

# 0~3岁 儿童最佳的 人生开端

正常儿卷

中国宝宝早期教育和潜能开发指南  
(第三版)

鲍秀兰◎等著

全国96家医疗机构  
268位儿科专家  
30余年协作研究的结晶

献给年轻父母、儿童早期教育及  
早期干预工作者的珍贵礼物



中国妇女出版社

著名儿科专家鲍秀兰

第四届中国内藤国际育儿奖获奖者

中国协和医科大学儿科教授

中国医学科学院北京协和医院儿科主任医师

中国优生优育协会常务理事

# 0~3岁儿童最佳的 人生开端

正常儿卷

中国宝宝早期教育和潜能开发指南

(第三版)

鲍秀兰◎等著



中国妇女出版社

版权所有·侵权必究

### 图书在版编目 (CIP) 数据

0~3岁儿童最佳的人生开端：中国宝宝早期教育和  
潜能开发指南·正常儿卷 / 鲍秀兰等著. -- 3版. -- 北  
京：中国妇女出版社，2024.1  
ISBN 978-7-5127-2312-2

I. ①0… II. ①鲍… III. ①胎教②婴幼儿—早期教  
育 IV. ①G61

中国国家版本馆CIP数据核字 (2023) 第174042号

责任编辑：陈经慧

封面设计：末末美书

责任印制：李志国

出版发行：中国妇女出版社

地 址：北京市东城区史家胡同甲24号 邮政编码：100010

电 话：(010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

邮 箱：zgfncbs@womenbooks.cn

法律顾问：北京市道可特律师事务所

经 销：各地新华书店

印 刷：小森印刷（北京）有限公司

开 本：170mm × 240mm 1/16

印 张：26.75

字 数：360千字

版 次：2024年1月第3版 2024年1月第1次印刷

定 价：75.00元

如有印装错误，请与发行部联系

德教  
厚生  
德寿

李铁映

第十届全国人大常委会副委员长，第十三、第十四、第十五届中央政治局委员，  
原国务委员、中国社会科学院院长李铁映同志为本书亲笔题词

普及科学知识  
提高人口素质

彭珮云

第九届全国人大常委会副委员长，第十四、第十五届中央委员会委员，  
原中华全国妇女联合会主席、中国红十字会会长彭珮云同志为本书亲笔题词。

## 本书主编

中国医学科学院北京协和医院 鲍秀兰

## 本书作者

中国医学科学院北京协和医院 鲍秀兰 王丹华

首都儿科研究所 孙淑英 李辉

北京师范大学 张澜

北京大学第一医院 周丛乐

首都医科大学附属北京安定医院 郑毅

中国优生优育协会实验基地

刘维民 马磊 吴菊英 郑启城

宝篮贝贝儿童早期发展中心

北京大学第六医院 贾美香

上海交通大学医学院附属新华医院 颜崇淮

中国疾病预防控制中心妇幼保健中心 王惠珊 张悦

北京美中宜和医院 李月萍

北京市第六医院 马燕茹

## 第三版序

《0～3岁儿童最佳的人生开端（正常儿卷）》《0～3岁儿童最佳的人生开端（高危儿卷）》已经陪伴大家走过了二十多个年头，也陪伴我进入了耄耋之年。

自退休以来，我一直在宝秀兰儿童早期发展优化中心从事新生儿行为测查及其应用，0～3岁早期教育和窒息儿早期干预，脑瘫、智力发育落后、社会交往障碍的早期诊断和干预的相关工作，主要是希望通过这样的方式继续推动婴幼儿早期教育，让我们多年的研究成果得以延续，让更多家庭受益，同时也希望这些研究成果继续帮助那些儿科医生、幼教工作者以及所有关心下一代成长的同志。

这套书连续出版二十多年，实现了几十万册的加印，这说明这套书的内容得到了读者的认可，我相信这几十万册图书也帮助了几十万个家庭。受出版社之邀，将再版这套书，之所以答应出版社，是因为我认为这套书还可以继续实现它们的价值，也希望它们能够继续帮助需要它们的家庭。这次图书的再版，主要对书稿的内容进行了重新梳理，修订了图书中发现的一些小错误，并对书稿里面的一些知识点进行了更新。

