



封面设计：邓浩 周啸

《十万个怎么办》丛书

# 家庭教育

蔡克难 吴寅华 主编

南京大学出版社

1993·南京

(苏)新登字第 011 号

《十万个怎么办》丛书

主编 蔡克难 柯 天

家庭教育

蔡克难 吴寅华 主编

南京大学出版社出版发行

(南京大学校内 邮政编码: 210008)

江苏扬中印刷厂印刷

\*

开本: 787×1092 1/32 印张: 10.625 字数: 348 千

1993 年 8 月第 1 版 1993 年 8 月第 1 次印刷

印数 1—10000

ISBN 7-305-02017-6/G·326

定价: 6.00 元

## 前 言

《十万个怎么办》丛书第一批3册——《家庭医生》、《处世待人》和《生活技巧》出版以来，受到了广大读者的热烈欢迎，以至该书第一批2万余套上市不到一年，即已售罄并重印，甚至一些专业书店也竞相销售此书。在如今图书市场普遍不景气的环境下有如此佳绩，我们全体作者深感欣慰！同时，我们对广大读者的厚爱和书店同志的辛勤劳动，更难以抑制深深的感激！

这套《十万个怎么办》生活知识丛书，意在密切接近群众生活，努力集中所有普通人生活中的各种问题来进行解答。在该书的具体选题设置上，我们坚持为了解决实际问题而决定取舍，在各个问题的回答上戒绝空泛。无实际可行方法的问题不设问，既设问则所答者必可行，这是我们全体编写人员始终遵循的写作指针。

《家庭教育》是《十万个怎么办》丛书的第4个分册，该书在设问解答和行文落墨中，更加注重贴近生活实际，特别突出所提供之解决问题方法的可操作性。在该书编写过程中，作者参阅了国内外大量有关资料。目前书中收入的设问和解疑方案，都是作者从近千组选题、万余组资料中精选出来的，每个问题的解答都有丰富的内涵。

在具体内容上，本书涉及起自刚刚出生的婴儿、止于高考前后的中学生的生理心理、品性操行、学业智能、行为规范等等多方面的家教问题。家庭教育是一门学问，同时也是一种经验。以简明扼要、浅显易懂的文字，切实可行、针对性强的方法去帮助大众便宜地了解家教理论和经验、掌握施教原则和方法，

这是我们编写此书的最大心愿，我们对这个目的的达到，始终充满信心。

参加本书编写的人员有：蔡克难、吴寅华、蔚莎、赵承霞、郝杰、孟小晟、南南、肖燕妮、于江、成华。

本书在编写过程中，参考了大量书刊及论文资料，对从中得到的启发和提示，特在此致衷心的感谢！

**编 者**

1993年3月

# 目 录

## 生 理 心 理

婴儿啼哭(夜哭)怎么办.....	1
孩子经常烦躁、爱发脾气爱哭闹怎么办 .....	3
孩子总爱吮手指怎么办.....	5
孩子迟迟不会说话怎么办.....	8
孩子说话口齿不清怎么办 .....	11
孩子说话口吃怎么办 .....	13
孩子的睡眠应怎么办 .....	16
小孩子吃饭慢怎么办 .....	19
孩子反应迟钝怎么办 .....	22
孩子尿床怎么办 .....	24
家庭中对孩子进行性教育应怎么办 .....	27
女儿进入青春期,家教应该怎么办.....	29
孩子做事总是爱用左手怎么办 .....	32
父母身材矮小,欲使后代长高应怎么办.....	34
孩子变得不听话了怎么办 .....	36
给孩子买玩具应怎么办 .....	38
半大少年疏远父母怎么办 .....	41
与孩子做游戏该怎么办 .....	43

## 家 教 之 道

对上幼儿园的孩子,家教应该怎么办.....	47
对孩子进行奖励应怎么办 .....	50
要使孩子听话应怎么办 .....	52
批评孩子应怎么办 .....	55

