

内容提要

宝宝这样正常吗？宝宝那样是不是有问题？愿个月的宝宝该怎样教育他？圆岁的宝宝又该培养他的哪些能力？猿岁宝宝的养育重点放在哪里？在宝宝成长的过程中，哪些信号预示着宝宝一切正常，哪些信号又该引起父母足够的重视，并立刻寻求专业人士的帮助？因为经验匮乏，年轻的父母们有太多的困惑和疑虑，以致他们常常惶惶然不知从何处入手去养育宝宝，或者遇到了一丁点问题就大惊小怪，没了主张。年轻而忙碌的父母们没有时间去钻研大量的育儿知识，也不可能把儿科医生与育儿专家时时刻刻拴在身边，无法保证在宝宝成长的每个阶段都能及时地寻求到专业人士的帮助，因此，他们确实需要一些精要而又专业、科学的育儿知识来支撑自己，学会居家对宝宝进行测评，及时而全面地了解宝宝的发育状况，并针对宝宝的年龄施以最合适的养育策略，提高宝宝各项智能，促进宝宝的全面发展。

目 录

刺激 猿原猿岁儿童的大脑发育	猿
和他玩提高记忆力的游戏	猿
安排一个可以自由玩耍的环境	源
用游戏的方式帮他学习爬行	缘
多让宝宝玩运用手的游戏	远
看和听是婴儿喜欢的游戏	愿
宝宝感觉统合功能观察指标	园
坐马桶要让宝宝自己作主	员
家常小实验解答身体的疑问	员
教孩子学会放松自己	员
培养幼儿具有 缘种重要品质	圆
猿-远岁儿童应掌握哪些知识技能	圆
不做“问题父母”要达到 猿项要求	圆
怎样对宝宝进行如厕训练	圆
卧室游戏伴随宝宝快乐成长	猿
成为 猿岁宝宝的 猿个理由	猿
家长应重视宝宝的自我意识	猿
德国孩子为何动手能力强	猿
让宝宝做一个“爬行专家”	猿
猿-猿岁宝宝的领智方案	源
宝宝的超强记忆力大练兵	缘
儿童智慧的源泉 原音乐	缘

圆缘	给宝宝常备几条好看的丝巾	缘
圆缘	如何训练孩子集中注意力	缘
圆缘	掌握敏感力为孩子成长提速	缘
圆缘	爬行、游泳有助于宝宝早走	远
圆缘	宝宝怨个多月还不会爬怎么办?	远
圆缘	肢体—运动多元智能发展	远
圆缘	孩子们麻烦背后是探索	远
猿缘	愿个月的婴儿会用手拿东西	远
猿缘	帮你分析宝宝好奇的破坏力	苑
猿缘	弹跳出聪明运动最健脑	苑
猿缘	孕妈妈晒太阳让宝宝智商高	苑
猿缘	送给孩子圆个世界	苑
猿缘	适合两岁孩子的一些玩具	苑
猿缘	愿岁孩子的社交能力发育	愿
猿缘	愿岁孩子的语言发育里程	愿
猿缘	愿岁宝宝卫生间技能培训	愿
猿缘	愿岁宝宝手和手指的技能	愿
猿缘	愿岁宝宝的运动里程发育	愿
猿缘	家有沙眼患者宝宝会被传染吗	怨
猿缘	智力迟缓可以在孕期预防吗	怨
猿缘	智力与孕妈咪和宝宝的饮食	怨
猿缘	还宝宝独立进食的权利	怨

鼓励刺激 圆原原猿岁儿童的大脑发育

鼓励孩子从事创造性的游戏、建筑和绘画 ,为娱乐性的学习提供时间和工具。

关注孩子的节律和脾气 ,在高兴和烦恼时 ,都要做出反应。在坚持与孩子年龄相当的坚定纪律约束的前提下 ,对孩子进行鼓励和支持 ,但不要大喊大叫或者打他 ,保证指导方针一致。

