

专家谈儿童四季平安丛书

~~~~~

# 儿童早期教育与培养 50

首都儿科研究所 戴耀华 主编

中国农业出版社

主 编 戴耀华  
编写人员 (按姓氏笔画为序)  
何 惠 蒋立春  
雷 捷 戴耀华

专家谈儿童四季平安丛书

## 儿童早期教育与培养 50 问

首都儿科研究所 戴耀华 主编

\* \* \*

责任编辑 赵立山

中国农业出版社出版(北京市朝阳区农展馆北路 2 号 100026)

新华书店北京发行所发行 河北省三河永和印刷有限公司印刷

787mm×1092mm 32 开本 3 印张 63 千字

1998 年 5 月第 1 版 1998 年 5 月河北第 1 次印刷

印数 1~5000 册 定价 5.50 元

ISBN 7-109-05083-1/R·29

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)



|                           |    |
|---------------------------|----|
| <b>一、儿童的发育规律</b>          | 1  |
| 1. 儿童发育有哪些规律性?            | 1  |
| 2. 什么是新生儿的反射活动?           | 5  |
| 3. 1~12 月婴儿 4 种能力的发展过程如何? | 7  |
| <b>二、亲子关系</b>             | 33 |
| 1. 什么是亲子关系?               | 33 |
| 2. 儿童期亲子关系的发展过程怎样?        | 33 |
| 3. 亲子关系有哪些类型?             | 35 |
| 4. 影响亲子关系的因素有哪些?          | 37 |
| 5. 了解亲子关系有何意义?            | 39 |
| 6. 如何建立良好的亲子关系?           | 40 |
| <b>三、儿童发展的早期观察——儿童气质</b>  | 44 |
| 1. 什么是气质?                 | 44 |
| 2. 气质可分哪些类型?              | 45 |
| 3. 影响气质的因素有哪些?            | 46 |
| 4. 生理遗传因素对气质有何影响?         | 46 |
| 5. 性别因素对气质有何影响?           | 46 |
| 6. 家庭环境因素对气质有何影响?         | 47 |
| 7. 围产期因素对气质有何影响?          | 48 |
| 8. 不同文化背景、地区和种族对气质有何影响?   | 49 |

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 9. 母亲情绪与孩子气质关系怎样? .....       | 49 |
| 10. 什么样的气质比较理想? .....         | 51 |
| 11. 了解和评价儿童气质有何意义? .....      | 53 |
| 12. 怎样对儿童气质进行正确评价? .....      | 54 |
| 13. 培养儿童气质在喂养方面应注意什么? .....   | 55 |
| <b>四、儿童的早期教育</b> .....        | 60 |
| 1. 为什么说喂养是母亲与小儿最初交流? .....    | 60 |
| 2. 小儿的状态有哪几种类型? .....         | 61 |
| 3. 什么是婴儿的暗示? 有哪些表现? .....     | 61 |
| 4. 母亲应如何对待小儿的暗示? .....        | 63 |
| 5. 为什么要对小儿进行早期教育? .....       | 66 |
| 6. 早期教育的内容有哪些? .....          | 66 |
| 7. 早期教育的原则是什么? .....          | 68 |
| <b>五、小儿良好习惯的培养和家庭护理</b> ..... | 69 |
