

<<给宝宝的第一本心理健康书>>

图书基本信息

书名：<<给宝宝的第一本心理健康书>>

13位ISBN编号：9787538865448

10位ISBN编号：7538865446

出版时间：2011-2

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：刘雪纯

页数：228

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<给宝宝的第二本心理健康书>>

内容概要

新生儿的降临对父母而言如太阳出世，但当太阳的光辉带给他们喜悦的同时，也让这些父母们越来越感到育儿是一件非常吃力的事情。

为什么孩子一到夜晚就哭个不停？

为什么孩子在公共场合动不动就耍赖大哭？

为什么孩子吃饭时总是不老实？

为什么孩子死活都不愿意上幼儿园……这一件件事情让很多做父母的费尽了心血，可孩子却还是不如自己所愿。

他们不断地问自己：“现在的孩子到底是怎么啦？”

我们在街上也许常常看到这样的情景：一位母亲拉着孩子的小手走在街上。

妈妈身体向前微倾，走得很快，孩子为了赶上妈妈的脚步，吃力地紧紧跟随。

为什么妈妈们都对孩子的内心一无所知呢？

一边说着自己是多么爱孩子，一边却总是从自己的角度出发，用成人的眼光看待孩子，揠苗助长。

父母育儿感到吃力，其中一个重要原因就是他们并不了解孩子的发育过程以及他们的内心状态。

虽然自认为比任何人都了解自己的孩子，但其实很难说他们眼里看到的就是孩子的全部，如果知道孩子的内心在发生着哪些变化，了解孩子的心理发育已经到了哪一个阶段，那么育儿带来的困难至少会减少一半。

如果父母对这些情况不了解，就会对孩子继续发脾气，以更为急躁的心态督促孩子，使得情况更加恶化，陷入恶性循环。

不同的育儿方法必然产生不同的育儿效果。

最理想的育儿方法，不是科学的教条，它是一种多变的艺术，需要父母们不仅要在孩子的衣、食、住、行等日常护理中面面俱到，同时还要针对孩子在成长阶段中所表现出的各种心理，适时地调整自己的育儿方法。

本书将会帮助父母针对孩子的具体情况，找到最适合孩子的科学育儿方法。

生命的美好就是靠育儿的辛苦延续着。

本书虽然不能分担父母的辛苦，但却可以引导父母如何正确付出辛苦。

如果你想让自己的孩子身心健康成长，不妨翻开这本书，相信它一定会令你有意想不到的收获。

<<给宝宝的_{第一本}心理健康书>>

作者简介

刘雪纯，在儿科医院从医二十多年，专注研究儿童心理学，小儿精神科专门咨询师，拥有丰富的儿童心理问题临床经验。

陪孩子们一起成长，细心观察，潜心记录，深入剖析当今家庭幼儿教育种种误区，以案例形式与家长分享如何才能让孩子玩得开心，学得轻松。

曾发表多篇论文，受到

<<给宝宝的第二本心理健康书>>

书籍目录

第一章 1岁(0~12个月)的宝宝——用自己的方式表达内心需求

第一节 婴儿的啼哭

一哭就抱会惯坏宝宝吗

宝宝哭闹不停究竟为哪般

严格禁止如此对待“夜哭郎”

宝宝哭闹解决方法影响性格

第二节 孩子的睡眠

宝宝睡眠有哪些独特规律

不同月龄下宝宝的睡眠情况

请不要这样帮助宝宝入睡

对付宝宝睡眠失调依症下招

婴儿独睡好不好

第三节 孩子的不良习惯

家有爱扔玩具的小宝宝

为什么一岁宝宝爱咬人

宝宝爱摸小“鸡鸡”

第四节 宝宝的性格与情绪表达

性格塑造要从婴儿时期开始

换尿布与宝宝性格

新生儿的情绪表达

巧妙应对宝宝的“坏脾气”

第五节 认生与分离焦虑

孩子一出生就产生母子依恋

宝宝害怕陌生人

孩子不认生到底好不好

宝宝认生说明认知能力发展

宝宝的分离焦虑

应对分离焦虑的技巧

第二章 2岁(13~24个月)的宝宝——自我意识逐渐形成

第一节 孩子的自我意识与反抗心理

什么都是“我的”——自我意识的产生

2岁孩子难缠的第一反抗期

面对孩子逆反,父母出现的教育误区

第二节 孩子的成长与发育

给宝宝断奶需要注意什么

2岁宝宝的语言联想能力

2岁幼儿的智力和行为特点

2岁宝宝,开始学规矩了

第三节 孩子的不良习惯

宝宝吃饭不老实

和别的孩子玩不到一起

“抢”玩具的烦恼

家里有个“破坏狂”