对孩子进行处罚应怎么办 .....	58
欲使对孩子的处罚获得理想效果应怎么办 .....	62
家教中,父母做了错事怎么办 .....	64
欲知孩子的内心世界应怎么办 .....	67
给孩子讲故事应怎么办 .....	69
教育孩子避免受骗应怎么办 .....	72
避免孩子在日常生活中受到伤害应怎么办 .....	74
孩子受到老师批评后,父母应怎么办 .....	78
老师家访时,家长应怎么办 .....	81
为免男孩女性化、女孩男性化,家教应该怎么办 .....	83
培养孩子的孝心应怎么办 .....	85
增进父母与孩子的感情应怎么办 .....	88
请人带养孩子该怎么办 .....	90
家庭教育中,做父亲的应该怎么办 .....	93
婚姻破裂的家庭中,对孩子的教养应怎么办 .....	95
消除家教中孩子的对立情绪应怎么办 .....	98
知识分子家庭的家教应怎么办 .....	101
要赢得孩子的尊重,家教应该怎么办 .....	104
孩子在家时,父母间发生争吵应怎么办 .....	108
要避免家教中的误区应怎么办 .....	111
培养孩子的口才应怎么办 .....	114
给孩子起名字应怎么办 .....	117
父母对孩子的期望总是落空怎么办 .....	120

## 学 业 指 导

儿童家庭早期教育应怎么办 .....	123
教孩子识字应怎么办 .....	126
教孩子识数应怎么办 .....	129
教学龄前儿童画画应怎么办 .....	132
教孩子学钢琴应怎么办 .....	135
避开教子学钢琴中的误区应怎么办 .....	138

孩子开始上小学时,家教应怎么办 .....	141
指导孩子的学业应怎么办 .....	144
孩子不爱学习怎么办 .....	149
孩子学习成绩不好怎么办 .....	153
孩子学习成绩退步怎么办 .....	157
培养孩子的创造力应怎么办 .....	160
培养孩子的思维能力应怎么办 .....	164
欲使孩子更聪明,家教应该怎么办 .....	167
对天资超常的孩子,家教应该怎么办 .....	172
弱智儿童的家庭教育应怎么办 .....	176
培养孩子对事物的兴趣应怎么办 .....	179
面对孩子的提问应怎么办 .....	182
对孩子学业以外的特殊爱好应怎么办 .....	185
要培养孩子的阅读兴趣应怎么办 .....	187
帮助孩子填报升学(高考)志愿时应怎么办 .....	190
孩子高考在即,家长应怎么办 .....	193
孩子高考落榜怎么办 .....	198
安排孩子的假期生活应怎么办 .....	200

## 品 性 操 行

要避免对孩子溺爱应怎么办 .....	205
矫正对孩子的溺爱应怎么办 .....	208
孩子提出购物要求时怎么办 .....	211
对孩子的零用钱应怎么办 .....	215
对爱告状的孩子应怎么办 .....	218
教育孩子守规矩应该怎么办 .....	220
教育孩子不自私应怎么办 .....	224
欲使孩子养成良好的生活、学习和行为习惯应怎么办 .....	225
要使孩子性格坚强应怎么办 .....	229
矫治孩子的性格缺陷应怎么办 .....	231
对孩子的道德品质教育应怎么办 .....	234

对孩子进行美育应怎么办	237
在孩子取得成绩时应怎么办	240
孩子遇到挫折时怎么办	242
教育孩子立志成才应怎么办	246
培养孩子的自立能力应怎么办	249
指导孩子做家务应怎么办	252
要孩子早日适应社会应怎么办	255
培养孩子的社交能力应怎么办	257
欲避免电视对孩子的不良影响应怎么办	261
防止孩子犯错违法应怎么办	265