给孩子持续的关心和身体接触——拥抱、皮肤接触、身体接触 ,以建立孩子的安全感和舒适感。

在换衣服、洗澡、喂养、做游戏、散步和开车期间 ,用成人的语言与孩子说话 ,对他慢慢地讲 ,让他有应答的时间。尽可能不要用“啊哈”来回答 ,因为你的孩子将认为你没有注意听 ;相反 ,你要扩展孩子的短语能力。

每天给孩子读书。选择鼓励触摸或可以用手指的图画书 ,读得要押韵、有声有色就像幼儿园阿姨讲故事一样。

如果你会说外语 ,在家里使用。

向孩子介绍一些乐器(玩具钢琴、鼓等)。

为孩子播放平静和旋律优美的音乐。

倾听并回答孩子的问题。

保证每天有和孩子单独相处的时间。

在适当的情况下要孩子做出选择(花生黄油或奶酪、红色或黄色 栽恤)。

帮助孩子用词语描述情感和表达像快乐、高兴、愤怒、恐惧的感受。

限制孩子观看电视和录像带的时间,避免观看暴力卡通,监视孩子的所作所为,与孩子一起讨论计划,不要把电视当保姆。

增加家庭外的社交经历,例如学龄前培训计划以及和其他孩子一起玩耍。

确信其他照顾和监护孩子的人理解与孩子形成一个爱护和令人舒适关系的重要性。

每天花些时间与孩子在地板上玩。

选择充满爱心、反应灵活、有教养和令人放心的高素质的孩子看护人员,经常拜访提供孩子看护的机构,与他们分享看护孩子的积极建议。

圆爱和他玩提高记忆力的游戏

游戏重点:东西不见时,婴儿会开始推测所在位置并去寻找,这表示他的智能一步步在发展。可以设计一些游戏,让他运用已经萌芽的推测力和记忆力。不过,在玩藏玩具时,有时婴儿会以为妈妈是存心为难他,所以当他专心玩玩具时,不要将玩具藏起来。

玩捉迷藏的游戏利用窗帘或被单玩捉迷藏的游戏,妈妈可以将身体藏起,只探出一点头来,对着婴儿说:“不见了,不见了”。一开始婴儿会出现不安的表情,随后就会寻着声音找妈妈了。当他来到身旁时,可“哇”的一声让他看到你并抱

起他。利用空箱子做玩具这个时期的婴儿最喜欢用手玩游戏。妈妈可以将糖果盒之类的空盒子打洞,用线穿过去,再绑上小球或小纱布,让他可以拉着玩。手放入箱中,还可以从里面摸出各种东西来玩。

玩具在哪一边?这个时期跟婴儿玩“猜猜看”游戏并不是做机智问答,而是母子二人共鸣的一种游戏,目的是在享受拿开布时有无玩具的那种乐趣。玩时注意婴儿脸上的表情,同时说:“有东西呀。”、“没有东西呀。”

婴儿半夜哭闹是成长的过程宝宝半夜起来哭闹好几次,这是让父母亲非常烦恼的事情,这种现象通常发生在这段时期到1岁半左右的婴儿身上。这种现象产生的原因很多,但大部分是因为他的感情已经发展,容易受到白天的刺激影响。其他如空腹、噪音、太热、太冷、棉被太重、尿布湿了、白天运动不够、睡眠时间不正常等,也是婴儿半夜哭闹的原因。应尽早找出原因,让宝宝舒服地安睡。婴儿半夜哭闹时,应把他叫醒。为了让他早一点停止哭闹,使他在半醒半睡喝奶,这样婴儿即使入睡了,过了不久会再度醒来。让婴儿快乐地运动,使他获得精神上的满足,这点也很重要。白天尽量带他外出,或在家里和妈妈快乐地活动身体,可以转换婴儿的情绪。婴儿半夜哭闹是其成长中的必然现象,过了这段时期,他自然会停止哭泣,睡得很安稳。如果他一直哭个不停,可以抱一会儿。这段时期,身为父亲可不要责怪妈妈:“吵死了,想办法让他别哭。”这只是个过度时期,忍耐一下,偶尔也应该去换睡眠不足的妈妈,轮流照顾宝宝呀!

