

科学育儿知识丛书

婴幼儿教育 (十)

韩文 主编

延边大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

科学育儿知识丛书/韩文主编.

—延吉: 延边大学出版社, 2004.11

ISBN 7-5634-1732-X

I. 科…

II. 韩…

III. 婴幼儿—保健—基本知识

IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 111169 号

延边大学出版社出版发行

(吉林延吉市公园街 105 号 邮政编码 133002)

中铁十六局印刷厂印刷

787×1092 32 开 495.75 印张

2004 年 11 月第 1 版 2004 年 11 月第 1 次印刷

印数: 1~1 000 册

定价: 1504.00 元(本卷 16.00 元)

目 录

◎预期的目标和日常实践	1
◎责任感的源泉	2
◎0~1 岁宝宝的情绪符号	4
◎家长要关注孩子的需要	9
◎接孩子时给家长的建议	13
◎当他打翻了“醋坛子”	16
◎依恋情结与宝宝的人生	19
◎自信心孩子受用终生的财富	21
◎宝宝初入托哭闹应该怎么办	24
◎宝宝“恋母”或“恋父”吗	29
◎孩子为何总是心悬不定	35
◎她家有个“玩具杀手”	42
◎对孩子讲述“大道理”	49
◎正确对待宝宝的占有欲	53
◎家长怎样帮助孩子战胜恐惧	57
◎要正确排解宝宝的嫉妒心	60
◎独处，艰难的一步	66
◎与孩子沟通要讲究方法	70
◎家长要学做孩子的心理医生	73

◎孩子有了问题才心理咨询吗	77
◎注意宝宝正被“紧张”侵袭	81
◎培养孩子自信打破“说明书”	85
◎宝宝的“趋避性”影响个性	88
◎家教指导：分享请慢慢来.....	93
玩具游戏教育.....	98
◎宝宝学习：纸牌中的数学游戏.....	98
◎玩具：孩子的快乐时光	100
◎成长烦恼体验扔东西的快乐	111
◎我爱玩具：小厨师的新厨具	117
◎另类游戏向这个世界叫板.....	118
◎1+1+1 的家庭游戏法则.....	122
◎孩子的玩具多多问题也多多	133
◎玩具游戏：芭比之外的童趣	138
◎小狗下坡	140
◎和孩子一起玩 11 种益智游戏	144
◎让宝宝用小拼图拼出大智慧	147
◎晚间游戏：小脚踩大脚	155
◎爸爸不能少的亲子游戏	156
◎玩球的宝宝开心又聪明	159
◎快乐家庭游戏	164
◎妈咪心得：巧妙利用玩具.....	169

◎自制“土玩具”走进幼儿园	170
◎启发孩子潜能的玩具小集锦	171
◎关于玩具孩子和父母如是说	173
◎家长怎样教宝宝搭积木	180
◎和宝宝一起做亲水游戏	180
◎学会用玩具开发宝宝的智力	185
◎让宝宝更爱袜子的袜子游戏	186
◎“泥沙俱下”宝宝玩游戏	188
◎没有玩具照样玩：水果	191
◎适合 28—30 个月宝宝的游戏	194

◎预期的目标和日常实践

孩子的责任感开始于父母的态度和技巧。态度包括允许孩子有自己的情绪；技巧包括向孩子示范处理情绪的可接受的方法的能力。

要达到这两个要求，有相当大的困难。我们自己的父母和老师没有让我们充分准备好如何处理感情问题，他们自己也不知道如何处理强烈的情绪，当他们遇到孩子强烈情感爆发时，他们的方法是拒绝、否认、压制，或者美化，他们会使用一些没有帮助的断语：

否定：你并不是真的像你说的那么想的，你知道你爱你的弟弟。

否认：问题不在你，你只是这一天很倒霉，心情不好罢了。

压制：如果你再说一次“恨”这个字，我会狠狠揍你一顿。好孩子不会感觉到恨的。

美化：你并不真的恨你姐姐，可能你不喜欢她，在我们的家庭里，我们没有恨，只有爱。

这样的话没有意识到一个事实，那就是：情感就像一条河流，是无法阻止的。强烈的情感就像密西西比河的河水，不能被否定，无法讲道理，也不能不切实际地空谈。试图忽略这些情感就会导致灾

难，它们必须得到承认，它们的力量必须得到认可，必须重视它们，要机智地转移它们的方向。通过这样的疏导，强烈的感情可能会成为我们生活的兴奋剂，给我们的生活带来轻松和欢乐。