## 行 为 规 范

孩子任性怎么办	268
孩子发“人来疯”怎么办	271
孩子淘气顽皮怎么办	273
孩子搞恶作剧时怎么办	275
对孩子的攻击性行为该怎么办	278
孩子爱作危险举动怎么办	281
孩子嘴馋怎么办	283
孩子总爱损坏东西怎么办	285
孩子上课不专心听讲怎么办	288
孩子老是破坏课堂纪律怎么办	291
孩子孤僻不合群怎么办	293
孩子间发生争吵时,父母怎么办	296
孩子回嘴顶撞大人怎么办	298
发现孩子说谎怎么办	300
孩子偷拿了别人的东西怎么办	303
发现孩子逃学怎么办	306
要避免孩子读坏书应怎么办	308
孩子早恋怎么办	310
发现异性给女儿写信时怎么办	313

发现孩子手淫怎么办·····	315
孩子受人欺负怎么办·····	319
女儿受到男生非礼怎么办·····	322
欲使孩子免遭性侵害应怎么办·····	324
当孩子犯错违法时应怎么办·····	327

# 生理心理

## 婴儿啼哭(夜哭)怎么办?

孩子出生到1岁以内这一阶段,儿科学上称之为婴儿期。婴儿期内的孩子,与周围进行交流的主要手段便是啼哭。肚子饿了,哭;感到寂寞了,哭;哪儿不舒服了,还是哭。啼哭是婴儿唤起成人注意的信号,也是孩子迫使大人们就范的手段。国外有位医学家曾对患病婴儿和健康婴儿的哭声进行测量分析,结果表明,两者在声调、和音、强音及啼哭的平均时间长度上,存在着显著差别。进一步的研究已发现,根据婴儿的不同哭声进行技术分析,能够揭示采用其他常规方式无法查出的婴儿疾患,从而为某些婴儿疾患的早期诊断和治疗,提供了有力的客观依据。

然而,现实生活中,绝大多数婴儿的啼哭,是由生理因素造成的。饥饿、口渴、出汗、尿布湿了、襁褓过紧、声光惊吓、厌倦长久不变的姿势、衣被过薄过厚、气温过冷过热,或是存心想要父母抱抱、亲亲,等等,都可能成为孩子啼哭的原因。此外,研究表明,在小婴儿,啼哭有利于其呼吸功能的锻炼,通过每次啼哭之后的深吸气,能使婴儿的肺活量增加,使肺通气功能得到改善。因此,有时小婴儿的啼哭是完全“无原因”的。一觉睡醒了,想改善改善呼吸,于是就哭上一气。统计分析还指出,通常,健康的小婴儿,一天大约需睡17~20小时,此外,清醒并保持安静的时间为2~3小时,清醒并伴有活动的时间在1~2小时,还有1小时左右的时间则为哭泣的时间,且夜间啼哭要多于白天。可见,啼哭还是婴儿每日活动必有的功课呢!

对于孩子的父母来说,学会根据孩子的哭声来辨别其原因,显然是十分必要的。首先,父母应该学会分辨孩子的啼哭是生理性的还是病理性(由疾病而致)的,其具体要点有以下几项:

(1)生理性啼哭是最为常见的婴儿啼哭,这种啼哭通常不伴有刺激性,即哭而不闹,孩子不同时表现有烦躁、不安、尖叫或挣扎,哭声大多比较平缓、响亮、有序并且多不持久。经历过几次以后,父母都能产生一定的

判断经验，因而判断不难。

(2)生理性啼哭经父母安抚，如抱起孩子喂哺、走动、轻拍、更换尿布、放松襁褓或给孩子改换体位姿势等，其后即可缓解，而病理性啼哭的孩子则经此处理后仍不能有效止哭。

(3)生理性啼哭的孩子可能因呛咳或愤怒而出现短暂的咳嗽，或使面孔胀红，但却不会出现持续性咳嗽、发热、呼吸急促、拒食、腹泻等病态表现。

(4)生理性啼哭多为缓起、渐发，若无人理睬则会越哭越剧，以后又渐趋缓解，孩子自己睡着后即告终止；病理性啼哭多为骤发，有时抱起或改变其原有体位时，会使孩子哭闹更剧，这类啼哭不经适当处理多不会自行终止，或稍停片刻又始大哭。

