

# 妈妈宝宝生活小百科

-----最值得收藏的育儿导读丛书

## 第 1 辑 宝宝的早期教育



封面人物：希希    我今年刚满 6 个月哦

2010 年 8 月 10 日发布

# 丛书介绍

《妈妈宝宝生活小百科》是由网上兴趣小组门户网站---趣圈吧（[www.QuQuan8.com](http://www.QuQuan8.com)）整理发布，育儿交流圈子：<http://baby.ququan8.com>

本套丛书收录最有价值的育儿资讯信息，每一期我们都会推出不同的主题，以满足各阶段育儿需求。绝对是值得您收藏的电子图书。

如要投稿或提供封面宝宝艺术照请发送电子邮件至：[QuQuan8@qq.com](mailto:QuQuan8@qq.com)

## 友情链接

希希童屋 <http://xixi138.taobao.com>

妈咪语宝宝学英语 <http://asktang.ququan8.com>

# 育儿电子书教程大赠送活动！



0-3 岁宝宝行为、语言和适应能力发展对照表. pdf



42 种方法全面提升宝宝的智能. pdf



怀胎 10 月待产包物品清单. pdf



中国家庭育儿方式研究报告(孕妇、0-6 岁). pdf



准妈妈怀孕必备手册胎教全集-高清版. pdf



宝宝护理锦囊精华版. pdf

以上 **6** 本爸爸妈妈必备的电子书全部赠送给您，只需要您将我们这套电子书《**妈妈宝宝**生活小百科》以**附件形式**发送到 1 个**育儿类** QQ 群群邮件中，并将截图发送 Email 至：[ququan8@qq.com](mailto:ququan8@qq.com) 即可，我们会回复您邮件将这 **6** 本电子书赠送给您！

# 本期导读

本期是《妈妈宝宝生活小百科》第一辑，主要内容是针对宝宝早期教育和智力开发的方法。

## 宝宝智力开发..... - 5 -

宝宝学英语 啥时候最佳? ..... - 5 -

宝宝学说话家长别帮倒忙..... - 11 -

0-3 岁开发宝宝大脑潜能关键期..... - 12 -

四大教育误区埋没聪明孩子..... - 15 -

简单方法让孩子注意力持久..... - 19 -

## 宝宝运动与游戏..... - 21 -

帮助宝宝学习走路的小游戏..... - 21 -

20 个好玩的数学游戏..... - 23 -

捉迷藏帮孩子克服焦虑..... - 33 -

家务活变身趣味亲子游戏..... - 34 -

十类婴幼儿启智玩具排行榜..... - 35 -

## 宝宝性教育..... - 39 -

家庭性教育父母不用太紧张..... - 39 -

|                      |               |
|----------------------|---------------|
| 和孩子谈性 几技巧要知道.....    | - 40 -        |
| 父母切忌在孩子面前“裸奔”.....   | - 41 -        |
| 孩子的“成人欲望”你懂吗.....    | - 44 -        |
| <b>宝宝的性格与心理.....</b> | <b>- 47 -</b> |
| 让宝宝开怀大笑的十种方法.....    | - 47 -        |
| 测试：孩子是否有足够自信.....    | - 48 -        |
| 孩子的性格有 50% 来自遗传..... | - 53 -        |
| 宝宝气质的秘密.....         | - 63 -        |
| <b>宝宝的行为与习惯.....</b> | <b>- 69 -</b> |
| 从偏爱的色彩看孩子的性格.....    | - 69 -        |
| 性格都写在孩子的脸上.....      | - 70 -        |
| 宝宝交朋友技巧是关键.....      | - 78 -        |
| 男孩和女孩的 10 种不一样.....  | - 79 -        |
| <b>宝宝导购.....</b>     | <b>- 85 -</b> |
| 启蒙教育：宝宝学英语.....      | - 85 -        |
| 智力开发玩具推荐.....        | - 87 -        |

