

健康咨询丛书

健康
咨询
丛书

邓静云 主编



儿童心理 与启智教育

200问

健康
咨询
丛书

健康咨询丛书

儿童心理与启智教育 200 问

主 编 邓静云

编写者 (按章节顺序)

童梅玲 胡幼芳 段娅莉

江苏科学技术出版社

前 言

在即将跨入 21 世纪之际,随着社会经济、科学文化突飞猛进的发展,儿童心理卫生问题越来越受到人们的重视,尤其对独生子女家庭来说更是如此。做父母的都希望自己的孩子将来能成才,因而不仅希望自己的孩子身体健康,更希望他们具有良好的心理素质,以便在生活或学习中能很好地应付所遇到的一切问题。但是,培养儿童良好的行为习惯和心理素质,这并不是一朝一夕的事情,而是要从小开始,甚至从胎儿出生后的新生儿期就要开始做的工作。我们在许多次儿童健康咨询活动中发现,前来咨询的家长大部分咨询的是有关儿童心理卫生方面的问题。如:“孩子不吃饭怎么办?”“孩子为什么会任性?”等等。在许多家庭中,家长们面对孩子出现的这许多问题束手无策。有鉴于此,我们结合日常生活和工作中遇到的各种问题,编写了这本《儿童心理与启智教育 200 问》,以供家长阅读并希望能帮助广大家长解决一些实际问题。

《儿童心理与启智教育 200 问》按照儿童的年龄分为三部分,即 0~3 岁、3~6 岁、6~12 岁三个年龄阶段。因为这三个年龄阶段的儿童各有不同的生理和心理特点,即便是同一个问题,在不同的年龄阶段也会有不同的表现,而且解决问题的方法也不相同,所以在本书中,不同年龄阶段的设问在形式上可能近似。这样编写也可便于读者查找。本书中提出的问题都来源于生活,因而非常切合实际,我们在编写时特别注意了解决问题方法的可操作性,力图为广大读者提供一本科学准

确、实用性强的参考书,如此,对家长来说找到了解决问题的方法,同时对基层儿童保健工作者来说,也可作为回答家长咨询的依据。

由于作者水平有限,经验不足,书中可能存有不妥甚至错误之处,恳切希望各位家长和同道们提出宝贵的意见和建议,以便今后改正。

邓静云

1998. 4.

目 录

0~3 岁

1. 儿童的年龄是如何分期的?	1
2. 大脑发育的关键期在什么时候?	2
3. 您知道您的孩子属于哪一种气质类型吗?	3
4. 为什么说母乳喂养有利于小儿的身心发育?	4
5. 孩子生下来时能看见东西吗?	4
6. 如何早期促进小儿的视觉发育?	5
7. 怎样判断初生的宝宝有听力?	6
8. 如何早期促进小儿听觉的发展?	7
9. 孩子说话要具备哪些条件?	8
10. 婴儿会说话吗?	9
11. 怎样教孩子学说话?	10
12. 婴儿有哪些情绪表现?	11
13. 您知道建立早期亲子关系的重要性吗?	12
14. 父母如何当好孩子的第一任老师?	12
15. 如何正确发挥保姆的作用?	13
16. 3个月的小儿有哪些心理发育方面的表现?	15
17. 6个月的小儿有哪些心理发育方面的表现?	16
18. 6个月以内的婴儿适合玩哪些玩具?	16
19. 9个月小儿有哪些心理发育方面的表现?	17
20. 1岁小儿有哪些心理发育方面的表现?	18