猿援安排一个可以自由玩耍的环境

安排一个可以自由玩耍的环境

游戏重点 :当婴儿学会爬行后 ,妈妈的视线就不能离开他了 ,而且不断地警告他“不可以的”、“危险”。可是请你想想 ,婴儿原来只会坐在那里看 ,当他能靠自己的力量移动时是一件多么快乐的事 ,与其禁止他 ,不如帮他安排一个可以自由玩耍的空间。如此一来 ,婴儿跟妈妈都很悠闲自在。

一个一个跑出来了,很多妈妈都碰到过婴儿将面纸盒里的面纸全部抽出来玩的经验。与其禁止他 ,不如给他类似的玩具。把绑有铃铛的手帕或纱布放在空箱内让他玩 ,他会玩得很高兴。

设置一个游戏空间这一时期的婴儿看到什么都想摸 ,不妨准备一些安全且有利灵活手指的玩具 ,让他自由自在地玩。除了玩具外 ,也准备一些锅盖、饭勺、抽屉等 ,他一定会玩得很开心。注意 ,不要给他易破或容易吞进口中的东西。

让他在纸箱里面玩纸箱对婴儿来说是相当有魅力的玩具。在纸箱上绑条线 ,上面吊一些会发出声音的小玩具 ,或在纸箱两侧开个大洞做隧道 ,婴儿一定会玩得很开心。用纸或布贴在纸箱上 ,以免婴儿被铁丝之类的东西刮伤 ,虽然比较麻烦 ,还是准备一个好 ,因为在婴儿大一点的时候也会用到。

多玩一些相互接触的游戏

游戏重点 除了和妈妈玩接触游戏外 ,也应该让婴儿多和各种人接触 ,如父亲、同年龄的孩子、比他大一点的哥哥、姐姐

等一起游戏。这一时期正是怕生的时候,婴儿对经常接触的人不觉得陌生,之所以会怕生是因为对别人发生兴趣的同时也产生了不安全感。只要让他多跟不同人接触,不安全感自然就消失了。

让他跟小朋友一起玩这一时期的婴儿虽然还不知道和其他小朋友在一起玩,但对同龄的婴儿以及他们所做的事、他们所玩的玩具都有极大的兴趣。这个时候让他玩在一起玩,不知不觉中就可以成为玩伴。帮他找个玩伴,让他们一起游戏吧。

从爸爸的手中飞到妈妈的手中当婴儿会区别身边的人和陌生人后,对父母亲会更依恋。

因为他已经知道他们是最亲近的人。能够的话,最好安排出一家三口一起游戏的时间。这是三个人共同合作的愉快游戏。爸爸和妈妈一边摇着婴儿的身体一边递给对方,递的时候要记住说:“飞啊飞”。

抱着婴儿滚来滚去让婴儿趴在躺着的爸爸身上,一边唱“滚过来、滚过去”,一边抱着婴儿左右滚动。婴儿配合着父亲的滚动节奏,体验出滚动感。

源媛用游戏的方式帮他学习爬行

用游戏的方式帮他学习爬行

游戏重点:当婴儿会坐之后,父母就只想怎么做婴儿才会坐得更好。但是要想坐得好,腰部肌肉必须很发达。以一般的标准来说,会用腰部爬行表示腰部的肌肉已经发展了。当

婴儿可以自由爬行时,表示从他腰部到脚部间的肌肉及运动能力都不错。这段时期最需要的是鼓励他爬行,让全身都活动。↓想拿玩具这个游戏可以让宝宝坐得更稳。首先,把玩具放在婴儿的上面,让他的手刚好摸得到。母亲要在旁边看着,因为他可能失去平衡而往前倒。前面学会了之后,再把玩具放在左边及右边。如果他旋转身体,就从手摸得到的地方开始。

倒立摆荡婴儿习惯倒立的姿势后,才可以跟他玩倒立体操。首先,抓着婴儿的脚踝让他倒立,然后往左右稍微摇晃,一边摇一边轻声念“摇过来、摇过去”。↓搔他的小屁股让他趴着,如果他撑起双脚看似要爬行的样子,就将他的手贴在地板上,将他的腿弯曲,让他采取爬行的姿势。如果手的力量太弱而无法撑起身体,妈妈可扶着他的腹部。等他会用四肢撑起身体时,妈摇啊摇妈可在他小屁股后面搔痒,他会自动向前进。