这些都是崇高的目标，但是问题依然存在：该采取什么样的措施才能在理想的目标和日常的实践中间搭起一座桥梁呢？我们该从何处着手呢？

◎责任感的源泉

世界各地的父母都在寻找教孩子有责任感的办法。在许多家庭里，父母希望通过日常琐事来找到这个问题的解决方法。倒垃圾，做饭，给草坪割草，洗盘子等等，父母相信这些行为对培养孩子的责任感是有效的。而事实上，这些日常琐事尽管对持家很重要，但是可能对培养责任感并没有积极的影响。相反，在有的家庭，这些日常差事还会导致每天的争吵，给孩子和父母都带来苦恼和愤怒。如果强制坚持让孩子做这些日常家务，结果可能是孩子的顺从，厨房、院子更干净了，但是，这样做对孩子性格的塑造可能有不良的影响。

很明显的事实是责任不可以强加。责任感只能从内心产生，由从家庭中和社区中吸取的价值观中慢慢培养和指导。没有积极的价值观来支撑的责任

感可能会危害社会，具有破坏性。帮会成员经常显示出对其他成员以及对帮会的无比忠诚和强烈的责任感。恐怖分子极其郑重地履行他们的责任，即使命令需要牺牲自己的性命，他们也会执行。

我们希望我们的孩子能成为有责任感的人，同时希望他们的责任感来源于最高的价值观，包括尊重生命，关注人类的幸福，用常见的词汇来说就是：同情、责任和人道。我们通常不会把责任感放到一个较大的框架中去考虑。我们考虑是不是有责任感，常常是就更具体的方面而言的：孩子乱糟糟的房间、上学迟到、马虎的家庭作业、不情愿的钢琴练习、绷着脸不服从命令，或者态度恶劣，等等。

尽管孩子可能很礼貌，把自己和房间都收拾得很整洁，家庭作业也做对了，但是他们还是会作出不负责任的决定，特别是那些整天被告诉该干什么、干什么的孩子，他们很少有机会去实践自己的判断能力，很少有机会自己作出选择、培养自己内心的标准，因此更容易作出不负责任的决定。

而另一方面，那些有机会自己作决定的孩子，在成长中，精神上会变得自立，他们能够像成年人一样选择适合自己的伴侣和工作。

孩子究竟能学到多少我们希望他们知道的东西，取决于他们内心对我们教导的情感反应。价值观不可以直接传授。孩子只会被那些他们爱戴、尊敬的人同化，通过模仿他们，孩子们吸收了他们的价值观，并且成为孩子自己价值观的一部分。

这样一来，孩子责任感的问题再次回到了父母身上，或者更精确地说，回到了父母的价值观问题上，父母在教育孩子的过程中表达出来的价值观能够加深父母和孩子之间的感情。现在需要考虑的问题是：有没有什么明确的观点和方法，可能会让孩子产生我们预期的责任感？这一章剩下的内容就是从心理学的角度，来尝试回答这个问题。

◎0~1岁宝宝的情绪符号

宝宝什么时候学会了对你微笑？他的哭声中包含了什么样的信息？他第一次生气是什么时候？宝宝感到害怕的时候父母该怎么办呢？

情绪既是宝宝心理的重要内容，又是他们心理活动的主宰者。因此宝宝们的生活和行为都充满情绪色彩。很多爸爸妈妈都在孩子一个月大的时候就观察到了：高兴、生气、好奇、惊奇、恐惧等五彩的情绪变化，一起来解读一下宝宝的情绪符号。

情绪符号一：高兴

无意义的笑

宝宝笑了，爸爸妈妈好开心呀！其实，新生儿的的笑容是没有社会意义的。我们在刚出生几天的婴儿身上就能观察到微笑，但是只会在孩子睡觉的时候出现。这种微笑是脑干部位的脑电波活动的信号，而并不是爸爸妈妈们所认为的那样是孩子高兴的反应。出生第二周的孩子在醒着的时候也会微笑，但同样也是脑电波的作用，它没有社会意义。

有意义的笑

从 4~6 周开始，孩子的笑开始与他们的感受联系在一起。这时候的笑是生理情绪的体验，宝宝感到身体内部舒服了，他就会用笑来表达。

在出生到 2 个月大的时候，当他吃饱了、睡好了、或洗了澡，宝宝的身体就会很舒服，他会微笑，这是生理性的微笑，是满足自身的内在生理需要后产生的情绪反应。

在出生的第 3 个月会出现诱发性的、非生理性的微笑，也就是由外界的刺激引起的情绪反应。这时候奶奶碰碰宝宝的脸，爸爸轻轻地触摸宝宝的皮肤，或者他听到了妈妈熟悉的声音等，都会引起宝宝愉快情绪的反应。这种反应起着信号的作用，