我希望广大父母能够在孕育宝宝的时候提前阅读此书，并在其指导下，养育出聪明可爱的健康孩子。即便是因为一些特殊原因导致孩子早产、出生时窒息、颅内出血，我相信提前有了知识储备，很多悲剧都是可以避免的。

很高兴这么多年来我的作品一直受到广大父母的信赖和喜爱，也很庆幸我依然还工作在一线为需要我的家庭和孩子奉献微薄的力量。每次看到经过干预后的孩子在我面前露出健康的笑容时，就是我最开心的时刻。

最后，祝每个孩子都能健康成长，每个家庭都能幸福美满！

鲍秀兰

2023年8月

## 推荐词1

(1998 年第一版)

生育一个健康聪明的孩子是每对父母的心愿，也是“优生”国策的要求。据调查，在我国 0 ~ 4 岁儿童中约有 2.7% 为不同程度的残疾儿，其中智残约占 70%。在各种残疾中，智残对家庭、社会和国家都是沉重负担。造成智残的原因有遗传因素、营养因素和环境因素等，围产期缺氧造成脑损伤也是重要原因之一。

过去，我们对抢救成活的窒息儿只能采取爱莫能助的消极态度。等到出现症状时再进行治疗，效果当然是不好的。鲍秀兰等同志采取了积极主动进行早期干预的办法，使受损伤的新生儿能在干预中尽可能地发挥其潜在能力，使残疾程度减轻，生活质量提高。这方面的做法和经验总结在《0 ~ 3 岁儿童最佳的人生开端（高危儿卷）》中。我向广大围产医学工作者和妇幼保健工作者推荐本书，希望大家能学习和推广他们的经验，加强产科、儿科合作，不轻易放弃防治机会，为实施我国“少生优生”基本国策和提高我国人口素质做出新贡献。

北京大学第一医院名誉院长、妇产科教授  
中国关心下一代工作委员会专家委员会原主任 严仁英  
世界卫生组织母婴保健合作中心原主任

## 推荐词2

(1998 年第一版)

儿童是我们的未来，我国党和国家领导人非常关怀儿童的发育成长。我们要使每个儿童享有全面发展的权利，包括生存、体格、智力和社会适应能力的发展。我国每年约出生 2000 万新生儿，有约 4000 万年轻父母，千百万儿科医护人员、儿童保健工作者、儿童心理和教育工作者、社会工作者在为儿童的全面发展操劳、奋斗。这本书是为儿童早期智能发育服务的。

这种努力应从新生儿期开始，应争取将促进婴幼儿智力、社会适应能力发展的措施纳入各级卫生保健服务的法规中去，使我们亿万儿童从良好的早期全面发展，特别是智力发展的环境中受益。

作者介绍了新生儿从出生就已具备了看、听、味觉、触觉、嗅觉的能力和在其他方面更复杂的脑功能的表现。对新生儿行为能力的认识是医学和心理学方面的重大突破，是近 30 年来在此领域的新进展，这是早期教育从新生儿开始的基础条件。本书详细叙述了新生儿奇妙的能力，通过新生儿行为测定，使新生儿的父母认识他们初生孩子的能力，促进他们和新生儿交往，有利于智力早期开发。

本书另一个重点是介绍 0 ~ 3 岁早期教育，包括理论根据、婴幼儿智

能发育的规律和早期教育实施的具体教学计划。给关心儿童早期智能发育的有关人士和热切希望自己孩子得到早期智力开发的父母们提供一份有效且具体的教材。为了使父母能更好地育儿，还介绍了婴幼儿最基本的保健知识。

本书适合广大关心子女早期智能发育的父母，也为儿童保健工作者、基层医务人员和对新生儿行为能力与早期教育有兴趣的医生、研究人员提供了一本有用的教材和参考书。

北京协和医院儿科教授  
中华儿科学会前主任委员  
周华康

## 推荐词3

20世纪80年代，当鲍秀兰大夫引进美国贝利·布雷寿顿（B.Brazelton）的新生儿测试量表的时候，曾有些好心的医务人员对此产生疑惑：“中国人口这样多，而且农村婴儿死亡率还这样高，是不是目前最主要的是解决多数人的死亡问题，而不是解决少数人的行为发育问题？”是！这个观点是对的。但问题是，正因为中国人口这样多，恐怕不应该把上述两个问题如此尖锐地对立起来。即在多数人抓死亡率的同时，另一部分人做另外一些工作，这是完全符合百花齐放的方针的。