21. 婴儿为什么会吸吮手指?	19
22. 怎样处理好婴儿吸吮手指的问题?	20
23. 为什么不提倡过早训练小儿的排泄? 如何训练 小儿的大小便习惯?	21
24. 为什么训练小儿双手活动可以促进大脑发育? 如何训练小儿双手活动?	22
25. 营养和训练对婴儿动作发育有什么作用? 如何看待这种作用?	24
26. 婴儿一哭就抱为什么不好?	25
27. 1岁左右的儿童适合玩哪些玩具?	26
28. 断奶会影响小儿的心理发育吗?	27
29. 孩子轻微受伤后父母应该怎样去安慰他?	28
30. 2岁左右的儿童适合玩哪些玩具?	29
31. 什么是智力与智商?	29
32. 遗传在小儿智力发展中的作用是什么?	30
33. 环境在小儿智力发展中的作用是什么?	31
34. 教育在小儿智力发展中的作用是什么?	31
35. 营养对小儿智力发育有何影响?	32
36. 什么是智力测验? 如何正确看待智力测验 的结果?	33
37. 智力测验的目的是什么? 哪些儿童需要做 智力测验?	34
38. 怀疑孩子智力不正常时应该怎么办?	35
39. 如何教育智力低下的婴幼儿?	36
40. 哪些是非智力因素?	37
41. 如何培养幼儿良好的情绪?	38
42. 如何培养幼儿的独立性?	38

43. 如何培养幼儿的兴趣？	39
44. 幼儿想像有什么特点？如何培养幼儿的想像力？	40
45. 幼儿思维的特点是什么？如何培养幼儿的 思维能力？	41
46. 幼儿记忆的特点是什么？如何培养幼儿的 记忆力？	42
47. 幼儿注意的特点是什么？如何培养幼儿的 注意力？	43
48. 如何促进幼儿个性的发展？	44
49. 为什么要让孩子在一起玩？	45
50. 游戏对孩子的智力有促进作用吗？	46
51. 幼儿应该怎样玩游戏？	47
52. 怎样对待幼儿发音不清晰？	48
53. 孩子说话晚应该怎么办？	49
54. 幼儿“口吃”是怎么回事？	50
55. 怎样正确对待幼儿“口吃”的问题？	51
56. 3岁前的孩子有必要认字吗？	52
57. 为什么要让幼儿画画？	53
58. 怎样教幼儿看书？	54
59. 幼儿看书有哪些意义？	55
60. 怎样为幼儿选择书？	56
61. 怎样面对孩子的反抗？	57
62. 为什么不能吓唬孩子？	59
63. 对婴幼儿如何合理使用奖励和惩罚手段？	60
64. 该不该对孩子进行处罚？	61
65. 3岁左右的孩子还尿床，这正常吗？	63

3~6岁

66. 儿童智力发展的关键期在何时？	64
67. 3~6岁儿童的记忆有哪些特点？	65
68. 3~6岁儿童的想像有哪些特点？	67
69. 3~6岁儿童的动作发育有哪些特点？	69
70. 3~6岁儿童应有哪些时间概念？	70
71. 儿童个性是什么时候形成的？	71
72. 3~6岁儿童的语言发育有哪些特点？	72
73. 父母怎样根据孩子的心理发育特点当好孩子的 第一任老师？	73
74. 怎样培养孩子的注意力？	75
75. 怎样训练孩子的记忆力？	77
76. 怎样培养孩子的观察力？	78
77. 怎样培养孩子的思维能力？	79
78. 怎样促进孩子的语言发展？	81
79. 如何培养孩子的独立性？	83
80. 怎样帮助独生子女交朋友？	84
81. 怎样发现和培养幼儿的创造力？	86
82. 如何培养孩子的生活自理能力？	88
83. 怎样培养幼儿的意志品质？	89
84. 幼儿的情绪情感有哪些特点？	91
85. 为什么要尊重孩子？	92
86. 知识等于智力吗？	93
87. 怎样培养孩子的语言表达能力？	94
88. 怎样给孩子讲故事？	96
89. 怎样教孩子识数？	97

90. 怎样对学龄前儿童进行道德品质教育?	98
91. 怎样培养孩子的好奇心和探索精神?	100
92. 怎样培养孩子的同情心?	102
93. 孩子为什么会任性?	103
94. 孩子任性怎么办?	104
95. 游戏对孩子的成长有哪些意义?	105
96. 对儿童的早期教育应注意什么?	107
97. 怎样培养孩子活泼开朗的性格?	109
98. 怎样表扬和奖励孩子?	110
99. 怎样为孩子选择玩具?	111
100. 怎样使孩子有一双巧手?	113
101. 智力在男女儿童之间有差异吗?	114
102. 怎样知道孩子的智力水平?	115
103. 哪些因素会造成孩子的智力低下?	116
104. 智力低下指的是什么? 怎样才能早期发现?	117
105. 怎样回答孩子提出的问题?	118
106. 怎样创造有利于幼儿智力发育的家庭气氛?	120
107. 怎样帮助孩子做好入学的心理准备?	121
108. 怎样打扮孩子?	122
109. 孩子为什么会发生“口吃”?	123
110. 孩子爱吮手指、抠鼻孔有哪些危害?	124
111. 孩子爱玩好吗?	126
112. 宠孩子有什么不好?	127
113. 独生子女家庭对孩子的成长有哪些有利因素?	128
114. 独生子女家庭对孩子的成长有哪些不利因素?	129