缘爰多让宝宝玩运用手的游戏

做踢脚游戏,刺激他的脚底

游戏重点:有些在脚部长肌肉、有力量后,抱在母亲膝上时会不停的用脚尖踢动。脚尖在学爬或学走时非常重要。这个阶段,可以玩一些刺激脚底,让膝盖和脚底有节奏弹踢的游戏。脚底是很重要的感觉器官,和手指一样,必须让他触摸各种东西。↓

在妈妈的膝盖上踢腿婴儿坐在妈妈的腿上开始乱踢时,

远

可以配合他的动作,一上一下地让他在膝上跳跃。每当婴儿用脚尖踢时,力量就会进入脚拇指,进而刺激他的大脑。同时,在跳跃时也可以培养平衡感,这是两脚走路的必要基础。配合他的节奏感,让他尽情地跳吧。运动能力

踢妈妈的手掌让宝宝仰躺,手掌贴着他的脚底,稍微用力按,他就会反射似地踢回来。反复几次后,他就会很高兴地玩踢脚游戏了。

在爸爸肚子上爬父亲先躺好,然后将婴儿放在肚子上,让他趴好,并将手和脚调整成容易爬行的姿势,让他练习如何保持身体平衡。

多让他玩运用手的游戏

游戏重点:有人说“手指是人类的第二个大脑”,由此可知,它与大脑的活动关系非常密切。看见东西就想伸手去拿,这就是脑、手合作的第一步。这个阶段,要准备一个他伸手就可以拿到各种东西的环境。也就是说,婴儿的身边要经常放一些安全玩具,不必将游戏的空间整理得很整齐。↓用手帕玩藏猫猫的游戏用手帕盖在婴儿的脸上,跟他玩藏猫猫的游戏。一开始,婴儿会觉得很不舒服,想拿开,当他拿开手帕的那一刹那,妈妈笑着对他说:“哇,看到了”,于是他便会忘了刚才的不愉快。

用玩具玩手指游戏这个时期,婴儿会开始用手启动各种东西。妈妈该准备一些能让婴儿手指活动的玩具。手指游戏不但可以促进手指灵活性,也是最适合他单独玩的一种游戏。帮他设计可以专心游戏的环境吧。

这个给你,过来拿,当他会伸手拿玩具时,可在你身边放一些他感兴趣的東西或玩具,让他伸手来拿。他握东西时,妈妈

要教他拇指与另外四指相对。可以先抓着他的手,教他什么是正确的握姿。

视觉和听是婴儿喜欢的游戏

尽量利用手指的游戏。例如,可以玩手握玩具摇晃、拉绳子、打开盖子等游戏。当婴儿想做、想玩时,就是进步的最佳时机。只要时机成熟,每个婴儿都会踏上成长的第一步。和婴儿游戏时,最重要的一点是让他玩他想玩的游戏,同一种游戏玩过几次后,再视他的能力来提高游戏难度。反过来,若强迫他玩填鸭式的游戏,婴儿会敏感查觉母亲的意图,而变得不想玩那种游戏了。只要仔细观察,母亲就可以清楚婴儿喜欢玩什么游戏了。

看和听

叫他的名字 和他玩

游戏重点: 婴儿长到 3 个月时可以分辨不同声音了,他会听得出身旁人的声音,如父亲、母亲或录音机中自己的声音。对听惯了的母亲的声音尤其敏感,只要母亲一出声,头就会转向声音的方向,被叫到名字时也会马上有反应。这个时候,可在他看不到的地方发出声音,跟他玩寻找声音来源的游戏,利用这种方法训练他的听力。↓玩看镜子的游戏这个时候,婴儿已经开始明白镜中人是自己了。妈妈可以拉着婴儿的手摸镜子,一边跟他说:“咦,什么都没有,这是镜子啊。”跟婴儿玩藏猫猫或拉着他的手、脚摇晃,这样可以增进他的自我意识。