中国人口可分为两部分。先说城市人口，约占50%，有6亿多人，相当于两个美国的人口。广大的父母迫切地希望他们的子女早日成龙、成凤，迫切需要尽早地对子女进行教育，一种精雕细刻的育儿方式正在家庭中流行起来。这些父母需要知识、办法和一切能够教育孩子的手段，但这些专业的客观需要在当时还没有引起大众的重视，而孩子们就在这种缺乏帮助的情况下一代一代地成长起来。难道这种情况不是很紧急、很迫切吗？

再谈谈农村人口。农村有将近6亿人，每个家庭中一般有两个儿童，他们的育儿方法较多地反映了中国传统的方式，早期教育完全是个新问题。农村的孩子虽然有人看护，但缺少玩具，语言训练也比较少。农村缺乏教

育，尤其是早期教育。之所以没有做，一是缺乏人才，没有人教农村的父母如何教育儿童；二是经济、文化的原因使得农村家庭没有可能去寻求这种帮助。总之，农村固然需要有人大力抓死亡率，但儿童的早期教育问题却是一个发育的基本需要，应该说是更多、更迫切的需要，应该把握好解决的时机。

要想引进一个方法，首先要弄清指导这一方法的理论是什么。为此，鲍秀兰大夫首先参考了 Marshall Klaus 著的 “*The Amazing Newborn*” 中的观点，扭转了 “新生儿在混沌之中，视、听以及其他一切行为能力都没有” 的认识。接着，她又进一步抓住了布雷寿顿的 NBAS 评分法，在中国孩子身上作了对比，证明这个方法在中国孩子身上是可以用的。鲤鱼登龙门，跳过了第一关。

进一步地，从实践中，鲍秀兰大夫感觉布雷寿顿的 NBAS 太烦琐了，有 40 多项，评分也复杂，便采取了法国新生儿神经学专家阿米 - 梯桑 (Ameil-Tison) 的新生儿神经运动检查法中的某些神经检查指标，结合她个人的经验，综合成具有 20 项的测查方法，称之为 “新生儿行为神经测查法”。此法项目少，包含有较多的神经科内容，经过同一医生和两个医生测试同一组病儿，所得结果证明可信。1988 年，经全国新生儿行为神经协作组（包括虞人杰、李着算、张宝林等近 50 位儿科医生）的共同努力，建立了 20 项行为神经测查的正常范围，并应用于窒息儿预后的预测，发现有很高的预测价值。通过这一方法，这些新生儿脑子好不好可以早知道。这一方法如用于其他损伤，如新生儿脑的疾病，也可能有预测的应用前景。这样，从单纯引进到综合发展，成为我国自己的东西并加以利用，“鲤鱼” 又跳过了第二关。

但至此还只是迈出了这一领域的第一步，也就是说，还没有跳出生理、

临床的这个范围。由于早期教育这个更大、更重要的课题需要专业课题和人员做一个向心理学的跨越，于是，鲍大夫又广泛结识了一些与心理学有关的早期教育专家，向他们学习，与他们合作，并且身体力行，总结了规律，制订了方案，组织研究了一个0～3岁早期教育的课题，并初步取得了效果。这样，鲤鱼登龙门，又跳上了第三个关口。

现在，为推广普及早期教育成果，鲍秀兰大夫又编著此书。一个儿科大夫出身的鲍秀兰，通过艰苦努力，变成了一个儿童行为心理方面的专家，写了不少文章，完成了几项值得重视的工作，我们衷心地祝贺她。但是，应该看到，早期教育工作伊始，而心理学又是一个十分广泛的领域，特别是儿科临床和儿童心理学的结合是个交叉学科，因此真需要坚韧不拔的毅力，不断地探索、实践才能把工作做好。不过，“千里之行，始于足下”，既然工作已经开始，而且从事的是如此重要的工作，那就坚持下去。让我们预祝他们取得成功。