| 1. 培养小儿良好习惯的意义何在? .....       | 69 |
| 2. 如何进行饮食习惯的培养? .....         | 69 |
| 3. 如何养成良好的睡眠习惯? .....         | 70 |
| 4. 如何进行排泄习惯的培养? .....         | 72 |
| 5. 如何进行皮肤的护理? .....           | 73 |
| 6. 如何进行五官的清洁? .....           | 74 |
| 7. 如何选择小儿的衣着? .....           | 75 |
| 8. 在日常生活中如何保证小儿的安全? .....     | 76 |
| 9. 儿童游戏的发展形式是怎样的? .....       | 77 |
| 10. 儿童游戏过程有何变化? .....         | 78 |
| 11. 玩具的作用有哪些? .....           | 78 |
| 12. 玩具的选择原则有哪些? .....         | 79 |
| 13. 玩具选择的参考标准如何? .....        | 79 |

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| 14. 家长引导小儿开展游戏应注意哪些事项? .....   | 80 |
| <b>六、小儿的体格锻炼</b> .....         | 81 |
| 1. 为何要对小儿进行体格锻炼? .....         | 81 |
| 2. 小儿体格锻炼的方法有哪些? .....         | 81 |
| 3. 体格锻炼时应注意些什么? .....          | 83 |
| <b>七、婴幼儿常见的心理问题</b> .....      | 85 |
| 1. 如何对待小儿的反抗行为? .....          | 85 |
| 2. 如何对待小儿的愤怒? .....            | 85 |
| 3. 如何对待小儿的破坏行为? .....          | 86 |
| 4. 如何对待小儿的吮指? .....            | 86 |
| 5. 如何对待小儿的手淫? .....            | 86 |
| <b>附录 出生至 5 岁的儿童发育规律</b> ..... | 88 |



# 一、儿童的发育规律

## 1. 儿童发育有哪些规律性？

婴幼儿的发育有固定的先后顺序，为了使孩子健康地成长，父母必须了解一些儿童发育的规律。

首先看看身体的运动能力，是按从头到脚顺序地发展的。新生儿的颈肌无力，仰卧或俯卧时，他的头通常转向一侧，但不能随意俯仰。因此如果让他俯卧在柔软的枕头上，就有窒息的危险。抬头本领的发展是先仰后俯；约1个月时在俯卧时能勉强抬头，2个月时由俯卧位被扶起时可能将头、颈与躯干维持在一条直线上；但是要到4~5个月时，孩子才能在坐位举头自如；在这以前他的抬头能力还不是持久的，而且亦还不能自由转动。在第6个月时，孩子能坐在背椅上，要到7~8个月时才能独坐，这时仍然身躯向前，需用手帮助支撑，更晚些时才能自由转动，身体不致倾倒。孩子到8~9个月时才能学会爬的本领；爬有不同的方式，或者用两手两膝，或者用两手两足，或用两手和臀部。因为爬能使孩子扩大眼界，及获取远处的玩物，又能促使体格的发育和智能的发育。有些研究认为会爬的孩子语言发育较好，因此父母要积极帮助孩子在俯卧位能抬头以后就开始学习爬的本领。

孩子约8个月时，能独自站立片刻；约9~10个月时，

能很好地扶着床栏站立，也学会由坐位攀着床栏起立，不过却不能由立位自己坐下。起立动作的发育在时间上先于坐下，这就是“正反动作规律”。孩子能够站立以后不久，开始能够扶物（如床栏、床沿等）作踏步动作，或被搀着双手向前走，或扶着床沿作爬行。约1周岁时进步明显，已能搀着大人的一手行走；约15个月时就学会独自行走。在短短的几个月中，孩子的进步是很大的。开始时纵然是被搀着手，还是很勉强地两足分开地走着，其步伐是不稳的，时快时慢，时大时小，摇摇摆摆。年龄稍长时，其行步才接近成人。