# 宝宝智力开发

## 宝宝学英语 啥时候最佳？

**不**少专家认为，幼儿期，特别是6岁以前，是获得外语的最佳期。

英语是一种国际通用语，不懂英语，在信息交流方面会受到很大的限制。同时研究还表明，学外语会促进智力的发展。

美国耶鲁大学的一位心理学家通过分析研究认为，讲两种语言的幼儿比仅会讲一种语言的幼儿，在脑子的灵活性和解决问题的能力方面均有优势。语言刺激是促进大脑细胞生长发展的要素。幼儿期是语言发展的关键期，在这个时期对幼儿给予两种语言的刺激，能促进幼儿大脑两半球之间的协调，加强神经细胞之间的联系。因此，幼儿期的英语训练对孩子是大有益处的。

那么，幼儿什么时候学英语最好呢？不少专家认为，幼儿期，特别是6岁以前，是获得外语的最佳期。

儿童心理学的研究表明，在幼儿知觉发展中，首先成熟的是形象思维能力。幼儿认汉字也好，认英文也好，实际上都是一种信息刺激的活动，他们把字形当成某一具体形像，像记糖果、玩具、人的相貌一样记住它们。经过多次反复，这种特殊的“形象”就储存到大脑中去了。

因此幼儿学外语与成人学外语有很大差别。同时，6岁以前，幼儿对声音的敏感度较高，且右脑控制发音器官的能力较强，声带、舌唇等运动神经的调节也具有很大的可塑性，这时练习说话，更容易掌握发音的技巧。随着年龄的增长，这种能力会逐步下降，给学外语带来困难。

我的小宝贝[幼儿学英语](#)还具有许多成人不具备的优势，例如，他们不担心考试，可以在宽松、愉快的环境中，没有压力地“玩”着学，即使讲错了，也不会遭到别人的讥笑。又如幼儿未来的时间很长，授课时并不急于增加词汇量，因此他们有更多的机会来练习说讲。再加上儿童都是天生的语言学家，如果他们学英语的积极性被激发出来，其潜力很快就会表现出来的。

要使幼儿的英语学习取得成效，关键是要有正确的教学方法。在幼儿英语学习中，我们反对“成人式”的英语教学，而主张以环境熏陶、无意识记忆为主的“横式化”教学。

如果把成人英语学习中的“读课文，解释词义和句子，强化练习”的模式搬到幼儿的课堂上来，不仅不能提高教学效果，相反还会使幼儿厌恶英语，为将来学好英语设置障碍。

教[幼儿学英语](#)，应当创设一种轻松愉快的气氛，让幼儿如同学习母语(本民族的语言)一样掌握英语。幼儿学英语主要以反复地说、认字母为主，由于幼儿手部肌肉尚未发育成熟，因此，并不要求幼儿去书写。选择什么样的方法，要以幼儿身心发展规律为依据，比如幼儿期，儿童的注意力不易集中，容易分散，那么教师应善于运用多种方法吸引孩子的注意力，如游戏、歌曲、故事等等，让幼儿融入其中，进而启发他们的学习兴趣。

### [学英语](#)越早越好？别让早教成心理虐待

现在，越来越多的家长意识到了学习英语的重要性，由此也就产生了许多双语幼儿园和课外英语班。那么，[孩子学习英语](#)是否越早越好？上了课外英语班的孩子将来英语能力就强吗？家长在孩子学英语的过程中又应该扮演什么样的角色？带着这些问题，记者近日采访了光明小学特级英语教师王曼

怡。王老师从事小学英语教学近三十年，对目前的课外英语培训也有所了解。

孩子上不上双语幼儿园、课外英语班并不重要，关键是家长要关注孩子的学习过程，不能抱着“花钱买安慰”的心态

在社区花园里，人们常收到[儿童英语辅导班](#)的广告或免费讲座入场券，望子成龙的父母也多有疑惑，一定要报校外英语班吗？真要从3岁开始学英语？王曼怡老师说：“孩子学龄前接触英语，会使有些孩子刚进小学时有一定优势；上学后参加英语课外班可以使教材相互补充，让孩子在不同的气氛中学习，有助于提高孩子的学习兴趣。”但是，王老师在教学中也发现，并不是所有接受过学龄前英语教育或是上学后开“小灶”的孩子，英语成绩就一定好。因为有的孩子上课外英语班，常常是为了完成父母交给的任务，这周下课时书本什么样儿，下周还那样，回家后根本没看过书。有一位家长面对孩子的英语成绩非常纳闷，三岁就开始学英语，现在五年级了，为什么英语还是班里较差的？而有一个学生，一年级随学校的课程开始学英语，现在也没参加课外班，英语成绩仍是很突出，还经常参加英语比赛。王老师这样一对比，就看出了问题所在。正如王老师说的：孩子上不上双语幼儿园、课外英语班并不是学好英语的决定因素，关键是父母要关注孩子的学习过程。给孩子报了辅导班的家长不要一味追求考几级，更不能认为，我花了钱，孩子就应该成绩好，甚至是抱着“花钱买安慰”的心态。家长与其是“不管不问”，还不如就让孩子做一些自己喜欢的事或是学好学校规定的英语课。

