



欧美家庭心理指导经典读本

[美] Craig T. Ramey, Sharon L. Ramey 著  
克雷格·T.雷米, 莎伦·L.雷米



针对0-18个月  
宝宝的养育方案

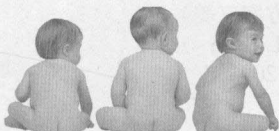
# 新生伊始

Right from Birth  
Building Your Child's Foundation for Life

余音绕 唐 涑 译

四川人民出版社

余音绕 唐 涑 译



欧美家庭心理指导经典读本

[美] Craig T. Ramey, Sharon L. Ramey 著  
克雷格·T.雷米, 莎伦·L.雷米



针对0—18个月  
宝宝的养育方案

# 新生伊始

Right from Birth  
Building Your Child's Foundation for Life

余音绕 唐 涑 译

四川人民出版社

四川人民出版社

### 图书在版编目 (CIP) 数据

新生伊始:针对 0—18 个月宝宝的养育方案/(美)  
雷米(Ramey, C. T.), (美)雷米(Ramey, S. L.)著;  
余音绕,唐涑译. —成都:四川人民出版社,2003.8  
(欧美家庭心理指导经典读本)

书名原文:Right From Birth  
ISBN 7-220-06416-0

I. 新... II. ①雷...②雷...③余...④唐...  
III. ①婴幼儿心理学②婴幼儿—家庭教育  
IV. B844.11②G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 053999 号

### RIGHT FROM BIRTH

Building Your Child's Foundation for Life

Craig T. Ramey and Sharon L. Ramey, Ph. D.

© 2002 by Craig T. Ramey & Sharon L. Ramey

Chinese edition copyright:

Sichuan People's Publishing House

All Rights Reserved

四川省版权局著作权合同登记图进 21-2002-004 号

### 新生伊始:针对 0—18 个月宝宝的养育方案

[美]克雷格·T. 雷米,莎伦·L. 雷米 著  
余音绕 唐 涑 译

责任编辑  
封面设计  
技术设计

王定宇  
邹小工  
古 蓉

出版发行  
网 址

四川人民出版社(成都盐道街 3 号)  
<http://www.booksss.com>  
E-mail: [scrmcbsf@mail.sc.cninfo.net](mailto:scrmcbsf@mail.sc.cninfo.net)

防盗版举报电话

(028)86679239

照 排

成都勤慧彩色制版印务有限公司

印 刷

成都金龙印务有限责任公司

开 本

787mm×1092mm 1/16

印 张

18.125

插 页

4

字 数

202 千

版 次

2003 年 8 月第 1 版

印 次

2003 年 8 月第 1 次印刷

书 号

ISBN 7-220-06416-0/C·339

定 价

30.00 元

■ 著作权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题,请与工厂联系调换

0—3岁是婴幼儿发育的关键时期，也是打好一生基础的重要时期。“如果孩子得到高质量的关怀、鼓励及引导，他们就能茁壮成长。”作者克雷格及莎伦伉俪教授的精警之言，道出了抚育婴儿的要诀与真谛，这也是本书——《新生伊始》的主题所在。

《新生伊始》凝聚着作者数十年研究儿科学、心理学、神经生物学、妇幼保健学的心血！它把“高质量的关怀、鼓励及引导”融入“7本基本原则”，重点放在孩子岁半前的发育进程上。“7条基本原则”是全书的核心，它根据婴儿发育的特点，按6个时段划分，精心编制程序，切合婴幼儿发育的实际，内容丰富多彩，操作简便，不受时空限制，无需兴师动众；也不用购买器材设备。它富有缜密谨严的科学性、强烈的针对性、明显的时效性。通过长期不懈的努力，就能产生良好的连锁反应和持久效应。它百试不爽，深受不同国度的千万个家庭的青睐。

如果年轻的父母们能按照“原则”内容、步骤和具体要求，循序渐进，富有耐心，不断实践，持之以恒，那就能取得成效，充分理解“爱心”对宝宝成长所具有的重要意义，欣赏宝宝独特的气质与神速的进步，整个家庭便沉浸在天伦之乐中：宝贝儿脸上绽开的每一朵笑靥，悄悄萌出的每一颗乳牙，每一次对“ma-ma, ba-ba”无限亲切的呼唤，每一次轻柔抚摸和紧紧拥抱引逗的格格憨笑声，以及宝贝儿每一次试图发挥自己的能力，去获得新的生活体验……都会在父母心中漾起幸福感和成就感，都会鼓舞父母们继续引领宝贝儿健康幸福地成长。