是宝宝在呼唤成人和他接近、交往。这是社会化的情绪出现的起点，而这时他跟任何人接近都会产生愉快的笑的情绪。

高兴情绪的分化

2~7 个月的时候，宝宝与人的交往出现了选择性。他的高兴情绪有了分化，对不同的人有了不同的反应。2 个月开始，幼儿就能通过视觉、听觉辨认母亲面孔和声音，或辨别父亲的面孔和声音。到第 4 个月时，婴儿才真正能辨认最接近的人，这时婴儿对熟悉的人脸比不熟悉的人脸笑得更多，甚至只对亲近的人微笑。这时妈妈会发现，妈妈笑，孩子也会有意识地笑，这是宝宝应答性的微笑。但这时的幼儿尚未形成依恋。出生后的 2、3 个月里，宝宝生活环境中的事件开始能引起他的微笑和大笑，妈妈用玩具来逗弄宝宝，他会觉得好玩又有人陪伴而高兴。再过几个月爸爸轻轻地给宝宝呵呵痒，他会高兴地咯咯笑起来。这是因为一方面是对宝宝的神经刺激，一方面是有大人和他玩耍产生的愉悦体验。

情绪符号二：生气

聪明的宝宝们在他们不会说话的这段时间内就用笑和哭来向爸爸妈妈倾诉自己的欢乐和烦恼。照顾宝宝的妈妈就知道孩子的哭声是有花样的！她们

一听宝宝的哭声，很快就知道孩子是饿了、渴了、困了、尿湿了还是生病了。宝宝的啼哭往往是因为饥饿、口渴、困倦、恐惧、着急、发怒等所引起，这种啼哭有不同的模式，哭声中就包含了产生不舒服情绪的原因，敏感的妈妈一听就能分析它们分别代表什么样的含义，采取护理的措施，所以宝宝的哭声有信号的作用。

愤怒，也是幼儿常见的情绪。宝宝愤怒的反应，往往是由剧烈到缓和，由直接到间接，随着年龄增长而变化。婴儿时期的愤怒不发则已，一发总是来势汹汹，不能抑制。全部身心受到激动，两手摇动，两脚乱踢，满面涨红，大声哭叫。这时候的愤怒的原因基本都是生理原因，例如，生病、疲倦、饥饿、睡眠不足等，儿童不愉快和恐惧都会导致愤怒。在 0~1 岁的阶段，妈妈可以通过观察了解孩子生气的原因，及时满足他的需要，再用身体的安抚来平息孩子的愤怒，抱着孩子，抚摸他的皮肤，用温柔的言语安慰他，都可以起到好的效果，不要因为烦躁而对孩子置之不理。

情绪符号三：恐惧

宝宝们一般生活在很少会引起恐惧刺激的环境中，他们大多都受到保护，但儿童仍然学会了害怕

某些东西。惧怕大约在出生后的第 6 个月发生。这是由于突然遇到强的刺激，心理失去平衡所发生的情绪反应。父母要注意，孩子有的惧怕是习得的，如听到了放鞭炮的声音，孩子会有似乎是惊怕的反应，父母无需紧张地用夸张的言语和动作去保护孩子，只需要轻轻地抱住孩子，用言语给他解释那是什么声音，就可以了。另外，害怕陌生人正是这时期惧怕情绪的突出表现，随着成长，慢慢会有所改变。

正确应对宝宝的情绪：

积极情绪的回应

要注意，在初期，孩子情绪模式的形成几乎是照料者情绪的翻版，所以，妈妈要即时地作出积极的情绪回应，这样宝宝会体验到更多的开心。

高“敏感性”的建立

这里的敏感性是指母亲在照料过程中的注意能力。对宝宝喜怒哀乐的感受能及时地感觉到。哭、笑以及各种宝宝的肢体语言和表情都是各种不同的信号，妈妈要能比较准确地判断孩子在表达什么样的信息，然后可以给予对应的处理。这对孩子健康情绪的发展有很大的意义。

及时满足需要

在 0-1 岁的过程中，主张妈妈及时地给孩子各种满足，包括生理的满足(哺乳、清洁、睡眠等)，还包括心理上的抚慰。孩子在妈妈肚子里的时候听惯了心跳，喜欢和成人皮肤有温暖的接触，所以不要怕娇惯孩子而不去做，在宝宝感到不愉快的时候，拥抱、抚摸、唱他熟悉的歌曲都是很好的办法。

