

全新第2版

[美] 海蒂·麦考夫 莎伦·梅泽尔 著 莫夏迪 译

海蒂 育儿大百科

What to Expect (1~3岁)
the Toddler
Years

海蒂·麦考夫

全球最畅销的孕产育儿书作家
世界最具影响力的100人之一

※ 美国最畅销的孕产育儿系列，常年
高居美国亚马逊书店孕产类图书排行
榜前3名

※ 系列图书销量超过3400万册，
译为30多种语言畅销全球



全新第2版

海蒂 育儿大百科 (1~3岁)

What to Expect the Toddler Years

〔美〕海蒂·麦考夫等 著

莫夏迪 译

南海出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

海蒂育儿大百科. 1~3岁 / [美] 麦考夫等著; 莫夏迪译. — 海口: 南海出版公司, 2014.2
ISBN 978-7-5442-6991-9

I. ①海… II. ①麦…②赵… 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 (2013) 第 289172 号

著作权合同登记号 图字: 30-2010-173

WHAT TO EXPECT THE TODDLER YEARS, SECOND EDITION
by HEIDI E. MURKOFF, SHARON MAZEL
Copyright © 1994, 2009 by What to Expect LLC
This edition arranged with Renaissance Literary & Talent Agency
through Big Apple Tuttle-Mori Agency, Inc., Labuan, Malaysia.
Simplified Chinese edition copyright ©
2014 THINKINGDOM MEDIA GROUP LIMITED
All Rights Reserved.
Cover illustration: Judith Cheng
Interior Book Design: Lisa Hollander, Janet Vicario
Book illustrations: Marika Hahn

海蒂育儿大百科 (1~3岁)

[美] 海蒂·麦考夫等著
莫夏迪译

出版 南海出版公司 (0898)66568511
海口市海秀中路 51 号星华大厦五楼 邮编 570206
发行 新经典文化有限公司
电话 (010)68423599 邮箱 editor@readinglife.com
经销 新华书店

责任编辑 崔莲花 侯明明
装帧设计 徐蕊
内文制作 文辉伟业

印刷 北京中科印刷有限公司
开本 700毫米 × 990毫米 1/16
印张 55
字数 850千
版次 2014年2月第1版
印次 2014年2月第1次印刷
书号 ISBN 978-7-5442-6991-9
定价 59.50元

版权所有, 未经书面许可, 不得转载、复制、翻印, 违者必究。

致 谢

就像我们养育那 8 个宝贝一样，撰写本书也给我们带来了许多挑战。我们花费了 4 年的时间进行研究，撰写了初稿，修订成册。我们非常幸运，有那么多善良的人们愿意帮助我们，以应对这些挑战。现在，这本书终于出版了，借此机会，我想向曾经为我们提供过帮助的人们表示感谢：

- 我们之前的所有读者，正是他们提供建议、见解（给我们寄来了很多卡片和信件）以及他们的忠诚（非常非常的感谢），耐心的等待（他们确实等待了很久），本书才得以出版。

- 伊丽莎白·海瑟薇，一个刚刚学会走路的宝宝，她为本书提供了不少照片，非常感谢她做出的贡献，她很棒，她的发育基本符合正常的发育进度。

- 莫里斯·格林博士，我们杰出的医疗顾问，他不厌其烦地审阅了我们发送给他的稿件，煞费苦心地进行修正

了书中的医学术语。他不仅为我们带来了科学上的帮助，还使我们的作品精益求精，无论他多么繁忙，只要我们提出的问题，他都会尽快处理。

- 圣安妮·拉夫，本书的编辑和好朋友，用她一贯优雅的文笔、幽默风趣的语言以及旗帜鲜明的态度，编辑了本书的手稿。

- 整个编写小组和相关人员，尤其感谢莉莎·克霍兰德和珍妮特·维卡里奥制作的绘图；朱迪特·博德纳细心的审稿；琼·L·吉尔达奈拉和罗伯·斯特尼斯基认真的校对；大卫·席勒做的封面；以及皮特·沃克曼为本书贡献的智慧、理解和耐心。