北京协和医院儿科教授

中国关心下一代工作委员会专家委员会原常务委员

中国家庭教育学会前顾问、前副会长

中日育儿研究会前副会长

籍孝诚

## 再版前言

《0 ~ 3 岁儿童最佳的人生开端（高危儿卷）》已出版 5 年了，而从最早的版本《新生儿行为和 0 ~ 3 岁教育》出版到现在已经有 22 年了。它先后出版了五个版本，现在已是第六个版本了。我从 1984 年开始做新生儿行为能力的研究，曾先后组织全国 96 家医疗机构、268 位儿科医生做了系列的正常儿童早期教育挖掘儿童潜能的研究，培养婴幼儿健全人格的研究，高危儿早期干预预防智力低下、降低脑瘫发生率等 7 个大协作研究。至今，我仍在临床第一线看门诊，指导幼儿早期教育、高危儿早期干预的工作。这些经历使我深切地体会到 0 ~ 3 岁婴幼儿早期教育和高危儿早期干预的重要性。亿万年轻父母渴求科学的指导。中国有句古话：“三岁看大，七岁看老。”现在它已被无数的科学研究和权威的经济理论证明是真理。2018 年，中央经济工作会议将“解决好婴幼儿照护和儿童早期教育服务问题”纳入国家重点经济工作内容。为了实现中华民族伟大复兴的中国梦，现在更要做好婴幼儿的照顾和教育，因为培养和储备优秀的人力资源至关重要。

本次再版做了如下修改：

- 强调早期教育的新理念，如养育就是教育、在游戏中教育、回应式互动指导等。根据这些理念，教学大纲做了重大的修改，年龄段分为 0 ~ 3 月

龄、4～6月龄、7～9月龄、10～12月龄、1～1岁半、1岁半～2岁、2～3岁，内容强调建立亲子依恋，回应式互动指导，创设良好环境和在游戏中进行指导等。

- 根据读者的建议，对新生儿行为章节做了精简，删除家访等部分。

- 脑科学理论部分做了精简改写，使其通俗易懂。

- Part 08“婴幼儿情绪发育和健全人格的培养”进行了改写，精简了研究内容，使读者易懂好学。

- 有关“高危儿早期干预”的内容进行了整理精简，突出重点，主要针对可能发展为脑瘫、智力低下和孤独症等高危儿，指导家长早期干预的具体方法。精简了临床测查方法、医生诊断脑瘫方法和具体的脑瘫康复方法，因为家长不易掌握，易造成误解。

- 增加了高危儿家长担心的误区，如脑外间隙增宽、“肌张力增高”、足尖着地等表现的科学解读。对早产儿喂养做了与时俱进的修改。

按照“解决好婴幼儿照护和儿童早期教育服务问题”的要求，本书继续保留婴幼儿喂养、婴儿按摩和体操、体格生长发育规律、常见疾病防治、常见症状答疑和预防接种等章节，部分做了适当修改和补充，具体详见导读。

希望本书对婴幼儿的父母、养育人有所帮助，这是我最大的心愿！

鲍秀兰

2018年3月25日

## 前言

饮水思源，我能奉献这本书给读者，首先要归功于党的改革开放政策给我出国进修的机会；其次要感谢我的老师周华康教授的指导，他使我能通过全国统考，获得世界卫生组织的奖学金，于1983年赴美进修；又经籍孝诚教授的指点，学习了新生儿行为测查方法。1984年春，我在美国哈佛大学儿童医院取得贝利·布雷寿顿教授授予的测查合格证书，成为当时中国唯一获得此项证书的医生。从学习新生儿行为测查开始，我对新生儿具有如此奇妙的行为能力感到震惊。回国后，我立即开展了新生儿行为测查的研究。意想不到的，中国家长很欢迎这种展示新生儿行为能力的测查方法。为了适合我国国情，在引进国外方法的基础上，我们又结合自己的经验，制定了一套20项新生儿行为神经的测查方法（NBNA）。在申请卫生部重点课题的资助后，全国12个省市的儿科工作者展开了协作研究，取得了系列成果。这种方法较简便，节省了测查时间，又能有效发现新生儿的异常。这种方法现已被儿科工作者所认可和接受，也便于家长了解新生儿的能力。

从发达国家获得的信息使我了解到儿童早期发展的重要性。如果从新生儿期开始进行早期教育，就可以开发他们的潜能。1989年开始，我和北