家长可以陪孩子一起学，让孩子当自己的老师，营造学习氛围有利于孩子养成良好学习习惯

记者听到过家长的抱怨：学校总说让家长多管管孩子，那老师做什么呢？王曼怡老师说：“老师一定要尽职尽责，父母也有教育孩子的义务。”王老师

举了一个例子：有一个英语尖子生，父母都不懂英语，而且由于家里条件限制，她没有上过课外英语班，但是英语成绩却一直很好。这个孩子的妈妈从一年级开始，每天晚上坚持和孩子一起学习英语，遇到不懂的地方就向孩子“请教”，让孩子当自己的老师。这样，孩子既复习了功课，又增强了成就感。王老师说，这个孩子的学习习惯特别好，老师上课讲的内容，她都特别用心听并做好笔记。而有的家长对孩子就简单地一句话：“去，看书去！”自己却看电视，甚至“搓麻”，孩子倒是进自己屋了，学没学就不得而知了。贪玩是每个孩子的天性，但父母若能陪着孩子学习，或是在孩子学习的同时也读一些书哪怕是看报纸，这样就在家里营造了一种学习的氛围，潜移默化地培养孩子的学习习惯。

鼓励学习积极性，不必总去纠正发音，每个孩子对语音的敏感度不一样

王老师在总结自己的教学体会时说：过去在听学生读英语时，只要有发音错误就马上叫他停下来，告诉学生“No! youarewrong!”（你读错了!），然后对错误的音进行反复纠正，学生一次两次没发准音，就越学越心慌，不再主动发言了。现在学校提倡“无错”原则，就是学生读错了不再打断他们，让他读完课文，并给予鼓励“Verygood!”告诉他，如果某个音再发准确点就更好了。过了两三天，学生再遇到同样的音就很少出错，因为他注意纠正了。每个孩子领悟问题的快慢不一样，对语音的敏感度也不同，所以，那些英语水平好的家长最好别“有错必纠”，鼓励积极性很重要。

教儿童学英语方法要灵活，很多知识是在游戏中学会的。王老师说：“在家里也有孩子的舞台，我常教给一二年级学生一些英语小诗，让他们回家后在爸爸妈妈、爷爷奶奶面前朗诵。有的学生在家唱英语歌时，还配上钢琴伴奏。我把这个录音作业在班上一放，同学们一片掌声，有些学生就效仿起来。

有了兴趣就是学好英语的最好开始。”

### 宝宝学习外语的秘密

0-3 岁是学习语言的黄金时期，只要有必要的语言环境，宝宝能毫不费力的学会好几种不同的语言。相反，缺乏成人的交流，他们什么也学不会。

很多移民国家的孩子从小就能说至少 3 种不同国家的语言；如果父母来自不同的国家并且坚持分别给宝宝讲不同的语言，宝宝就会用两种语言分别和父母交流。

华盛顿大学语言与听觉科学系教授帕特丽夏·库尔对两组 9 个月大的美国婴儿进行了测试。第一组与讲中文的成人呆在一起，玩玩具、说话。经过 12 次的相处，这一组的宝宝们学会了识别中文语音。而另外一组只与英语接触的婴儿则无法识别母语之外的另一种语音。同样的实验用录像带播放中文课程取代成人说话，小宝宝们便什么也学不到了。

从上面的事实和实验我们知道，宝宝学习外语能力非凡，但缺少了感情联络，录音机播放的教学内容对他们来说无异于吸尘器发出的噪音。小人学大人，才是宝宝学习外语的独家“秘门”。