孩子手的技巧，即精细动作的发育也是有一定规律的。3个月时，开始玩弄手里的玩具，不能主动抓物，看见有趣的物体时，常手舞足蹈，却无可奈何。3~4个月时，能同时伸出两臂，试图取物，但共济失调的双手，往往不能触及目标，只能瞪眼踏足，伸舌垂涎。不久，随着视力的发育，开始抓取手所能及的任何东西，如母亲的头发和眼镜。6~7个月，能伸一手取物，并能在伸手的同时弯腰；喜欢将物体在双手之间互相传递。约9~10个月时，能用食指触物，而不再是一把抓了。约15个月时，动作更细致了，孩子能将一块积木迭于另一积木之上。

儿童的运动发育有规律可循，语言和情感的发育也同样是有规律的。约1个月时，小婴儿开始发出不清晰的喉声，2个月时能呀呀自语。自此以后，喜欢用自己所能发出的声音同母亲“对话”。7~8个月，能说“哒”、“爸”、“妈”等单音，或者这些单音的重复。10个月以后，有意识地叫“爸爸”、“妈妈”；周岁时，听懂“不要”、“给我”，并能以行动来回答这些吩咐；1岁半，能说好些简短的句子。到

6~7岁时，孩子已能认字和写字了。

一般说来，语言的发育和其他行为活动的发育是平行的；但在不同时期却表现出不同的速度。许多孩子在学会独坐期间，语言的进展就暂时延搁起来。此外，有些男孩虽然理解力和一般小孩没有两样，但说话却开始得很迟，有迟至2~3岁的；这是一种家族性的或个体的特点，不能看作低能的表现。但作为父母不能等闲视之，从小婴儿呱呱啼哭、坠地之日起就应象对成人一样与他对话，促进儿童语言的早期发育。

小孩对人对物的反应，是如何应付自己的饮食起居、喜怒哀乐等等。所有这些，本来就非常复杂，又较多地受到教养的影响，不能与动作同等看待。但其还是有普遍的规律性。生后第3周，小婴儿能注视物体，第2个月时能较好地注视房间内较远距离的物体，特别是正在缓慢运动的物体，并开始微笑。到第3个月时，视觉能力发展到了相当的水平，注视的时间已从开始时的1分钟左右变成几分钟。与此同时，婴儿已能追随慢慢移动的物体，并能认识母亲。从此，孩子的视觉能力就进入发展的重要时期，如果家长能注意视觉能力的训练和培养，对孩子将来智力的发展将起到积极地促进作用。4个月时，孩子不仅微笑，且能大声笑，不仅在别人逗引时笑，而且主动以笑脸迎人。5~6个月，能区别亲人与陌生（即认生）；向镜中人微笑，抚摸或抱住奶瓶；用手巾遮面作迷藏游戏。7~8个月弯腰同镜中人亲昵，或摸他扑他；模仿好些动作或发音；听懂自己的名字并从说话人的语调体会“不要”、“不可”的意思。10~12个月时能招手表示“再见”；将物体递给亲人；穿衣时主动将手伸入袖管，试图自己脱袜。1岁半时基本上能用匙进食，但不

免有些狼籍；用手势或简单语言表达自己的要求，喜欢看图翻书。2岁能区别物体形状，认识自己身体的各部；自己带上便帽，穿上背心或短裤；基本上能在日间约束便尿。3岁时能穿简单的鞋，3~5岁表现判断力的增强，5岁能自己穿衣脱衣；6~7岁开始读书写字。

各种情感或心理的表现亦有一定的时间顺序。新生儿有愉快与不愉快的感觉；随着年龄的增长，对一般不愉快的刺激（如饥饿、湿尿布等）就较能忍受。恐惧亦出现得较早，这在新生儿表现为拥抱反射。以后，在学习站立与行走时，亦是显得小心翼翼的。7~8个月时很清楚地表示对母亲的爱。随着“嫉妒”现象也出现了，孩子看见自己的母亲抱着别的孩子就不高兴；同时，也对外人表示着疑惧。

未满周岁的孩子就能出现同情心，听到别的孩子啼哭时也哭起来。1岁以后，孩子已能做较多的动作了，他们喜欢反复做能胜任的事情，有时就不太顺从大人的话了。因此父母在一定他要他听话的时候切忌使用请求的口吻，而要明确告诉孩子什么是“对”，什么是“不对”；什么应该做，什么不应该做。

2岁时，孩子能认识自己，称自己为“我”。但父母在教养中要避免培养孩子以自我为中心的意识，也就是独生子女的“小太阳”优越感。2~3岁，亦能表现自尊、怕羞等。到学龄前期，怕羞心理更为明显。此外，在2~3岁时，孩子又表现浓厚的好奇心，不断地提问。利用这种心理可以帮助孩子认识周围的新事物。父母决不能不耐烦，也不要随便敷衍，而要谆谆善诱，抓住时机对孩子进行早期教育和智能开发。“3岁看大，7岁看老”。3岁是儿童的关键年龄期，父母进行恰当的教育与引导，可促进孩子健全地发展。同时