115. 孩子撒谎怎么办？	130
116. 孩子不听话时能吓唬吗？	132
117. 打孩子有什么不好？	133
118. 孩子为什么会“人来疯”？	134
119. 孩子做错事怎么办？	135
120. 批评孩子时应注意哪些问题？	136
121. 幼儿爱发脾气怎么办？	137
122. 为什么有些孩子不爱讲话？	138
123. 孩子不爱讲话怎么办？	139
124. 怎样防止独生子女滋长自私心理？	140
125. 孩子为什么会不听话？	141
126. 孩子胆小、性格脆弱怎么办？	143
127. 孩子不合群怎么办？	144
128. 早期智力开发有损健康吗？	145
129. 电视对孩子的身心发展有何影响？	146
130. 绘画对孩子的智力发展有何影响？	148

6~12 岁

131. 儿童心理健康的标准是什么？	149
132. 6~12 岁儿童的心理发展有哪些特点？	150
133. 怎样使孩子的身心健康成长？	151
134. 音乐对孩子身心健康有什么益处？	153
135. 游戏对孩子身心健康有什么益处？	154
136. 体格锻炼对孩子身心健康有什么益处？	155
137. 如何培养孩子良好的学习习惯？	156
138. 怎样使孩子注意力集中？	157
139. 如何培养孩子的观察力？	158

140. 怎样培养孩子的记忆力？	160
141. 怎样培养孩子的创造力？	162
142. 学龄期儿童容易发生哪些心理行为障碍？	163
143. 影响儿童心理行为的主要因素有哪些？	165
144. 导致儿童焦虑症的诱因有哪些？	167
145. 如何防治儿童焦虑症？	167
146. 学校恐怖症的原因是什么？	169
147. 怎样消除学校恐怖症？	170
148. 如何预防儿童品行障碍？	171
149. 爱动的孩子就是多动症吗？	173
150. 多动症的孩子有哪些表现？	174
151. 孩子得了多动症怎么办？	175
152. 孩子夜惊是怎么回事？	177
153. 孩子经常咬指甲怎么办？	178
154. 孩子上学以后还尿床怎么办？	179
155. 孩子得了“口吃”怎么办？	180
156. 儿童说谎的原因是什么？	181
157. 怎样使孩子说实话？	182
158. 孩子为什么不听话了？	183
159. 孩子犯了错误怎么办？	185
160. 怎样使孩子与同学友好相处？	186
161. 集体生活对儿童心理发展有什么作用？	187
162. 怎样发展儿童的想像力？	188
163. 听话的孩子就是好孩子吗？	190
164. 孩子为什么会任性？	191
165. 怎样帮助孩子克服任性心理？	192
166. 如何帮助儿童克服退缩行为？	193

167. 怎样帮助孩子克服自私的缺点？	194
168. 嫉妒心有什么害处？	195
169. 如何帮助孩子克服嫉妒心？	196
170. 为什么要保护孩子的自尊心？	197
171. 孩子私拿家里的钱怎么办？	198
172. 孩子偷拿别人的物品怎么办？	200
173. 处罚孩子应注意什么？	201
174. 批评孩子应注意什么？	202
175. 怎样帮助初入学的孩子做好心理准备？	203
176. 怎样帮助孩子尽快适应学校生活？	204
177. 孩子逃学有哪些原因？	206
178. 如何对待逃学的孩子？	207
179. 孩子对学习没兴趣怎么办？	208
180. 如何培养孩子的学习毅力？	210
181. 孩子不能专心听课、做作业怎么办？	212
182. 怎样对待学习成绩差的孩子？	213
183. 怎样培养孩子独立学习的能力？	215
184. 怎样帮助孩子度过三、四年级这一转折期？	216
185. 孩子产生厌学心理怎么办？	217
186. 孩子学习老是粗心怎么办？	219
187. 片面追求高分对孩子有什么害处？	220
188. 考生竞技综合征是怎么回事？	221
189. 课外读物对小学生有哪些益处？	222
190. 怎样指导孩子读课外书？	224
191. 家长听了老师的“告状”怎么办？	225
192. 如何看待孩子的智商？	226
193. 非智力因素在孩子成长中有什么作用？	228