- 梅莉嘉·哈恩，为本书添加了那么多可爱的宝宝。

- 马克·威登博士，感谢他提供的宝贵意见和援助，尤其是在宝宝安全和急救方面。还有很多人为我们提供了专业的知识，包括：卡罗尔·马

库斯博士、J·拉特·盖尔特博士、凯西·莱昂纳德博士、阿尔·穆尼博士、雪莱·巴瑟斯、W·K·弗兰克伯格博士、贝弗利·布雷斯艾克、凯特·德·安布瓦斯、萨拉·雅各布斯、安·威姆菲默、艾伦·弗里德曼、苏·凯勒曼、温迪·萨克斯、芭芭拉·布劳恩、苏珊娜·摩根索、咪咪·盖尔布、夏娃·库尔森、艾丽·科顿、迈克尔·兰德，以及在育儿小组和研讨会上向我们提问的爸爸妈妈们。

●美国儿科学会的工作人员，包括：迈克尔·科普兰、卡罗琳·科尔巴巴、莱斯利·威廉姆斯和米歇尔·韦

伯，帮助我们确保本书的准确性和时效性。

●《当代儿科》(*Contemporary Pediatrics*)的编辑们，美国公众科学中心(CSPI)的茉莉亚·高曼，以及美国国家儿科护士和从业者协会，他们提供了很多宝贵的意见。

●出色的助手塔米卡·霍尔和纽尔卡·萨美特，他们整理了堆积如山的期刊和信件，记录了各种电话号码，并完成了日常的文案工作。

●阿比·麦考夫和诺曼·麦考夫夫妇，以及米尔德里德·萨拉迦和哈里·萨拉迦夫妇，一如既往的支持。

儿科医生的育儿书

本书内容丰富，具有很强的权威性、可读性和实用性，有助于家长了解宝宝的需要、行为和发育，同时还提出了很多对宝宝的照料、指导和掌控的宝贵意见。（也许“掌控”一词应该加个引号。有了宝宝之后，就分不清谁“掌控”谁了。）

本书比一般的育儿书更通俗易懂。作者以细腻动人的笔触介绍了1~3岁宝宝发育的必然历程（虽然这段时光非常困难，却也是非常愉快的），这也是很多家长推崇本书的原因。

现在，人们越来越清楚地认识到，3岁之前的发育情况在很大程度上决定了孩子的未来。也就是说，父母在宝宝小时候投入的心血可以给宝宝带来健康的体魄、成熟的情感发育、良好的修养、出色的社交能力和积极的人际关系。所以在这个年龄段，父母在养育、护理、关爱和理解

方面投入的心血会让宝宝在一生中获益匪浅。

本书将帮助父母们了解不同年龄和阶段的宝宝应具有什么样的能力，以及什么样的范围才是正常的，指导父母面对不断的挑战，并帮助解决宝宝在发育中的关键问题，如良好的营养、及时免疫、安全游戏、酣睡、断奶、说话、独立、自律、健康和卫生习惯，还介绍了各种儿童保健知识。

本书尤其重视幼儿行为和发育问题的预防，并提出了切实可行的建议。作者不仅帮助父母避免负面影响，还强调了正面影响，帮助父母理解在养育宝宝过程中的对与错。

发脾气、呼吸暂停、睡眠障碍、咬东西、注意力持续时间短、语言发育迟缓、如厕问题、自作主张、否定一切、抗拒限制……作者不仅解释了这些行为和发育问题产生的原因，还提供了详细指导，可以帮助父母们尽