宝宝“不听教”

第四节 孩子的性格养成

<<给宝宝的**第一本心理健康书**>>

如何培养2岁宝宝专注的性格

玩具暗示宝宝的性格

家长行为影响宝宝的性格

克服胆小怯懦，做个勇敢宝宝

第三章 3岁（25~36个月）的宝宝——智能发育的关键期

第一节 孩子的智力发育

宝宝情绪反应变得丰富细腻

独立性和依赖性同步增强

智能、体能发育并驾齐驱

培养孩子的性别意识

3岁孩子应该形成规则意识

第二节 父母态度关系孩子的健康成长

父母抚养态度对孩子情感的影响

不要这样划分好孩子，坏孩子

要改变孩子，首先要改变自己

对“一刻不得闲”的宝宝，父母要理解

父母应重视与孩子的交流

第三节 孩子的语言表达能力

不要因为孩子口吃发脾气

宝宝晚说话是“大器晚成”吗

孩子“嘴笨”家长怎么做

别给孩子贴上说谎的标签

第四节 孩子的入园准备

第四章 4岁（37~48个月）的宝宝——越来越有自己的个性

第五章 5~6岁（49~72个月）的宝宝——学习能力迅猛发展

<<给宝宝的第二本心理健康书>>

章节摘录

版权页：宝宝哭闹不停究竟为哪般年轻的父母往往被宝宝的哭声扰得不知所措，其实，大可不必惊慌。

哭是宝宝表达感情的最直接、最有效的方式，他正是通过哭这种语言向爸爸妈妈传递信息的。饿了哭，困了哭，尿布湿了哭，身体不舒服也会哭，宝宝通过哭提醒成人关注他的需要和情绪。只要父母细心观察，细心体会，很快就会从宝宝哭的声调和表情中得到启示，听懂他的各种哭声。宝宝哭的原因有很多，下面我们就来具体分析一下宝宝为什么哭，以及一些简单的解决方法。

饥饿，是宝宝哭的最主要原因。

这种哭声短而有力，比较有规律，中间有换气的间隔时间，并渐渐急促。

一般来说，做母亲的对这种哭声都比较敏感，特别是母乳喂养的母亲。

当宝宝感到饥饿时，应适时喂奶，消除他的饥饿感，使宝宝不再啼哭。

不舒服，是宝宝哭的普遍原因。

宝宝明显感觉不舒服的是尿布湿了，“哎呀，真难受，快给我换换吧！”

”宝宝用哭声通报着。

宝宝的皮肤十分敏感，如果尿布湿了，他就会感到不舒服而大声啼哭。

这时，父母应及时替他更换尿布，使宝宝感到舒服而停止哭闹。

太冷或太热，也会使宝宝感到不适应，他会用哭声来表示。

这时，父母就要用手摸摸宝宝的腹部，如果其腹部发凉，说明宝宝感到冷了，要赶紧添加衣服；如果宝宝面色发红，烦躁不安，则表明宝宝太热了，应采取相应的措施，如用温水给宝宝洗浴等。