对于生理性啼哭，父母除须针对前述各种可能的原因进行检查外，还可通过及时给予关心而使孩子得到满足，使其哭闹得以平息。对于刚刚换过尿布及哺喂过、正准备将其哄睡的孩子，尤对已睡在摇篮或童床里的婴儿，父母不必急于将其抱起，父母来到跟前充满感情地对孩子微笑、哄哄逗逗他们，有时即可使孩子得到满足而安静下来，这种有距离的爱抚方式，也可使孩子独立自处的能力得到锻炼。对于婴儿的生理性啼哭，父母不要闻哭即抱，否则会使孩子养成习惯，以至“粘牢”在父母身上，大人一离开孩子即哭闹不已。这对于孩子的心理健康发育也是不利的，更何况，适度的啼哭对婴儿呼吸功能还有帮助呢！

在婴儿啼哭中，有一种比较特殊的情况，这就是所谓“夜哭郎”现象，这些孩子整夜无缘无故地哭闹，常常使父母心烦意乱、不堪其扰。对于这类孩子，如果经仔细观察确认其并无缺钙等病态（参见本书“孩子经常烦躁、爱发脾气爱哭闹怎么办？”），则大人们可注意观察一下，是否孩子存在白天睡觉过多、活动过少的睡眠规律倒错现象。

物极必反，睡眠也是如此。孩子若白天睡足了觉，夜晚就不免少睡，当其醒来，瞧见周围一片漆黑，而父母熟睡又不予以关照，孩子怎么会不哭闹呢？另一方面，婴儿的大脑皮质功能发育尚不健全，孩子若白天嬉耍过度，入夜后，其大脑皮层常可留有尚未消除的兴奋灶，在其作用之下，孩子便会兴奋不已，难以入眠。因此，对夜哭郎，父母们得认真分析原因，纠正失误。一般来说，增加孩子白天的清醒活动时间而又不使之过于兴奋，就

可以有效地纠正孩子的夜哭现象。

引起婴儿病理性哭闹的原因也有许多,就婴儿突然发生的刺激性哭闹而言,常见有两种原因引起:其一,婴儿受到某种刺激,如蚊叮虫咬、针扎烧灼或是击打损伤等,此时婴儿的哭闹常为暴发性高声嚎哭,哭声急、音调高,由于这类刺激并不会一下子彻底消除,故而即使父母及时安抚,孩子也不易立刻安静下来,但孩子安静下来以后,就不再出现类似啼哭。婴儿突发刺激性哭闹的另一个常见原因,为各种急性病症发作。肠炎是婴儿最易罹患的疾病之一,病后患儿腹泻、脱水、虚脱自不必说,5~9个月龄的婴儿还特别容易因此而诱发肠套叠(该症健康婴儿也易发生),此症一旦发生,孩子会随着肠蠕动而出现阵发性剧烈嚎哭,同时伴有面色苍白、大汗淋漓或有呕吐,一阵肠蠕动过后,孩子可稍有平息,蠕动再来则哭闹又起。如此反复,会使患儿疲弱不堪,啼哭也将变得细弱。肠套叠是一种严重的婴幼儿急症,一旦疑为此症,必须立即就医。急性化脓性中耳炎也是引起婴儿骤起哭闹的常见疾病,此时患儿除有哭闹不安之外,还常伴有发热、抓耳摇头等病态异常现象,有时,孩子会因剧烈耳痛从睡梦中突然惊醒,随即剧烈哭闹不已,此时常表明中耳炎鼓膜即将穿孔,而一旦穿孔完成,脓液得以经破口由耳道流出,则婴儿哭闹会得到缓解。