量避免这类问题的发生。这些建议针对宝宝的年龄、需要和能力，父母们可以轻松找到适合自己宝宝的建议。

本书的一个主要目的，就是为经常不知所措，甚至有时陷入绝望的父母们提供可以提高信心、自尊和效率的信息。书中提到了一般父母常会提出的问题，并给予了全面、可靠的回答。尽量增加与宝宝的互动和交流，这会为宝宝和父母带来一个良好的开端。

作者周到的意见和建议，旨在帮

助父母享受与宝宝共处的时光，帮助他们以积极的方法来应对宝宝性格形成时期要面对的问题，帮助他们理解宝宝似乎不可理喻的行为，将宝宝视为独特的个体，并开发宝宝的潜能。

本书回答了许多现代父母关心的问题，非常贴近我们的生活，完全适应现代家庭和现代社会迅速变化的特点。本书将育儿原则、社会认知、行为和生物科学以及成功的医学实践融合到了一起，形成了卓有成效的育儿指导。无论是父母还是专业人士，都可以从本书中获益匪浅。

美国儿科学会莫里斯·格林博士
美国印第安纳州立大学医学中心
儿科学教授佩里·W·莱什

“两个”宝宝的故事

这是最美好的时刻，也是最黯淡的时刻。这是艾玛宝宝的专属时刻。

房间里，鞋子扔得到处都是，因为她觉得穿鞋不舒服。如果饼干不是完整的一块，哪怕只缺了小小的一角，她也坚决不吃。在1月寒冷的早上，她可能会只穿着泳衣；而在8月炎热的下午，却闹着要穿上厚厚的大衣。等公车的时候，她可能会一屁股坐在脏兮兮的马路边上。在超市买东西时，她可能赖在糖果货架前不走。每天她都会发脾气，每天睡觉时她都会出现问题，每天我们都要为吃饭（“不吃那个！”），穿衣（“不穿那个！”），玩（“不去！”）而战。她会固执己见，发起脾气来无比暴躁。对待仪式性的行为，她有着近乎痴狂的执着。

然而，只要她的一个微笑——光洁的小脸蛋上，可爱的小嘴一弯，我们坚定的心立刻就融化了。与她拥抱

的那种吸引力远远超过了美味的巧克力（甚至让我们上瘾）。她甜甜的声音显得那么可爱，即使发音不准也一样让人忍不住喜欢（把香蕉说成“小脚”，把花生酱说成“花匠”，把爸爸说成“大大”）。正是这些迷人的时刻，让我忘记了她的坏脾气以及其他消极的东西，这些时刻让我快乐、着迷，让我感到了幸福。我喜欢她在我照顾她弟弟时，学着我的样子“照顾”玩具熊。我喜欢她给娃娃们“喝茶”，给生病的玩偶看病。我喜欢她一边在秋千上摇来摇去一边唱歌，一边翻看绘本一边喃喃自语。我喜欢她在公园捕捉毛虫和蝴蝶，然后放在“虫虫房”里观察。我喜欢看着她走路，看着她傻笑，看着她玩闹，看着她睡觉。

养育艾玛的过程有很多困难的时刻，而同时，这些时刻也是最快乐的。虽然处于不同年龄段的艾玛我都

喜欢，但她在幼儿的这段时光对我而言是最特别的——我既体会了很多痛苦，也品味了很多幸福；在经历了一些混乱、迷惑、愤怒和兴奋的起起伏伏之后，我们一起走过了这段美好的时光。

现在，艾玛早已从调皮捣乱的两岁宝宝长成了懂事、可靠、有责任感的11岁的女孩。时间过得真快，时光已经抹去了她成长中的那些不快。

但愿我的这些经历可以帮助你更加了解你的宝宝。宝宝不可避免会出现一些让你头疼的行为，毫无疑问，

这也是人生成长的第一步。如果出现这些行为，并不是因为你作为父母不够称职，也不是因为宝宝不好，这些行为都是正常的，宝宝这么做，并不是想让父母生气（虽然结果通常都是这样），宝宝这么做是因为成长，这个年龄的宝宝就应该这样，这是他们在进行新的尝试。