所以，学习语言对于婴儿来说，重在有这样的语境，重在有人使用这种语言和他交流。如果家庭成员中没有外国人，那么让婴儿学会外语的办法就是雇一个外国保姆或者外国老师，让他们单独交流和相处。当然，如果家庭中有任何人掌握了一门外语，也可以坚持用外语和宝宝交谈，同样也能达到目的。另外还有一些优秀的外语早教机构或者英文国际幼儿园，再确保里面有老师采用纯外文教育的前提下家长把宝宝送到进去，也能确保他能学会外语。

除此以外，观看外语动画片、听录音带根本就没有办法达到同样的目的。也许有的宝宝通过死记硬背能记住一些单词和儿歌，但他们却没有办法用这种语言表达自己的想法，也无法用这种语言和别人交流。但他们把背下来的一点点词句说完以后，就会哑口无言了。所以说，这不是真正意义上的学懂和学会，由于平时不试用，背下来的单词也会很快就忘记了。

大部分中国家庭还没有请外教或者进入国际学校的条件，因此也不必用动画片和复读机来揠苗助长。在宝宝 0-6 岁的时候，还是让他们多花些时间去玩，把宝贵的时间用在学习更有用的知识上面。至于为了升学考试的外语学习，可以等到孩子上小学了，报个外教班或者鼓励参加英语角增加交流机会来帮助他学习吧。

早教导购：[妈咪语宝宝英语](#)

优惠价代码：F3066

[购买→](#)

是不是担心孩子输在起跑线上，而又不知所措？

## 天才宝宝，是听出来的

每天45分钟，宝宝开口就能说英语！

IAPES 国际心理学与教育学联合学会  
问学堂 联合 中国科学文化音像出版社  
为中国宝宝量身打造

IAPES | 学习爱上问学堂 | 中国科学文化音像出版社

全国统一零售价  
¥498  
特惠价  
**¥268**



妈咪语® 宝宝英语  
MOTHER SOUND TO HER LITTLE QING  
《妈咪英语》系列之宝贝儿歌  
English English Learning - Baby Version

适合0~6岁儿童 公告：庆祝热销2周年优惠酬宾，现在起每套优惠价格为268元，并且还可在我们为您准备三大赠品中选择一款你们最喜欢的珍品大礼。

|                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  订购热线：<br><b>400-604-8808</b><br> 服务时间：<br>每日08:30-22:30 | <b>产品介绍</b> 类母语沉浸式婴幼儿英语培养课程<br><br>妈咪语宝宝英语由全球知名的国际心理学与教育学联合会联合问学堂、中国科学文化音像出版社集合众多婴幼儿教育专家、英语教育专家以及美籍口语专家精心研发，运用最前沿的语言发展教育理念及方法，为中国0-6岁的宝宝倾力打造。妈咪语宝宝英语不是要让宝宝学习英语知识，掌握单词或语法，而是紧抓婴幼儿语言启动关键期，让宝宝置身于纯妈妈语式英文环境中，帮助宝宝建立类似于母语的英语音位范畴，激发英语语言知觉，培养英语语音感，学英语如学母语。 | <b>八大特点</b> 领跑儿童英语教育<br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>帮助宝宝建立英语音位范畴，形成英语语言模式。</li> <li>类母语学习方式培养宝宝英语语音感。</li> <li>紧抓宝宝0-6岁语言启动关键期。</li> <li>沉浸式学习方式，助力宝宝形成英语的母语语感。</li> <li>美籍口语专家独特的妈妈语演绎。</li> <li>神奇的启智音乐，开发宝宝大脑潜能。</li> <li>完全模拟母语学习环境，打开学习英语的耳朵。</li> <li>最前沿语言学习理念，国内外知名专家精心研发。</li> </ul> |
| 网络或电话订购<br>货到付款，方便快捷 <div>立即订购</div>                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <div>问学堂</div> 我们承诺<br>无效退款保证 无效退款                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