叫他的名字婴儿听见自己的名字要比听见其他字句敏感。除了在他身边叫他名字外,也应在远一点的地方叫,训练他对自己的名字有反应。↓

声音在哪里?让他听闹钟、门铃、电话、果汁机等声音,并且让他寻找声音的来源。妈妈要边找边说:“咦,那是什么声音?”找到时也要告诉他“这是电话”。

将其声音和影像融入游戏中

游戏重点 到了远个月大时,婴儿对歌声、电视、收音机的声音相当敏感并且显出兴趣。这时候他会有自己喜欢的音乐,听到它时会注意盯着电视看。此时,可以开始让他看儿童节目。注意,绝对不能让电视代替保姆的工作。看电视时,母亲应和婴儿一起看,记住他喜欢什么歌曲并唱给他听。

给他唱他喜欢的歌他喜欢的节目开始时,婴儿会显现出高兴的样子。将他喜欢的电视内容融入到游戏中,将加强他的能力。母亲在和他游戏时,将他喜欢的歌或音乐带到游戏中,由于这是他熟悉的,一定会玩得很高兴。

让他看儿童节目有些母亲说“让婴儿看电视,他好像会记住里面的话”,但是光靠电视是无法教导婴儿说话。婴儿的说话能力是在人与人交谈间建立的,单向传送讯息的电视只能作为母子沟通的素材。母亲应和婴儿一起看电视,并和他说话。

让他充分享受快乐的体验这时候说话能力已渐渐萌芽。婴儿是从身边的事物开始记起的,所以要尽量让他体验各种事物。外界发生的事物最能引起他的兴趣,多让他看各种事物、听各种声音、触摸各种东西吧!

随时在他身边准备制造出各种声音

游戏重点 :当婴儿听到好听的音乐或愉快的声音时 ,他会高兴得手舞足蹈。若帮助婴儿配合音乐舞动 ,可让他学会用身体表现快乐的情绪。准备一些能发出美妙声音的玩具和好听的音乐。因为在这段时间婴儿已开始知道每种东西都会发出各种不同的声音 ,母亲可以和他一起玩声音游戏 ,让他自己动手敲出声音。↓

让他听音乐盒的声音让婴儿听音乐盒的美妙声 ,可以使他心情舒畅。当着婴儿的面转动音乐盒的开关 ,做几次后 ,婴儿便会知道一转动那个小东西那会发出声音来。每当音乐停止时 ,他会用手指触摸开关 ,让妈妈转动它。这种过程可帮助他发展智力。

咚咚、锵锵让他敲打每一种东西。虽然没有节奏感 ,但他还是喜欢听咚咚 ,锵锵的声音。一开始他只是喜欢乱敲 ,不久就能分辨出音色的好坏 ,变得只喜欢敲打能发出悦耳及愉快声音的东西了。

让他伴随音乐起舞让他的身体随着音乐舞动 ,培养乐感。一开始 ,母亲帮助他 ,让他随着音乐的节奏摇动。做时拉着他的手摇动或抱着他转圈即可。婴儿很喜欢和母亲一起摆动身体 ,当他听到音乐自己会摆动身体时 ,动作也会变得更有节奏感了。

疼爱宝宝感觉统合功能观察指标

宝宝开始学走路时 ,菲菲总觉得孩子怪怪的 ,要宝宝接球也接不住 ,动作很慢 ,还常绊到脚跌跤 ,可是明明就是个聪明

的孩子阿！怎么会这样呢？

每个人都是透过“感觉系统(神经系统)”来搜集外界讯息,而这些讯息经过脑部组织整合后,再形成有意义且适当的行为表现出来,这一整个流程就是所谓的“感觉统合”。

亲身体验是宝宝成长第一步

事实上,人类一出生感觉系统即已发展好,宝宝能看见、能听见、能感觉;只不过在婴儿时期的宝宝,大脑对这些讯息的处理能力还未发展,因此这些感觉对他们而言显得意义不太,必须逐渐依靠宝宝亲身体验这些感觉讯息,脑部开始组织吸收的讯息,并找出它们意义所在,才算是感觉统合的发展过程。

