趣 / 158	
预防危险 / 159	
欣赏的乐趣 / 160	
“淘气” / 160	



- 快满岁时 /161
- 教孩子识别危险 /162
- 玩具是幼儿的朋友 /162
- 萌芽中的自我主张和自尊心 /162
- 重视仁爱之心 /163

第四章 上班族母亲与托儿所

职业女性会遇到的问题166

- 上班族母亲们 /166
- 上班族母亲的想法及实际情况 /166
- 重新看待育儿环境 /168
- 确认托育婴儿环境 /169
- 上班族母亲的时间 /172
- 培养正确的育儿观 /174

托儿所的生活175

- 从育儿工作者的立场来看 /175
- 从进入托儿所开始 /176



第一章 0岁宝宝 知多少