## 宝宝学说话家长别帮倒忙

**宝**宝宝到了牙牙学语的阶段，爸爸妈妈也开始卖力地对宝宝进行语言攻势。但并非所有的话都是宝宝可以照单全收的，在教宝宝学说话的过程中，父母可别帮倒忙哦。

这些“倒忙”父母可别帮！

### 一、过分满足宝宝的要求

表现：宝宝指着水杯，妈妈立即反应：“宝宝，是要喝水吗？妈妈给你拿。”宝宝连嘴皮子都不需要动。

害处：爸爸妈妈过度满足宝宝要求的方法使宝宝的语言发展缓慢，因为他不用说话，家人就能迅速明白他的意图，并达到他的要求了，因此宝宝失去了说话的机会。

正确做法：当爸爸妈妈从宝宝的行为举止中发觉宝宝想喝水时，你可以给他一个空水杯，他拿着空水杯，想要得到水时，会非常努力去说“水”。

### 二、用儿语和宝宝说话

表现：“地上脏脏”、“宝宝，吃饭饭啦”、“到时间睡觉觉了”等。

害处：用叠词和儿语说话是宝宝语言特定阶段的表现，有些家长却以为

宝宝只能听懂这些儿语或觉得有趣，也用同样的语言与宝宝讲话，这样做就很可能拖延了孩子过渡到说完整话的阶段。

正确做法：当宝宝伸出双手说，“妈妈抱抱。”妈妈就应该给宝宝一个热情的拥抱，并说，“妈妈来抱宝宝了。”用正常的交流方式，尽量缩短宝宝叠词或者儿话使用的时间。

### 三、重复宝宝的错误发音

表现：宝宝把“哥哥”说成了“蝈蝈”，爸妈重复宝宝的错误语音，甚至下次再碰到说“哥哥”的情况时，父母也跟着宝宝说“蝈蝈”。

害处：如果父母将错就错学习宝宝的错误发音，那么宝宝就会得到错误暗示，认为自己的发音是对的，这种错误的发音可能会因此很长时间难以改变。

正确做法：爸爸妈妈不要学宝宝的发音，而应当用正确的语言来与宝宝说话，时间一长，在正确语音的指导下，宝宝的发音自然会逐渐正确。

这些方法，帮助宝宝轻松掌控语言：

耐心重复说话内容，注意观察宝宝的反应；

和宝宝说话时，注视宝宝的眼睛；

说话声音清晰，注意音调的柔和度；

使用标准的普通话，语调缓慢、温柔；

提一些宝宝感兴趣的问题，引导宝宝说出正确的答案；

带宝宝多接触外界事物，引导宝宝说出事物的名称；

多表扬宝宝，鼓励宝宝用语言说出自己的需要，让宝宝觉得学习语言是件快乐的事情，宝宝才会更有干劲。

## 0-3 岁开发宝宝大脑潜能关键期

**据**国内外研究表明，孩子刚出生时大脑发育已经完成了 25%，而 5 岁时大脑的发育将达到 90%。因此老人们常说“3 岁定一生”。目前，幼儿需要开发智力的观念已深入人心，但大部分年轻父母对如何开发孩子大脑潜能几乎一无所知，甚至走了很多弯路。

早期智力开发对缺陷儿一样有效

儿童医院儿保科主治医师张婕表示，目前很多专家都赞同“3 岁决定孩子一生”的这种观点，主要是因为孩子 3 岁前，脑生长、智力和社会能力发展最快，早期发展的质量会影响儿童的未来。对于新生儿来说，最初 3 年无论是从生理角度、神经系统发育的变化也都是最为明显。

张婕强调说，从大脑重量来说，在 3 岁之前就会有量的飞跃，而到 3 岁时，婴儿脑重已接近成人的脑重范围，以后发育速度变慢。同时，在新生儿出生之后，大脑中有很多神经并未连接，而这种连接在 3 岁之前，会出现激增，大脑神经细胞之间的这些激增，在很大程度上是由婴幼儿生活中的经历决定的，如果能把此段时间运用好，将能良好的刺激脑力的功能和结构。所以说，对于 0-3 岁的孩子来说，尤其是 12 个月内的孩子来讲，大脑是具有可塑性的。张婕表示，这种早期干预不仅对正常的孩子很有帮助，对缺陷的孩子，如果掌握方法，其智力也能得到提升。人一生下来就有很多潜能，如果不给予丰富的环境刺激使这些能力发挥出来，有些潜能就会受到遏制甚至永远发挥不出来了，所以要发挥人的大脑的最大潜能，应特别注重 0-3 岁的早期教育。