建立良好的依恋

从 7 个月开始，宝宝开始出现了依恋亲近的人的依恋情绪。孩子最喜欢和亲近的人接近，这样的接近会给宝宝带来舒服、愉快和安全的情绪。当亲人一旦要离开，就会产生不愉快的情绪。依恋有各种不同的类型。妈妈在这个过程中能做的就是细心的护理，用身体接触孩子，如抚摸、搂抱、摇晃等，孩子感受到这些触觉和运动觉的刺激，会产生愉快的情绪，能促进孩子的愉快情绪中枢的发展。孩子的回应也能促进对其本身的爱和进一步的交往。

◎家长要关注孩子的需要

每个时期的孩子都有他的需要，对于婴儿期的孩子来说，生理需要的满足是最为迫切的，因为他们尚无自主能力，父母给予孩子一切的生理需要或

生存需要的满足，给予孩子更多的爱护和关心，将有助于孩子发展信任感，发展对周围世界的基本态度。

随着孩子的成长，对于学步阶段的幼儿来说，由于其独立探索世界的能力的发展，如控制大小便、双足站立行走、自己进食、“我”的使用等，他们有了强烈的自主需要，如果父母因为孩子常将事情做得“乱七八糟”，如尿湿被子、经常跌倒等，而限制孩子的自由，对孩子过多越俎代庖的控制，那么孩子独立自主的需要得不到满足，会因为意识到在别人眼里印象不佳而产生羞怯和疑虑。

到了学龄前期，儿童因为自己的好奇心而主动探求未知世界，如果他们的探索活动是有效的，他们就会以一种建设性的方式处理事物、对待他人，获得强有力的主动性；相反，如果他们遭到严重的批评和惩罚，就会对自己的许多行为感到内疚。因此，父母对孩子的探索活动的鼓励，给予孩子自我负责的机会，将有助于孩子主动性、目的性的发展。

孩子在成长过程中有着各种各样的需要，哪些需要是关键的？作为爸爸妈妈如何去关注呢？

爱的需要

光给孩子足够的物质营养是不够的，在没有爱的环境中长大的孩子，很难成长为一个健全的人，有时甚至连生存都有问题。孩子需要父母的爱，只有被爱而接纳，孩子才有安全感和归属感。父母应该对孩子充满爱心，知道如何将自己的爱经常向孩子表达出来。经常给予婴儿的拥抱和亲吻，对童年期孩子的陪伴和轻拍，都会让孩子爱的需要获得满足。

安全的需要

初生的婴儿必须依赖外界特别是父母的保护才能生存。婴儿饿了需要父母的喂哺，婴儿

睡醒了如果见不到看护者会哇哇大哭。同样，稍大一些的孩子看到卧室窗上摇晃的影子，或者日常生活中的许多固定习惯改变了，都会觉得不安。这些都是儿童需要安全的表现。缺乏安全感的孩子往往不敢自由自在地探索周围环境，学习新的事物，因此他的情绪和智能发展也会受到不良影响。缺乏安全感的孩子无法信任他人，因此难以与他人建立友谊。

对孩子来说，常规和稳定是其安全感的来源。孩子需要稳定的家庭关系，熟悉的家庭环境，时时

事事有章可循。稳定熟悉的环境使孩子对即将发生的事情有把握，产生可控感；常规给孩子一个生活的界限，提供孩子自由成长的顺序感。

尊重的需要

儿童是独立的个体，有自己的尊严，成人必须尊重儿童及其权利。尊重孩子意味着他有权利和大人一样做决策，做自己愿意做的事情。如果父母认为孩子是自己所生养，是自己的私有产品，而可以加以任意摆布，粗暴无礼的对待；那么孩子就会因为这种粗暴对待变得越来越神经脆弱。

尊重体现在对孩子的信任和鼓励上，聪明的父母常常以各种方式鼓励孩子，“你表现得不错！”“你是一个勇敢的孩子！”；聪明的父母会给孩子给予充分的信任，“你已经有了很大进步，我相信你最终能达到目标。”“这件事不太容易，但你已长大，一定能自己解决问题。”等等。来自父母的信任和鼓励能给孩子带来尝试的勇气，并促使他们以一种愉快的心态去接受生活的挑战。尊重及鼓励的结果，将给孩子带来自我实现的体验，在原有的基础上，发掘自己的潜能。