毫无疑问,当疑及孩子的啼哭系由病患所致时,绝大多数家长都会根据孩子哭声的轻重缓急将其送往医院诊治,唯有一种病理性哭闹常常为家长们所忽视,这就是婴儿经常烦躁、易激惹、爱发脾气爱哭闹(参见本书有关小题)。由于这种哭闹通常并不剧烈,并且总是经常性地出现,因而会使父母们久而久之的习惯了,或将其误认为是孩子脾气不好。其实,可以这样说,凡按生理性致哭因素处理后不能止息的婴儿烦哭,都是异常现象,都应引起家长的重视。

### 孩子经常烦躁、爱发脾气爱哭闹怎么办?

婴幼儿由于年幼,不能借助于语言表达自己的感受,因而他们最常与成人进行感情交流的方式便是哭和笑。正因为如此,孩子的随意哭闹也几乎成为他们的日常语言,家长们一般不会给予太多的注意。当孩子经常性地哭闹烦躁时,惹得父母们不堪其扰,便会被认为是孩子“脾气坏”,遇上父母心情不佳,孩子还有可能挨打受骂。其实,此中有不少幼儿是患了病

了呢！

佝偻病是许多家长熟知的婴幼儿常患疾病，可却很少有家长知道，此病发病的最初症状并不在骨头上，而在孩子的精神、情绪上表现出来。佝偻病起病之初，主要表现为小儿易被激惹（稍受刺激就哭闹、愤怒）、烦躁、睡眠不安和夜间惊啼，并可出现与室温和季节无关的多汗症状（参见本书《家庭医生》分册之有关小题），至于出现骨骼形态的改变，那已是病情发展到极期了。

缺铁性贫血，也是婴幼儿的常患疾病，该病早期症状也表现在婴幼儿的精神神经方面，而不在于血中红细胞的改变，后者同样是病情进展以后才有的严重表现。缺铁的儿童，早期表现不是贫血而是经常性地烦躁哭闹、爱发脾气、精神不振、虚弱无力以及活动减少等等。

佝偻病是缺钙引起的，缺铁性贫血则由缺铁所致。钙和铁等元素不仅参与构成人体细胞结构，因而为人体所必需，更重要的是，它们对于维持人体神经肌肉的兴奋性，有着举足轻重的作用。钙能抑制大脑神经的异常兴奋，使人的精神保持在正常状态；铁则可直接影响大脑功能。最近有很多资料都已证实，小儿的情绪与其体内的铁含量有着密切的关系，当铁缺乏时，会引起大脑代谢紊乱、功能障碍，从而造成小儿思维及行为异常。不久前，埃及等国的医学家试用铁剂治疗记忆力差和学习成绩不理想的儿童，居然获得了成功，这一事实十分有力地证明了矿物元素对人体精神活动的重要影响。

目前，除已知上述钙、铁等元素能对儿童（尤其是婴幼儿）的精神情绪产生影响而外，科学研究还证实，食糖过量也会使孩子心情烦躁、难以安静。学龄期儿童食糖过量，会使他们难以静坐、容易兴奋，精力过剩而学习效率下降。这些孩子整天东跑西窜、惹事生非，久而久之，他们的心理、性格等还会发生变态变化。另外，近年的科学研究还证实，孩子食用过多的合成色素，也会使他们躁动不已。诸如由合成色素制成的黄色汽水、红色糕点等，食用过多时，会使孩子出现类似多动症的症状，使孩子的自控能力下降。

近年来，还有人研究指出，儿童因各种哮喘疾患而使用氨茶碱治疗时，会因受到药物副作用的影响，从而出现诸如坐卧不安、兴奋好动、心烦意乱、急躁易怒、睡眠减少等等精神行为方面的异常。进一步的研究还证