换言之,“亲身体验”是宝宝学习成长的第一步。一旦亲身体验后无法表现出应有的正常行为时,就可能发生了感觉统合障碍方面的问题,值得爸妈留意。

怎样才叫感觉统合失调？

常见妈妈带宝宝不断抱怨：“医师,我家宝宝智力还算不错,也很聪明,可是动作奇慢无比,拖拖拉拉的,从吃饭、刷牙洗脸到睡觉,都必须一催再催,有时一顿饭下来就是个把钟头……”;也有的母亲会抱怨：“小孩子很不专心,静不下来,和他玩这个游戏不到五分钟,他又要玩别的,东挑西捡,就是无法好好的把一样玩具操作……”

有鉴于此,要特别提醒爸妈们,平时不妨多观察宝宝的各种行为,以期早期发现、及早治疗,多可以减轻爸妈照顾孩子的负担。若家中宝宝有了下列问题,很有可能是感觉统合功能障碍,建议爸妈应带宝宝到医院接受评估。

编辑:宝宝感统失调的行为

动作笨拙、不协调 较晚学会走路或常跌倒、绊到自己的脚。

不喜欢别人的拥抱或触摸 不喜欢洗头、理发。

对刺激过度敏感 如进入人多的地方、光线强之处会过度兴奋,有声音的情况下较不专心。

对感觉刺激的敏感度过低,对各种感觉刺激反应慢,甚至不太有感觉,所以当有受伤跌倒发生时,也不会觉得痛、不会有反应。

坐椅子常会跌下来。

常将桌上的东西碰落到地上。

容易分心,注意力集中时间短。

做白日梦且无法注意周围事物(但听力正常)。

上学后(如幼儿园或国小)抄写或做习题时常会遗漏字句。

画图、写阿拉伯数字或国字时,左右、上下颠倒,如 猿 写成 猿

活动量过高,动个不停。

活动过少,动作缓慢。

语言发展迟缓或口齿不清。

智力正常,但对阅读或数学的学习有困难。

精细动作协调性不佳。

缺乏自信,易遭受挫折,容易发脾气。

神经系统的统合协调

假如家中的宝宝出现了上述症状,则可能是感觉统合有了异常。也就是说,“感觉统合”即是神经系统将自己身体的感觉及环境的刺激(外界给予的感觉)加以整合,使身体做出

有效的动作及反应。

比方说,爸妈叫小朋友接球而要接得好,必须整合了听觉(球来了)、视觉(看着球的轨迹)、本体觉(自己的手脚位置)、触觉(摸到球)、平衡感协调性等,小朋友才能接个好球。一旦这些讯号的整合有了障碍,就会产生动作协调不良、精细动作差、左右不平衡等。

而感觉统合的治疗即是先评估分析孩子的问题到底在哪里,针对问题设计治疗课程及活动(大多采游戏方式进行),以刺激宝宝感官的发展,让孩子从这些活动中学习整合各种刺激,尽力有效的反应,使大脑的感觉统合功能逐渐改善,进而改进他们手眼协调、空间概念、注意力及解决问题的能力等。

全方位感统育儿法

感觉统合从胎教做起

目前一般的观念以为,感觉统合谈的多半是较大的孩童,其实正确的观念该从怀孕就开始,也就是妈咪应注意胎教,妈咪在胎儿胎动时可以抚摸自己的肚子,传导对腹中胎儿的爱意,每天抽个时间跟胎儿谈谈心、说说故事、听听音乐,对于宝宝出生后都会有很大的帮助。

拥抱安抚有助感觉统合

有些人的观念认为刚出生的婴儿一哭就要抱,易造成宝宝粘人、不好养等恶息,但事实上,就感觉统合的观点来看,孩子哭了,父母亲故意不予理会、不抱他,小孩子的触觉发展可能会受影响,而且日后对于人与人之间的信赖度,也会大打折扣,所以宝宝哭闹时不应不理睬他,最好抱抱他并给予适当的安抚。