余音绕

于2003年母亲节前夕

## 作者简介



### 克雷格·T. 雷米博士

系美国亚拉巴马州大学伯明翰分校西维坦俱乐部(美国全国和国际性商业及专业人员社团)国际研究中心主任; 心理学、儿科学、神经生物学及妇幼保健学教授。专业研究包括: 儿童智力和社交能力发育; 促进儿童发育和学业成功的早期教育; 问题儿童、家庭与社区; 婴儿发育与认知; 儿童、家庭与媒体的关系等。

雷米博士兼任本地、本州、全国性及国际性团体和政府的顾问。这些团体包括: “全国幼儿评估测试组织”(属美国卫生部)、“预防智障委员会”(防疫中心)。他曾担任两本书的编辑, 并编写两本幼儿综合教材(适用于0—5岁), 在世界范围广为应用。他还撰写了200多篇专业论文。

## 作者简介



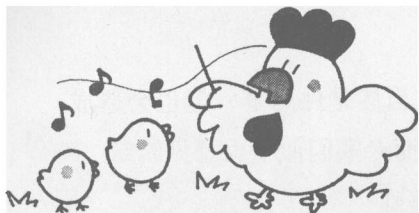
·雷米夫妇有4个子女，现居住在亚拉巴马州伯明翰市

### 莎伦·L. 雷米博士

系美国亚拉巴马州大学伯明翰分校西维坦俱乐部国际研究中心主任；神经病学、神经生物学、心理学、儿科学、妇幼保健学教授。专业研究包括：智障及发育不全的治疗；强化婴幼儿智力与社交能力的方法；孕妇抽烟、喝酒、吸毒对胎儿的影响；美国家庭生活方式的改变对儿童的影响；制订公共政策时如何参考科学发现；怎样让孩子适应学校生活且学业有成等等。

莎伦博士兼任多家政府机构、学术机构、国际组织和专业人士联盟的顾问。这些团体包括：“全国儿童保健与人类发育研究院”、“美国心理学联合会”、“儿童发育研究机构”以及“全国文化多元化峰会”等。她撰写了120多篇专业论文，见于各大科学杂志。她还是多个全国性和国际性组织的成员。

丰富多彩的活动，  
广泛的兴趣爱好，  
健康活跃的思想，  
能造就快乐而充满信心的  
父母和子女。



## 内容提要

---

### — 育儿新时代

科学和商业的发展使我们的育儿法发生着翻天覆地的变化。为人父母之初，你面对的是一大堆让人不知所措的婴儿用具、新奇小玩意、玩具、图书及“专家建议”。

有关大脑及早期认知的研究带动了一个全新的产业，据称能优化儿童的发育。广泛运用闪光的卡片、算术游戏和玩具计算机来“启蒙”两岁以下的婴幼儿。用莫扎特的音乐、天籁之音和特别设计的宝宝按摩法“激发”宝宝的大脑。

父母们拥有丰富的、前所未有的资源和信息。这当然是件好事，但也会造成信息泛滥，带来迷惑和惶恐。专家建议似乎总在变，而专家们似乎也意见纷纭。

你应该相信哪种建议？怎样为宝宝一生打下良好基础？

### —— 什么因素起作用

本书围绕育儿新法及最新建议探讨三个话题。首先，剖析最新研究成果，区分确凿事实与哗众取宠的事实，向您展示哪种育儿方法长期见效及原因何在。

其次，我们将探讨婴儿的全面发展——即发育、认知、社交、情绪发育等方面是如何相互依赖、相互作用的。我们希望借此让您对孩子岁半以前的发育进程有更全面的了解，同时掌握张弛有度的育儿法。

第三，我们将帮助您学以致用。我们把科学发现的精华归纳为儿童在日常生活中需要遵循的“7条基本原则”，以及在宝宝发育的各个阶段，如何具体实施这些原则。这些建议凝聚着几代父母的育儿心血及科学研究的精萃。既实用，又灵活，能满足丰富多样的现代生活的需要和父母望子成龙的夙愿。

### —— 享受教子之乐

我们相信孩子是无与伦比的。但是，本书的目的不在于培养神童，而是着重介绍人们所认识到的婴幼儿的巨大潜能，以及父母们如何在关爱宝宝的同时，享受生活的乐趣。

为人父母的乐趣难以言表——令人难忘的瞬间、发人深省的时刻以及充满挚爱与惊叹的岁月——让你的生活完全改观。在你帮助孩子塑造未来之时，孩子也在帮助你重塑生活，走向成熟。





我们感到非常有必要在本书中与诸位共享我们的观点与体验。身为研究人员，我们与诸多科学家们过从甚密。我们还身兼4个儿女及2个孙儿的家长，这4个子女的年龄小至6岁，大至31岁。