宝宝痛苦地哭，多为消化不良、腹胀等原因。

在进食过程中，宝宝往往会吞咽下许多空气，这是引起他腹胀的原因之一。

这种哭往往来得突然，第一声又长又响，之后是较长时间的屏息，接着又是一声大哭。

这时，父母要想办法让宝宝打出嗝来，他才会觉得好受一些。

打嗝是常见的现象，可以用以下两种方法来帮助他：其一，可以将婴儿放在你的肩上，轻拍他的后背；其二，可以将婴儿整个放在你的膝盖上，捧起他的头，轻拍他的后背。

宝宝舒服了就会停止啼哭。

宝宝因情绪不良而哭。

宝宝有时也会感到寂寞，通过哭来宣泄。

这种哭声一般是在无声无息中开始的，常常是由几声缓慢而拖长的哭声打头阵，声音较低发自喉咙，这只是一要引起父母的注意，让父母把他抱起来。

父母应经常与宝宝玩耍和交流，唱歌、讲故事给他听，和他一起玩一些轻软的玩具，来消除宝宝由于寂寞而引起的哭。

宝宝在睡觉前或快睡醒时哼哼唧唧地哭。

这时，宝宝的哭声不太大，有规律，比较缠绵，甚至有些不安。

稍大点儿的婴儿常常会用手揉眼睛、鼻子，或者哭哭停停，这就是人们常说的——闹瞌睡。

如果是他累了，就让他做一些缓慢的或有节奏的运动，或讲一些抚慰的话帮助他放松或让他睡觉。

如果是他睡醒了，父母不要见他一哭就抱，可以轻轻拍拍他，给他哼唱歌，让他感到安慰，慢慢的他就不哭了。

宝宝为爱与交往的需要而哭。

对于婴儿来说，物质上的满足是远远不够的，还需要精神上的营养。

宝宝整天躺在床上无人理睬，缺少温暖，也会引起他烦躁不安的哭声。

这时，父母要立刻放下手中的活儿给宝宝以关注、亲吻、爱抚，可拍一拍、抱一抱他。

通常情况下，最好的方法是把宝宝抱起来，放在你的左胸处，以便让他能听到你的心跳。

也可以在给宝宝洗澡、擦油时，轻轻地哼歌并抚摸他，给他以精神上的满足。

严格禁止如此对待“夜哭郎”到了晚上，累得筋疲力尽的妈妈以为总算可以闭眼休息了，可孩子就像算准了时间似的，又开始哭起来了，而且怎么哄都没用，像是被什么东西吓到了，或是看到了什么可

<<给宝宝的第二本心理健康书>>

怕的东西，扯着嗓子猛哭。

有个妈妈曾经说：“孩子一关灯就哭，害得我一到晚上就紧张得不行。

”那些白天玩得挺好，晚上却特别爱哭的孩子，究竟是出了什么问题呢？

孩子的恐惧心理有的孩子晚上特别爱哭，吃饱了奶，白天就开开心心地玩耍，但只要天一黑，便哼哼唧唧地哭起来。

这样的情况并非一两天，而是每天如此，妈妈当然会感到绝望，如果处理不好，还可能发展成产后抑郁症。

孩子出生6个月左右时开始会感到害怕，也就是能体会到“恐惧”。

在这之前，孩子只是通过单纯生理性的满足，如进食、睡眠、排泄等来感受世界。

从6个月左右起，孩子将体验之前从未经历过的感觉——恐惧。

一般情况下，这个阶段的孩子在环境突然改变的情况下会感到害怕，比如搬到陌生环境、突然传来巨响、天黑了、或者被强光照射等情况。

随着环境变化程度的加剧，孩子的恐惧感也会随之增强。

如果孩子身体没有任何异常情况，父母的养育方法也没有什么问题，但一到晚上孩子就特别磨人、爱哭的话，可能是因为在发育过程中出现的恐惧心理。

这时，打开一盏光线柔和的灯，或者播放柔美的古典音乐，可以给孩子安全感。

严格禁止如此对待“夜哭郎”发育快的孩子在出生后2个月左右时即能区分昼夜。

如果孩子夜里哭就喂奶，或者像白天一样和他玩耍，会养成孩子在夜里吃奶、玩耍的坏习惯，因此这些做法是不可取的。

假如孩子并不是因为饿才哭，就要尽力抚慰孩子，让他平静下来，轻轻拍着他，哄他再次入睡。

妈妈的态度很重要有的妈妈认为孩子在夜里哭是不听话的表现，就训斥孩子“为什么还哭？

”虽然只有几个月大，可孩子已经能从妈妈的表情、动作、语气上准确感受到妈妈的情绪了，这就是母子间非语言性的互动。

白天因为照顾孩子很辛苦，妈妈还可以发点小脾气，但夜里孩子因惊醒而啼哭的时候，妈妈千万要抱起孩子及时给予安慰。

在妈妈温暖的怀抱中，孩子才会放下心来，一点点地消除自己内心的恐惧。

相反，如果妈妈对哭泣的孩子发火，对他说：“妈妈也要睡觉呀！

你不能不哭吗？

”那么孩子内心的恐惧心理不但无法消除，反而会因为妈妈的责备变得更加强烈。

<<给宝宝的第一本心理健康书>>

编辑推荐

《给宝宝的第一本心理健康书》：忽视孩子心灵的成长史中国家庭教育最大的误区！
关注宝宝的心灵成长，胜过给他留下千万的财产。

<<给宝宝的第一本心理健康书>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>