194. 小学生看电视应注意哪些问题?	229
195. 家长应怎样注意自身的心理健康?	231
196. 什么是心身疾病?	232
197. 社会心理因素对疾病发生、发展有何影响?	233
198. 疾病对儿童心理有何影响?	235
199. 心身疾病患儿的家庭有哪些特点?	236
200. 儿童常见的心身障碍有哪些?	237

0~3 岁

1. 儿童的年龄是如何分期的?

整个儿童时期是个体生长发育的时期,在这个漫长的发育过程中,不同年龄阶段的儿童在体格和心理发育方面有各自的特点。为了便于研究阐明不同年龄儿童的解剖、生理、病理、心理等特点以及制订相应的医疗保健要求和措施,医学上人为地将整个儿童时期划分为七个年龄期,它们是:

(1) 胎儿期:指自受孕(卵与精子结合)至胎儿娩出的一段时期。

(2) 新生儿期:指自胎儿娩出结扎脐带开始至生后不满 28 天。

(3) 婴儿期(0 岁组):指出生到未满 1 岁的时期。

(4) 幼儿期(1~2 岁组):指满 1 周岁到不满 3 岁的时期,即是出生后第二、第三年的阶段。

(5) 学龄前期(3~5 岁组):指 3 周岁到入学前的阶段。

(6) 学龄期(6~11 岁组):指从入小学开始到青春发育前,相当于小学生阶段。

(7) 青春期(12~20 岁组):女孩约 12~18 岁、男孩 13~20 岁的阶段。

儿童时期虽然被人为地划分为这几个时期,但每个年龄期之间是连续的,也就是说儿童发育是一个连续的过程,各年龄期之间并无一条明显的界线。本书的内容主要介绍新生儿期、婴儿期、幼儿期、学龄前期和学龄期有关儿童心理发育方面的问题。家长在了解儿童年龄分期后,可以根据孩子的不同

年龄去寻找解答问题的答案。

2. 大脑发育的关键期在什么时候？

孩子出生后，虽然大脑在解剖学上已具备成人大脑的基本结构，但他的大脑皮质表面较光滑，沟回很浅，神经细胞轴突、树突数量少，神经纤维之间的联系少。从脑的重量上看，初生新生儿的脑重平均 370 克，约占成人脑重的 25%；6 个月脑重 700 克左右，约占成人脑重的 50%；1 岁时脑重约 900 克，已达成人脑重的 60%；4~6 岁时脑重增加到 1 250 克左右，接近成人脑重的 85%~90% 左右。由此可见，新生儿的大脑无论在功能和重量上，都与成人相距很远。在日后的生长过程中，大脑需要不断接受外界的刺激和营养，逐步地发育起来直至成熟。在整个大脑的发育过程中，有一段时间对大脑的发育至关重要，称为关键期，一般认为关键期是指孕后 3 个月至生后 2 岁，这也是脑重量增长最快的时期。如果在这段时期内，大脑受到不利因素的影响而严重阻碍了它的发育，将会产生不可逆的后果，直接影响到儿童的智力，导致智力低下。“狼孩”就是一个很好的例子，它说明了关键期对儿童大脑发育的重要性——狼孩就是在大脑发育的关键期中脱离了人类社会环境，处于狼的生活环境中，因而不能发展成人的智力，即使长大后被人发现带回人类社会环境中，也很难再有正常人的智力水平了。