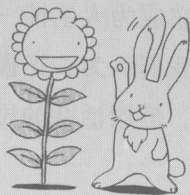
我们的观点与体验如下：为人父母是人生一大乐事；尽管如此，没有必要让它成为人生惟一的要事，掌握育儿的知识能让你获益匪浅。同时我们认为，把握尺度很重要。丰富多彩的活动，广泛的兴趣爱好，健康活跃的思想，能造就快乐而充满信心的父母和子女。

我们投身于改善儿童发育状况的研究生涯之中，历时数十年，研究不同的项目和不同生活环境中的儿童，以期了解儿童发育中最具持久影响力的因素。我们不辞劳苦地进行调查，收集、分析数据，阅读，思考，交谈，写作，希望能帮助人们了解日新月异的知识，帮助普天下的儿童健康幸福地成长。

如果能更多地了解婴幼儿发育的知识，你就能更深入地理解：为什么某些育儿方法更有效，能更好地培养可爱的、积极的、有创造力的优秀的孩子。本书介绍的方法既有趣又实用，相信能让你得到启迪。

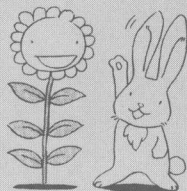
教育子女总存在挑战与不确定因素。但是，如果你能欣赏宝宝充满童趣、令人惊喜的发育进程，能理解爱心对宝宝成长的重要性，能赏识宝宝与生俱来的独特气质，那么你的收获也越丰富。这正是为宝宝一生打下基础的最佳途径，促使他不懈地探索与追求，满怀信心地跋涉在漫长的关爱、学习、享受与奉献的人生旅途上。

## 目 录




### 第一部分 我们学到了什么

- 第一章 我们真正了解什么 ..... 8  
——科学怎样改变育儿之道
- 第二章 大脑的奇迹 ..... 25  
——婴儿期的发育
- 第三章 感觉世界 ..... 36  
——熟悉环境，建立联系
- 第四章 原因和结果 ..... 52  
——产生认识、信任的基础
- 第五章 婴儿期的交往技能 ..... 73  
——社交与情绪的发育
- 第六章 词语的魔力 ..... 94  
——语言及交流
- 第七章 学习与智力 ..... 108  
——什么是智力？我们能不能改变它
- 第八章 爱与管束 ..... 126  
——性格的基础
- 第九章 婴儿的多重世界 ..... 138  
——家内家外好时光
- 第十章 7条基本原则 ..... 156  
——每天帮助宝宝的指导原则



## 第二部分 宝宝的发育

- 简介 ..... 186
- 第十一章 确定方向，树立信任 ..... 188  
——第1个月时
- 第十二章 发现世界 ..... 206  
——2—3个月时
- 第十三章 成为社会性动物 ..... 220  
——4—6个月时
- 第十四章 思考和试验 ..... 236  
——7—10个月时
- 第十五章 独立 ..... 252  
——11—14个月时
- 第十六章 发展自我能力 ..... 268  
——15—18个月时
- 展望未来 ..... 282



首先，  
剖析最新研究成果，  
区分确凿事实  
与哗众取宠的事实，  
向你展示  
哪种育儿方法  
长期见效  
及原因何在……

Right from Birth

R i g h t f r o m B i r t h

首先，  
剖析最新研究成果，  
区分确凿事实与  
哗众取宠的事实，  
向您展示哪种育儿方法  
长期见效及原因何在。



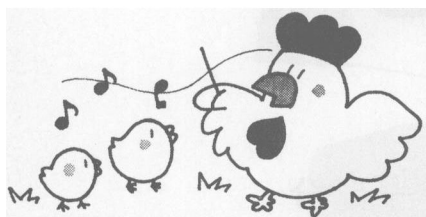
## 第一部分

### 我们学到了什么

其次，  
我们将探讨婴儿的  
全面发展——  
即发育、认知、社交、  
情绪发育等方面是  
如何相互依赖、  
相互作用的。  
第三，  
我们将帮助您  
学以致用。

孩子一生的成长——  
包括身体、情感、社交及头脑等——  
最为活跃、迅疾的阶段是在3岁之前的幼儿初期。

大量最新研究成果显示，  
这一时期所发生的变化远远超出我们的想象，  
而一些最为重要的发育过程，  
早在婴儿呱呱坠地之时便初见端倪。



## 第一章

# 我们真正了解什么

——科学怎样改变育儿之道

看着自己的小宝贝儿一天天长大，行动能力越来越强，父母们无不沉浸于喜悦之中。而现在，大量新的科学发现使父母们更注意孩子在其他方面所取得的进步。很多父母已意识到，小宝贝自降临人间，便能积极地对外界刺激作出反应，我们在过去未能充分认识到这点。如今他们意识到，婴儿与父母的亲情纽带至此便开始联结，宝宝的情感与社会认知能力便在迅速发展。