所以，这些尝试非常了不起，是无法阻挡，不可抗拒的，而父母应该尽量去理解这些尝试——这也是本书的目的。在此希望，本书可以帮助父母与宝宝共度最美好的时光。

海蒂·麦考夫

开始之前

如何使用本书

育儿中很少有绝对的东西（当然，有一点是绝对的，就是每个宝宝都需要爱），也没有一个“完全正确的方式”（除了会影响宝宝安全和健康的问题之外）。本书只能作为建议和实例，为你提供有限的见解和解释——它可以作为补充和支持，而不能取代你的直觉。希望本书能起到抛砖引玉的作用，而不要让它束缚住你的手脚。不同的宝宝需要不同的育儿方法（即使是同一家庭中的两个宝宝也一样，同一个宝宝处于不同环境时，也需要调整育儿方法）。不同的父母以及同一父母在人生的不同阶段也都有可能采用不同的育儿方法。因此，本书只能作为一个指导，而你应该发挥自己的天赋、技巧、本能和知识来照顾自己的宝宝（没有人比你更了解宝宝），这样才能发现最适合你的方法。

宝宝现在可以做什么

每一个宝宝都是独特的，他们都会按照自己的速度成长。很少有宝宝完全符合所谓的“平均”或“典型”标准，所以比较没有什么意义。所有父母都担心宝宝落在同龄人的后面，如果你家的宝宝有这样的情况也不必担心，等他稍微长大一点之后，就会出现巨大的飞跃，可以赶上甚至超过其他同龄人。

但是，我们都会忍不住想了解自己的宝宝和其他宝宝相比究竟怎样。为了帮助你确定宝宝的发育是否属于正常的范围，我们在书中加入了每月标准，用以描述宝宝1~2岁的主要成长，还有每季标准，用以描述宝宝2~3岁的主要成果。这些标准是以著名的丹佛婴幼儿筛选测试第2版（Denver II scale）为基础，并添加了早期语言发展标志（ELM）范围的若干项目。

下面是使用方法：每一个“宝宝现在可以做什么”的标准都分为四类：“宝宝应该会”列出了该年龄 90% 宝宝都可以达到的标准；“宝宝很可能会”列出了该年龄 70% 宝宝都可以达到的标准；“宝宝也许会”列出了该年龄 50% 宝宝都可以达到的标准；“宝宝甚至会”列出了该年龄 25% 宝宝都可以达到的标准。

大多数父母发现，他们的宝宝可能会同时达到几个不同的标准，有些宝宝则一直停留在一个固定的标准，还有些宝宝可能在这一个月有点整体发育不平衡，而下一月又平衡了。

所有这些情况都是正常的，除非有证据表示宝宝的发育真的出现了异常，这时应向医生咨询。例如，在宝宝始终未能做到同龄宝宝“应该会”的事情，或觉得宝宝发育出现了问题。即使这样，也应谨慎地评估。有些宝宝其实一直在成长，只是有时略微低于平均发育水平而已。

如果你喜欢，可以使用本书中的“宝宝现在可以做什么”部分定期检查宝宝的发育，但是不要将此作为宝宝潜力的判断依据。如果你发现自己痴迷于将自己的宝宝与平均水平进行比较，那么最好少看或不看这些“标准”，你的宝宝会发育得更好，你和宝宝也会更加快乐。

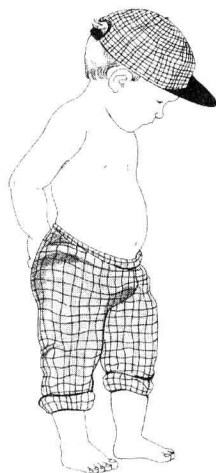
请记住，每章讨论的问题并不局限于本书所述的月份或时期。

还请记住，和婴儿一样，学步期幼儿的发育也不会是平稳和呈直线型的。在宝宝成长的道路上，少不了磕磕绊绊，曲曲折折。取得巨大的进步前，往往会出现很多混乱；然后，宝宝似乎突然之间就会走路或说话了。停滞的时期看似没有进展，其实宝宝一直在练习和扩展新的技能，而这些技能都是正常发育所需的。有压力时，宝宝的发育可能会非常缓慢，甚至会倒退。此时，为宝宝提供充足的支持，往往能使宝宝重返正常的轨道。