实,氨茶碱可使人脑血流速度减慢,使脑供血量减少,甚至会使孩子的智力、视觉和听力都受到影响。

能够对孩子精神、情绪产生影响的外在因素如此之多,父母们一定得对其给予足够的重视。当孩子有经常性的烦躁哭闹、爱发脾气等表现时,父母千万不要简单粗暴地呵斥了事,更不可失去耐心而打骂孩子,一定要多作观察,勤于预防。尤其是初生至2岁的婴幼儿,因其生长发育较快,体内对钙、铁等营养素的需求较多,易因供应不足而致缺乏,且此期的婴幼儿,患病的主要表现即在烦躁哭闹上,父母们粗心,往往会使孩子的疾病被耽误诊治。

在日常生活中,为防治前述各种因素导致儿童情绪异常,父母可注意主动给孩子多提供富含钙、铁的食品,如富含钙的海藻、发菜、海带、木耳以及各种豆类、豆制品,富含铁的发菜、海带、木耳、虾子、猪肝、豆制品等。给孩子补充含钙食品时,必须同时注意补充维生素D(鱼肝油)。对于年龄不足周岁、尚不能自如进餐的婴儿,必要时可补充活性钙类药物。B族维生素有利于促进体内物质代谢,可用于防治过量食糖所引起的多种症状,并对调节大脑功能有帮助,必要时也可在医生指导下选用。

须要说明的是,此处所说的儿童哭闹烦躁,与孩子的耍脾气、无理取闹是不同的,其主要区别在于,后者多是偶然发生、事出有因的行为,且多见于较大的儿童,对后者的处理可参见本书有关小题。

### 孩子总爱吮手指怎么办?

吮手指是一种普遍存在于婴幼儿中的、儿童特有的日常活动现象。借助于超声波的科学研究,人们甚至发现,部分尚未出生的婴幼儿,在母体内便已开始有吮手指的动作了。美国有关心理学家的调查表明,1岁左右的婴儿中,约半数有吮手指习惯,此后,随着孩子年龄的增长,吮指行为相应减少,但在6~12岁之间的儿童中,“经常”或“几乎整天”吮手指的儿童仍可占到12%之多。随着人们生活及卫生水平的提高,吮手指被绝大多数父母视作了不卫生的行为,一些文章更将此种举动称作“不良习惯”、“行为障碍”或是“恶习”,可实际情况却是不尽然的。

专家们认为,在1岁左右的婴幼儿中,“吸吮”是他们的一种基本需要。专家们在研究中发现,有吮手指习惯的婴儿,其母亲的哺乳节奏往往

是比较快的,当她们认为孩子已喂饱了的时候,便停止哺乳或将奶瓶取走。然而,孩子虽已喂饱,可他们的“吸吮”需要尚未满足,于是便有了取来方便、自我安慰式的吮手指行为。相反,在一些文化不发达的地区,母亲们给孩子哺喂,往往不考虑定量、定时,而是只要孩子的小嘴在动,便哺喂不止,在这种喂养环境下的孩子,其吮手指的现象就相对较少。此外,专家们还认为,婴幼儿的吮手指行为,还是孩子们形成对自己身体认识的一个不可缺少的过程:将手指放入口中吸吮,孩子会获得一种快感,这种快感产生于自身;如果孩子吮手指时用劲过猛,又会使孩子自己感觉到一种疼痛。这种体验反复经历,孩子便开始认识到手指是自己身体的一部分,这便确立了孩子自身在客观世界中的地位,构成了孩子认知发展的一个前提。不仅如此,按照瑞士心理学家皮亚杰的心智发育理论,婴幼儿的吮指行为还与孩子的智力启蒙和逻辑发源有关呢!