有关婴儿发育的最新发现，固然令人兴奋，但是也造成一些模糊认识。科学上的新闻成为热门话题。最新科学发现使得一批批意在帮助父母培育孩子、获取竞争优势的书籍、文章和产品如雨后春笋般冒了出来，而父母们总是在孜孜不倦地了解最新研究动态。



不幸的是，很多文章的主题都集中在孩子早期学习和智力发展方面，而忽视了其他领域的发现，而这些发现对于孩子早期的经历具有同等重要的意义。这种偏重一方面的宣传，使得教育界更加注重儿童早期的学习，形成父母关注的新焦点：我的小宝宝怎样才能学得更多更快？如果我在目前未能做到尽善尽美，这会不会限制小宝宝的成长？现在才帮助孩子是不是为时已晚？

本章旨在帮助你从新的发现中觅取信息。同时，讨论媒体是怎样报道新的发现的，从而引导你对这些信息进行评估，看它们是否切合你和孩子的实际。嗣后，我们将告诉您我们目前对婴儿发育的研究情况，以及怎样行之有效地为婴儿的发育导向。

### —— 与科学发展同步

在最近几十年，很多领域的研究都取得巨大进步。新技术允许我们研究以前不可能研究的课题——从婴儿视觉、听觉的难解之谜到孩子解决问题时大脑的活动状态。生物医学和保健方面的突破性进展，极大地改善了母亲的健康状况，提高了婴儿存活率，甚至包括早产儿与先天不足的婴儿。以前学龄儿童才能得到治疗的某些疾病，包括学习与语言能力发育迟缓、听觉与视觉机能障碍以及身体发育有残疾等，现在都可在早期通过特殊方式进行治疗。对一些有特殊需求的孩子，比如那些患有先天愚型病或其他基因型疾病的孩子，如今能够从婴儿时代起，便拥有广阔的学习空间。较之不久前还处处受到局限的生活，这确实是可喜的变化。可以给婴儿配上矫正型镜片，使他们看得更清楚；对于听

觉有障碍的儿童，他们的父母可在孩子出生头一年便学习使用肢体语言，从而避免孩子不健康地成长。

进步是如此迅猛，父母无不希望跟上最新发现的步伐。可以理解，他们热切地希望尽其所能，了解能促进孩子在今后的生活中走向成功的新方法，尤其是媒体大力渲染社会风潮——与其他国家的儿童相比，孩子们的考试成绩有所下降，表现不佳、学习有障碍和注意力分散的儿童人数急剧上升，使父母们希望了解应怎样增强孩子的学习能力，与此同时，孩子又能全面发展，体格健壮，擅长社交。

当父母们被“专家们”的各种新建议所包围时，他们也许会发现某些观点或意见自相矛盾，有悖常识。更有甚者，他们被不断告知，他们做的任何事情，都会长时期地影响到孩子，使得那些做出错误选择的父母将抱憾终身。

孩子成长中会出现一系列具有里程碑意义的活动。在当前父母所能监测到的活动中，早期学习的能力是最新潮的标准之一。很多父母心中都有着林林总总的“平均”指数——一个“正常”的孩子何时可以坐立、爬行、走路及说话。有的父母甚至会监测孩子较为复杂的能力，如理解目标的持久性和孩子早期的数字概念。他们不但将这些能力与其他不同标准的儿童相比，而且与全国的标准较劲。

子女在托儿所或学前学校的父母，尤其热衷于作这样的比较，因为他们借此能看到自己的子女在同龄人中的表现——这实际上像个热闹非凡、充满竞争的鱼缸。其结果是，对于每个孩子独有的个性特征，少了一点欣赏，多了一点忧虑。

所有这些发展势态，给父母和子女都增加了压力，家庭生活也减少了快乐、和谐的氛围。这种不愉快的结果是不应该出现的。深受几代父母与子女信任的儿童科专家、已故的本杰明·斯波克博士讲得很对：父母实际所知的比他们目前理论上所知的要多。很多父母不需要书中的任何建议，同样能做得很好。而最佳的建议





则可以使父母确信，他们为孩子提供了恰当的刺激，符合婴儿的发育周期，同时切合自己的价值观与生活风格。

### —— 新的研究告诉我们什么

最新的有关婴儿发育的发现，吸引了公众空前的关注，这就是有关婴儿大脑的发现。其中最为重要的是证明幼儿初期即婴儿出生后3年中，大脑的生长和发育尤为迅猛。芝加哥大学的神经病学家彼得·哈顿修切博士曾用电子显微镜首次观察到婴儿大脑内的神经键——神经元的神经线连结——的密度。他发现，神经键的数量在早期呈迅速增长之势，嗣后便有所减缓——这是神经系统有选择地进行精简。