非传统家庭应注意

现在，组成一个家庭的方式有很多种。所谓的“传统”家庭——由一对父母一起抚育宝宝——仍是标准的方式，但根据统计，半数以上的美国孩子都是在非传统家庭中长大的。有时是家庭成员的主动选择，更多的时候是环境决定。单亲家庭越来越多（通常为母亲）。虽然只是少数，但以下也属于非传统家庭：单独由父亲抚育孩子的家庭、未婚异性或同性伴侣组成的家庭、父母分享监护权的家庭，以及由爷爷奶奶抚育宝宝的家庭。

本书适用于所有的家庭，包括传统和非传统家庭。为了简便起见，我们有时只提到了传统家庭，而不是所有的家庭。但是，这并不意味着排除生活在非传统家庭的人们。更多有关非传统家庭的信息，参见第 25 章。



目录

第一部分 养育 1 ~ 3 岁的宝宝

第 1 章 12 ~ 13 个月

宝宝现在可以做什么.....	2	吐食物.....	18
一岁宝宝的体检.....	3	自己吃饭的脏乱.....	19
你可能疑惑的问题.....	4	依赖.....	19
宝宝经常摔跤.....	4	分离焦虑.....	22
撞东西.....	6	第一次分离.....	24
大肌肉群发育缓慢.....	6	父母的分离焦虑.....	27
粗大运动技能发育缓慢.....	7	拒绝使用杯子.....	28
确保鞋子合脚.....	7	断奶瓶.....	29
鞋子的更换.....	10	什么时候断母乳.....	32
内八字.....	10	不愿待在婴儿围栏里.....	35
见到什么摸什么.....	11	猫咪打盹儿.....	36
见什么敲什么.....	13	语言滞后.....	37
有关尿布的问题.....	14	交流失败.....	39
食欲减退.....	15	父母一定要知道：让宝宝说话.....	40
牛奶过敏.....	17	什么对宝宝最重要：别人也有权利.....	45
扔食物.....	17		

第 2 章 13 ~ 14 个月

宝宝现在可以做什么	48
你可能疑惑的问题	48
否定主义	48
设置限制	51
不要用“不”来回答问题	52
罢吃	53
倒东西	54
扔东西	55
集中注意力的时间很短	56
膝内翻	56
外八字	57
扁平足	57
踮脚走路	58
“让他哭”创伤后遗症	58
培养艺术感	59
父母一定要知道：玩耍就是宝宝的工作	59
什么对宝宝最重要：关于祖父母	64

第3章 14 ~ 15个月

宝宝现在可以做什么	67
15个月宝宝的体检	67
你可能疑惑的问题	69
玩脏东西	69
半夜醒来	70
晚上加餐	72
拒绝社交	73
很小就会打架	77
养宠物	78
恢复爬行	80
词汇匮乏	80
原始人的语言	81

胎记	81
父母一定要知道：宝宝用感官去探索	82
什么对宝宝最重要：没有人是完美的	88

第4章 15 ~ 16个月

宝宝现在可以做什么	90
你可能疑惑的问题	90
害怕狗	90
不怕狗	92
不好的饮食习惯	93
不规律的饮食	93
饮食习惯的改变	94
换椅子	94
高大的宝宝	95
害怕陌生人	96
不怕陌生人	97
对妈妈的偏爱	98
把要睡的宝宝留给保姆	99
总是往嘴里放东西	100
拒绝洗澡	101
婴儿如厕学习	102
咬书	103
爬上爬下	104
牙齿不整齐	105
出牙期的偏执	105
父母一定要知道：如何鼓励宝宝学习、思考和体验新的经历	106
什么对宝宝最重要：阅读是快乐的需要	108