对年龄大些的孩子来说,吮手指虽已不再是他们的基本需要,可却是孩子们调节紧张情绪、消除心理压力的一种有效方法。在孩子感到孤独、压抑、饥饿、不适或心情烦躁、紧张焦虑、精神疲惫时,吮手指常常可以给他们带来安慰,从而使孩子的注意力有所转移、不良心境有所好转。有鉴于此,心理学家斯德恩博士甚至认为,有吮手指习惯的孩子比那些不知道寻找自我安慰的孩子来说更幸福些;斯德恩博士并且认为,吮手指习惯还可以帮助孩子睡觉时更容易入眠。

当然,吮手指行为毕竟同时也是会对孩子的卫生与健康构成威胁的不利因素,它会造成孩子口腔和消化道的细菌或病毒感染;在婴幼儿,吮指的同时往往还伴有唾液外流,容易经起口周皮肤溃烂;经常吮手指还会造成手指浮肿、变细或颌面变形等不良后果。因此,家庭教育中,须要对孩子的吮指习惯根据具体情况分别进行处理。

首先,婴幼儿的吮手指习惯既有那么多益处,更会随着孩子年龄的增长而自行消失,故而专家们认为,对这些孩子的吮指行为,除须经常保持让孩子的双手干净之外,不必作出什么反应。对三四岁以上仍留有吮指习惯的儿童,家长则有必要多加注意、设法纠正。对孩子吮指习惯的矫治,应该立足于从根子上找原因,应设法找到造成孩子心情紧张、心理压抑的因素,并使之消除,而在孩子的手指上涂什么辣椒或威胁训斥则是不可取的。

在年龄较大的儿童,造成其吮指现象的心理因素有许多,常见的有:家长平素对孩子态度粗暴、约束过多,对孩子缺少关心和爱抚;家庭人际关系不和睦、父母经常吵架殴斗;父母由于生活的艰辛或不顺利而经常唉声叹气,家庭气氛沉闷;孩子缺少与同龄人的交往,学习负担过重;孩子无所事事、空虚寂寞,等等。所有这些因素,都会使孩子感到紧张、压抑,从而促使孩子产生吮指行为。认识到这些心理因素以后,家长们除应检讨自己既往的家教方式有无失当以外,更应该注意对孩子日常行为的观察和调理。如孩子总是在客人来访时吮手指,那是他们感到被冷落、感到父母不爱他,家长可多抱抱他、多关注他;如孩子总是在做作业或弹钢琴时吮手指,那是他们的学习负担过重了,家长应理解他、释放他;如孩子在观看别的小朋友玩耍时吮手指,那是他也想参与进去,家长应允许他、鼓励他;如孩子在睡觉前吮手指,那是他害怕黑夜来临、害怕父母撇下他,家长应该陪陪他、抚慰他……

一个有爱心的家长,不应该只是对孩子的行为指指点点、批评指责,而应学会更多地理解、关心和帮助孩子。孩子的吮指现象,反映了他们的心理状况。家长不应只看到其表现形式,只注重对孩子某一具体行为进行矫正,而应该更多地把精力投入到对孩子心理的考察和体验上去。对婴幼儿,母亲哺乳过后不要急于将孩子放下,而应该多与孩子嬉戏、多与孩子进行感情交流,以满足孩子的精神需要;对分床睡的孩子,父母不要一开始就把他们独自丢在黑洞洞的屋里,而应该陪伴在床边,给孩子讲个故事、唱首儿歌,使孩子放心睡去;对多思好问的孩子,父母不要因嫌烦或繁忙而斥责他们,而应该对孩子始终充满耐心、爱心,及时认真解答孩子所提出的问题。

对已有吮指习惯的孩子,父母不应以严厉的口吻去指责他们“怎么又吮手指啦?”“怎么跟你说过那么多遍就是不听话?!”因为这样做,只会加剧孩子的心理紧张,从而使孩子的这一习惯变得更加顽固,而温和地把不宜吮指的原因讲给孩子听,让他们自己懂得克制自己,改掉吮指的习惯,那才是正确的施教方法。为了帮助孩子改掉吮指的毛病,斯德恩博士提出一个奇怪的建议:家长告诉孩子,要吮手指可以,但不能只吮一个指头,而必须同时吮所有的指头。据说这一办法行使起来会有意想不到的效果。