父母对孩子的期望要适合孩子的发展水平，鼓励孩子现有的成就，培养自信心，并引导下一步的发展。如果父母急于“望子成龙”、“拔苗助长”，超越孩子发展水平，提出过高期望，常会事与愿违，挫伤孩子的积极性。

## 2. 什么是新生儿的反射活动？

有人说：“新生儿的第一个十二个月是一个极为脆弱又令人着迷的年月。”在这一年里，婴儿奇迹般地学会了运动、思考、社交和表达感情，这是生命中的一个特殊时期。

那么在第一个十二个月中的各个阶段，婴儿又是如何成长起来的呢？在一定程度上这是一个随着婴儿的成长顺序展开的自然过程。通过下面所描绘的婴儿成长过程每一阶段的状况和原因，可以帮助父母们理解婴儿的行为，对婴儿作出正确的反应，以便尽早建立一个“母亲—婴儿”良好的交流方式。然而每一个婴儿都是一个独特的个体，他会按照自己的风格，保持自己的速度成长，而科学也不可能给成千上万的父母提供相同的个别建议。婴儿成长的大致轮廓是相同的，但是具体细节必须由父母们根据婴儿各个时期的不同需求所作出的反应来填写。

下面我们首先来介绍一下新生儿的反射活动，即你对婴儿做出一系列的动作，婴儿会针对你的动作作出相应的反应。如下所示：

①如果你摸婴儿的鼻梁，或用强光照射他的眼睛；或离婴儿头部大约45厘米远的地方拍手；或用棉花轻触婴儿的眼睛，那么此时婴儿的反应即是紧闭双眼。

②如果你突然接触婴儿或发出声响，婴儿的反应则是伸长脖子，向后甩头，四肢先伸出后紧缩胸前，即：摩洛反

射。

③如果你将婴儿的手臂轻轻拉直，他则手臂迅速弯曲；如果你轻轻地戳他的脚底板，则他的膝和脚弯曲；如果你轻轻托住婴儿的双肩，成站立状，然后将脚按在床上，则他便在床上踏步。

④如果你拉着婴儿坐下，他则紧缩双肩，瞪大眼睛，身体向右转动，但是没有成功。即：瓷娃娃反射。

⑤如果你让婴儿趴在平的地方，他则会头上下左右转动、爬行、双手支起身体。

⑥如果你托住婴儿的前胸，让他趴在水面上，他则会在水中手和脚“游泳”。

⑦如果你让婴儿平躺，把他的头转向一边，他则身体向后拱起，脸面向的那一侧的手伸出来，同侧的脚缩回去，而另一侧的手弯曲。即：强直性脖子反射，亦称“击剑反射”。

⑧如果你拍婴儿的手背或脚背，他则身体弓起，四肢收缩，然后紧紧抓住拍他的手。

⑨如果你拍婴儿的手掌或脚掌，他则四肢抓紧。

⑩如果你拍婴儿的脚趾，他则脚趾张开，大脚拇指翘起。

⑪如果你轻拍婴儿的嘴唇，他则把嘴噘起。

⑫如果你拍婴儿的面颊和嘴，他则转过头，张开嘴，把舌头伸向拍击物，并且嘴作吸吮动作。

⑬如果你拍婴儿的面颊和手掌，他则手臂弯曲，并把手伸向张开的嘴里。

⑭如果你将物体放在婴儿的鼻子前或嘴前，他则转过头来咂嘴，并挥动手臂。

⑮如果你拍婴儿的一侧腿的上部，他的另一侧腿或手会

伸出来将你的手推开，且身体退缩。

⑯如果你抱着婴儿转动他的身体，他的头也转动，眼睛亦跟着转动。

⑰如果你倒提婴儿双脚，他则身体蜷缩，成颠倒的球状，四肢伸直，脖子后缩。

怎么样，新生儿的反射活动是不是很有趣？了解你的孩子的最好方法就是研究孩子的自身行为，掌握他的“暗示”，并作出适当的反应。

### 3.1~12月婴儿4种能力的发展过程如何？

下面我们参考并选择了美国普林斯顿婴幼儿研究中心主任 Frank Caplan 及哈佛认识研究中心的 T. Berry Brazelton 博士等多年的、长期的观察研究成果，从运动机能、语言能力、智力水平及社交行为四个方面，对婴儿的第一年逐月进行描述。而婴儿是无法预言的，有些婴儿进行一种活动会比描述的迟些或早些。

#### [第一周]

##### ①运动机能：

##### 大的运动：

\* 婴儿反射活动控制四肢运动，没有反射的活动是粗野的，手脚胡乱地挥舞踢打。

\* 有经常性的痉挛。

\* 对于突然的变化，婴儿产生全身反应。

\* 头能左右转动，有时上下移动。

\* 坐在大人肩上时，抬头并调整姿势。

\* 婴儿趴下时身体放松，姿势如青蛙或滚成一团。

##### 坐的姿势：

- \* 婴儿头耷拉在前面或后面。

小的动作：

- \* 婴儿抱拳，有抓握反射。

- \* 婴儿反射性吞咽。

- \* 婴儿目光看远处。

②语言能力：

婴儿能主动地发出像动物一样的声音，并且会啼哭。

③智力水平：