第5章 16 ~ 17个月

宝宝现在可以做什么	111
-----------	-----

你可能疑惑的问题	112	不能安静地吃饭	156
奇怪的便便	112	吃饭的时候玩耍	156
开冰箱门	112	在外面闹情绪	158
扔东西的习惯	113	对儿童车的抗议	159
黏人	114	和洗发水作斗争	161
在游戏小组里养成的坏习惯	115	不愿洗手	162
尖叫	118	嫉妒	165
脱纸尿裤	119	提早发脾气	165
继续使用能安慰宝宝的東西	120	走路时间晚	166
吮吸拇指	122	父母一定要知道：关于电视和宝宝	167
一直用奶嘴	123	有关看电视的 10 条建议	169
安慰行为	125	什么对宝宝最重要：你重视的价值观	172
从不自我安慰	126		
是否该拴着他	126	第 7 章 18 ~ 19 个月	
父母一定要知道：管教宝宝	127	宝宝现在可以做什么	174
管教的技巧	134	你可能疑惑的问题	174
什么对宝宝最重要：“言行举止”的基础知识——礼仪介绍	138	夜游	174
		从小床里爬出来	175
		因为出牙，晚上总醒	176
		打鼾	176
		长期流鼻涕	177
		多动症	177
		不够活跃	183
		发音不清楚	184
		语言发育迟缓	185
		温顺	186
		使用武力的宝宝	187
		乱走	188
		拒绝剪指甲	190
		父母一定要知道：宝宝如何交朋友	191
		什么对宝宝最重要：向动物表示友好	193
第 6 章 17 ~ 18 个月			
宝宝现在可以做什么	141		
18 个月宝宝的体检	141		
你可能疑惑的问题	142		
什么时候再要一个宝宝？	142		
不耐烦	144		
电话干扰	145		
打扰客人	147		
小睡的问题	149		
早起	151		
晚上不愿睡觉	152		
分离问题	154		

第 8 章 19 ~ 20 个月

宝宝现在可以做什么	195
你可能疑惑的问题	195
好斗的行为	195
拉头发	202
咬人	202
报复	205
对待玩具不友善	206
攻击朋友	206
屏气	207
没完没了的“这是什么”	207
从难以相处的婴儿到难以相处的幼儿	212
涂鸦和其他破坏性的绘画	213
讨厌洁净	214
在游乐园很胆怯	215
过分敏感	216
父母一定要知道：应对宝宝的恐惧	217
宝宝为什么恐惧	217
应对宝宝的恐惧	219
什么对宝宝最重要：给予的乐趣	222

第 9 章 20 ~ 21 个月

宝宝现在可以做什么	224
你可能疑惑的问题	224
小观察家	224
吞东西	226
乱塞东西	226
对小鸡鸡的担忧	228
对小鸡鸡的嫉妒和好奇	228
亲吻嘴唇	229
展示友爱	229

宝宝，想说爱你不容易	230
认识性别	231
扼杀儿子的情感	234
给女儿的挑战	236
枪和其他武器玩具	237
不讲理	240
父母一定要知道：安慰宝宝的艺术	241
什么对宝宝最重要：错与对	243

第 10 章 21 ~ 22 个月

宝宝现在可以做什么	245
你可能疑惑的问题	245
不愿轮流玩游戏	245
保护你珍视的东西	247
对电器着迷	251
做爱时让宝宝逮个正着	251
对私处的探索	252
体态的问题	253
只对父母发火	253
习惯行为	254
对食物的崇拜	254
抗拒变化	255
反复阅读	256
对音乐的专一	257
现在为学用马桶做准备	258
新生儿和学习使用马桶	258
大方变成自私	259
父母一定要知道：跟宝宝一起旅行	259
去哪里都可以	259
坐飞机旅行	262
坐火车旅行	265