大脑在发育的关键期中，会受到许多因素的影响，如遗传、环境、教育、营养与疾病等，家长要避免这些不利因素对儿童大脑发育的影响，为孩子创造良好的生活环境，提供各种有利的刺激，促进孩子的大脑发育，让孩子身心健康地成长。

3. 您知道您的孩子属于哪一种气质类型吗？

儿童气质是一个比较新颖的研究课题。这儿谈到的气质是指个人的精神素质，而非人们通常所知的外部的气质特征。每个孩子一出生就有他自身的气质特点，即使是同一母亲所生，孩子的气质类型也可不同。有的孩子可能生下来就很安静，很少哭闹，吃饱了就睡；而有的孩子就不同了，天生好哭好闹，很搅人，这就是由他们各自的气质特征所决定的。

心理学家认为，儿童的气质包含有 9 个方面的特征，即活动水平（运动的水平与程度）、生物机能的规律性（睡眠、饮食、排泄等行为的规律性）、接触能力（对陌生人或新的刺激的反应）、适应性（对环境变化的适应性）、反应强度（引起应答反应的强度）、心情（情绪积极与消极）、持久性（从事活动的持久性）、注意转移（注意力受外界刺激改变行为的程度）和反应阈限（对刺激的敏感性）。这 9 种气质特征的不同组合就构成了 4 种不同的气质类型：第Ⅰ型是容易抚育型（占 40%），这类婴儿饮食和睡眠习惯很规则，很容易适应新的时间表、新的食物和人，醒后常笑，显得很愉快；第Ⅱ型是缓慢型（占 15%），这些婴儿对陌生人或新的刺激的最初反应总是退缩，适应较慢，总带些消极的情绪，同时表现出低的活动水平；第Ⅲ型是难以抚育型（占 10%），这些婴儿在睡眠和饮食习惯方面相当不规则，很慢才能适应新的刺激，情绪反应强烈，心情相当消极，容易表现出不寻常的紧张反应，如大声哭叫、暴躁；第Ⅳ型是混合型（占 35%），是以上三型各种特点的混合表现。

婴儿早期表现出来的气质特点，对他以后个性的发展有着重要的影响。了解孩子的气质特点，就可以根据孩子的特点，扬长避短地培养他，更好地塑造孩子的个性与性格。

4. 为什么说母乳喂养有利于小儿的身心发育？

母乳喂养除能降低婴儿的患病率、死亡率，减少营养不良的危险性，经济、方便、省时省力之外，还能增进母婴感情，有利于小儿的身心发育。

婴儿躺在母亲怀抱里吃奶时，能接触到母亲温暖的肌肤，闻到母亲身上亲切的气味，能再次听到早在宫内已熟悉的母亲心跳的节律，加上母亲爱抚的动作和温柔的言语，这一切都能使婴儿感受到母爱，产生愉快的情绪，这对婴儿的身心健康发育是很有好处的。曾有人报道过在某育婴院（主要收养的遗婴），因当时缺乏保育员，采用自动化喂奶，每到一定时间就往婴儿嘴里灌牛奶，而婴儿整天躺着，结果，这些婴儿变得表情呆滞，出现发育缓慢。可见母乳喂养不仅供给了婴儿必需的营养，而且还给予婴儿感情与温暖，有利于婴儿的身心发育。

若母亲无法给婴儿喂奶，就要注意在保证婴儿营养的同时，给予婴儿母爱，以弥补人工喂养的欠缺。喂牛奶时也要像喂母乳一样怀抱婴儿，尽量缩小人工喂养与母乳喂养的差别，不能图省事，把奶瓶往婴儿嘴里一放就完事，这样会使婴儿只亲近奶瓶，影响母婴感情的发展。平时要多抱抱婴儿，亲近婴儿，这样能使孩子也像母乳喂养儿一样身心愉快，健康成长。

5. 孩子生下来时能看见东西吗？

有不少人认为孩子刚生下来时是看不到东西的，其实不然，孩子生后就具备了视力，只是这时候的视力很差。刚出生的婴儿有光感，表现为在强光刺激下出现闭眼反应。新生儿期可看清眼前 60 厘米内的物体，最清晰处在 20 厘米，如用一红色绒线球在孩子眼前 20 厘米处移动，可发现他的目光能在