- \* 婴儿对阴暗和图案有视觉反应。

- \* 可以看见离他 20 厘米以内的物体，超过这一范围则反应迟钝。

- \* 对声音来源很敏感。

- \* 能区分音高和音量，且喜欢高音。

- \* 能区分长短。

- \* 婴儿在受到强大而稳定的压力时保持安静。

- \* 婴儿能区别味道，对自己母亲的体味或奶味很熟悉。

- \* 白天有 1/3 的时间保持清醒。

- \* 如果手意外触到物体，会紧握不放。

- \* 能暂时认识人。

- \* 当婴儿看别的东西时会停止吮吸。

- \* 婴儿能排除干扰刺激。

④社交行为：

个性：

- \* 表现出激动、忧伤。

- \* 在视觉、感觉、运动和对刺激反应上各有所不同。

相互作用：

- \* 对于像轻音那样的感觉刺激发出自然而短暂的笑。

\* 让婴儿集中注意力于人脸和声音上十分困难，他对此十分警觉。

\* 婴儿饥饿时会寻找奶头。

抚养：

\* 一天有 8~10 次哺乳，有的婴儿会更多些。

\* 经常大便且每次较少。

\* 白天睡 7~8 次，一天 80% 的时间睡觉。

[第一个月]

①运动机能：

大的动作：

\* 婴儿手脚的运动依然为反射活动，脖子的强直反射依然占支配地位。

\* 在游戏中伸手动脚。

\* 婴儿的头还立不起来，或下垂或前后摇晃。

\* 趴下时能将头略微抬起，露出鼻子。

\* 婴儿能作 90° 的翻身滚动。

坐的姿势：

\* 从后面抓住婴儿使他坐下时，他会让头保持直线。

小的动作：

\* 婴儿通常让手握拳或稍稍张开，当手指被掰开，能紧握勺等小物件，但会很快掉落。

\* 盯着物体看，但目光无法达到。

\* 婴儿已学会了更好地协调眼睛。

②语言能力：

\* 除哭声外，还会从喉咙里发出咕咕声。

\* 能主动地对声音有所反应。

③智力水平：

- \* 喜欢图案，不论色彩、形状和深浅如何。

- \* 每 10 个小时中清醒警觉 1 个小时，醒着的时候有模糊、间接的认识和表达活动。

- \* 在看到光和物体时，能上下左右协调眼睛，能跟随玩具作 90°移动，看到人或玩具时很兴奋，能感知在他视野之内的东西，超出视野范围，该东西便“消失”。

- \* 能记起 1.5~2 秒钟里再现的东西，一段时间间歇之后期待进食。

- \* 被抱在怀里或看见人脸时会保持安静，并用故意的哭声寻求帮助。

- \* 反射能力增强。

#### ④社会行为：

个性：对舒适和满意反应积极，而对疼痛反应消极。

相互联系：

- \* 看到人脸或听到声音时会发出微笑。

- \* 当母亲微笑声，知道用眼睛看母亲。

- \* 学会了眼睛的交流。

- \* 能认识人脸而安静下来。

- \* 被人抱着时会调整姿势，紧紧抓住抱他的人，身体缩成一团。

- \* 能识别父母的声音。

- \* 大部分时间表情模糊、冷淡。

抚养：

- \* 每天睡、哭、吃的时间并不一致。

- \* 一天大便 3~4 次。

[第二个月]

#### ①运动机能：

大的动作：

- \* 婴儿有本能性的惊跳，偶尔手脚抽搐。
- \* 婴儿能平稳地转动胳膊和腿。
- \* 俯卧时，头能摆正不歪。
- \* 能持续几分钟转头至  $45^{\circ}$ 。

坐的姿势：

- \* 坐立时头能竖直，但仍然上下摆动。

小的动作：

- \* 抓握动作已成为自愿行为。
- \* 可以一小段时间握住东西。
- \* 能大口喝东西（吃母乳或用奶瓶喝奶）。

②语言能力：

主动的：

- \* 可以发出一些咕咙的声音，但不像成人的声音。
- \* 仍然主要以哭来发声。

被动的：

- \* 对声音感兴趣。

③智力水平：

- \* 听到声音惊跳，面部有反应。
- \* 有限地凝视周围环境，或转动眼睛注视光线或物体。
- \* 可以从眼角看到自己身体的中部。
- \* 集中注意力能看到 17~20 厘米远的物体。
- \* 愿意注视稍较远的大的有吸引力的移动的物体。
- \* 移动的或扭曲的东西吸引婴儿的时间较长。
- \* 展示两个东西给婴儿看时，他只盯住其中之一看。
- \* 努力抓住有吸引力的东西。
- \* 多以身体的运动作反应。