坐汽车旅行·····	265
住宿：挑选一个地方·····	267
晕车反应·····	268
整理行李·····	272
什么对宝宝最重要：分享·····	274

第 11 章 22 ~ 23 个月

宝宝现在可以做什么·····	278
你可能疑惑的问题·····	278
下午 5 点的折磨·····	278
用手习惯·····	280
打包综合征·····	281
刷牙时发脾气·····	282
吃牙膏·····	283
拒绝使用牙膏·····	284
梳头时的胡闹·····	284
不愿穿鞋·····	285
穿袜子的问题·····	286
穿衣的困境·····	287
不愿穿外套·····	290
不愿戴帽子和手套·····	291
自己穿衣的挫败感·····	292
粗暴的亲密行为·····	294
央求“跟我一起玩”·····	294
一直很笨拙·····	295
反复说“不”·····	296
公共场所的吵闹·····	296
语法错误·····	299
代词混淆·····	300
ABC 和 123 的问题·····	300
父母一定要知道：建立自尊·····	301

什么对宝宝最重要：健身的重要性·····	304
----------------------	-----

第 12 章 23 ~ 24 个月

宝宝现在可以做什么·····	307
两岁宝宝的体检·····	308
你可能疑惑的问题·····	309
第二个生日派对·····	309
为什么？为什么？为什么？·····	311
如厕学习出现倒退·····	312
害怕医生·····	313
害怕牙医·····	316
害怕理发师·····	317
害怕入睡·····	318
夜间醒来·····	319
与压力有关的夜醒·····	319
噩梦·····	320
夜惊·····	322
梦游·····	323
色盲·····	324
逆反心理·····	324
天赋·····	325
“抱我”综合征·····	326
给宝宝换床·····	327
不友善的行为·····	329
厌倦跟宝宝一起做游戏·····	330
膝外翻·····	331
破坏性行为·····	331
良好的吃饭习惯·····	332
拒绝安全座椅·····	333
宝宝是个跟屁虫·····	334
与上学有关的疲劳·····	334

断奶时间延后	335
尴尬时刻	337
抱怨	339
宝宝生气	343
在公共场所发脾气	344
可爱的脾气	345
父母一定要知道：调教宝宝的脾气	346
宝宝发脾气的背后隐藏着什么	346
不要发脾气	347
解决宝宝发脾气	349
暴风雨之后	352
什么对宝宝最重要：每个人的不同之处	352

第 13 章 24 ~ 27 个月

宝宝现在可以做什么	356
你可能疑惑的问题	356
总是洒出来	356
现在开始摄入脂肪和胆固醇	358
开始服用维生素咀嚼片	360
参加活动不安分	361
暴躁的日子	362
过度兴奋	362
抠鼻子	363
不吃新的食物	364
乳糖不耐受	365
拒绝喝牛奶	366
牛奶的安全	366
太专注	367
拒绝花时间吃饭	368
“给我”	370

胡思乱想	371
父母一定要知道：鼓励创造力和想象力	372
创造力	372
想象力	375
什么对宝宝最重要：妈妈是谁？爸爸是谁？用性别来区分	379

第 14 章 28 ~ 30 个月

宝宝现在可以做什么	382
你可能疑惑的问题	383
什么都有的宝宝	383
管教别人的孩子	384
宅宝宝	384
总演独角戏	386
拒绝亲吻	386
不愿拥抱	387
喜欢拍打	388
第二语言	388
在家里赤裸	389
幼儿裸露	390
安排太多	391
半夜来访	392
家庭床	393
困难任务带来的挫败感	394
害怕尝试	396
过度独立	397
口吃	398
对勃起感兴趣	398
早晨慢悠悠	398
走路时慢悠悠	400