大脑潜能，应特别注重 0-3 岁的早期教育。

## 依宝宝各阶段特点开发大脑潜能

目前，很多家长已经意识到 0-3 岁的早期教育的重要性，为了能发挥孩子大脑最大的潜能，不惜花费重金将孩子送到早教班。对于这种做法，陕西省妇幼保健院儿保科刘敏娜表示，每个孩子都有自身的特点，不是所有的孩子通过上早教班就能达到发挥大脑潜能，最重要是根据孩子的个体特征来决定，现如今，很多早教班都是统一的授课，并没有考虑到每个宝宝的性格特征，而对于 0-3 岁的宝宝来说，个体差异比较明显，千篇一律的教育方法不能达到预期效果。

刘敏娜介绍说，我们在新生儿时期，可以锻炼宝宝的听觉、视觉、情绪反应，妈妈可以通过喂奶时的话语，良性的刺激就可以了；而在婴儿期，就要训练孩子的身体动作，比如大动作的训练，抬头翻身，手上的动作，双手传递，主要是肢体动作的训练；而对于学龄前的孩子来说，主要培养其口语，开发语言能力，多做一些关键训练，跑跳转圈，搭积木，认识能力，开发观察力和想像力。专家指出，每个孩子在每个阶段的核心不同，其规律也不同，家长只要把握每个阶段的核心，到什么时期给宝宝相应的锻炼，在家早教也能开发孩子大脑最大的潜能。

但刘敏娜也提醒家长，不要将早教和神童联系在一起，很多家长认为早教是万能的，从小就给孩子抱有很高的希望，提早教孩子认字等，结果采取了一些违反孩子生长发育的训练，这样反而害了孩子。

## 在玩耍中开发宝宝智力

“在孩子早期智力开发的过程中，家长一定要认识到多感官的体验非常重要。”张婕表示，这也就是说，视觉、听觉、触觉、嗅觉、味觉五感最好齐上阵。家长要让宝宝在玩耍中、在跌打滚爬中探索和学习，在玩乐的过程中，

很多能力都在不知不觉中得到了培养和训练。

刘敏娜在此也介绍了几种开发智力的小游戏供家长参考：

1. 对于新生儿，可以进行一些抓痒游戏，这样可以训练孩子的感官触觉，比如全身的抚触、按摩以及轻声唱歌，对孩子的智力发育都好。
2. 在床上和卧室墙上挂些色彩鲜艳或可发出响声的玩具，时常更换，以引起小儿看和听的兴趣。给他们一些常用物品，发展小儿嘴、眼、手的探索能力。
3. 多跟宝宝玩听声找人的游戏，或举高高，将孩子高高举起，发出飞机的声音，这样不仅吸引孩子的专注力，同时还能训练宝宝双手的抓握能力和肌张力，而这种大运动可以训练孩子的触觉感和听觉。
4. 通过各种玩耍发展小儿知觉辨别、交流、精细动作和大运动控制能力。
5. 训练宝宝的语言和协调动作，发展对语言的理解能力，通过说做并行、模仿口型等，训练宝宝用简单词句表达自己的意愿和需要。
6. 通过双手配合活动的动手游戏，如涂画、翻书等发展小儿的动手能力。通过讲故事、游戏、舞蹈、体育活动，延长他们“集中注意”的时间，激发其好奇心和自信心，培养其独立能力、毅力和勇敢等优良性格。

## 四大教育误区埋没聪明孩子

**每**个孩子都是不同的。家长要做的应是：了解孩子的特点，理解他，创造适合他成长的环境。但是很多家长缺乏对孩子的正确理解和认识，用社会上统一的“成才标准”去要求孩子，结果不但不利于孩子成长，还可能埋没原本很聪明的孩子。

误区一：孩子发呆就是有问题

如果妈妈看到孩子一个人坐在房间里，什么都没做，只是看着窗外的天空发呆，一般都会认为孩子是不是有什么问题，或者是在浪费时间。对此，邹小兵认为，孩子发呆也是一种学习，尽管可能本身并没有意识到自己在干什么，但也是处于一种学习状态中。

邹小兵介绍说，学习分为“外显性学习”和“内隐性学习”，前者表现为学习英语课程，学习某项技能等，后者则是一种无意识学习。他还说，其实，在我们觉得什么都没想的时候，大脑也是在储存、整理和加工一些信息，只是不是用意识去努力地实行而已。

因此，家长应该理解孩子，了解孩子个性、气质特色，顺其自然，让他们的天性得以发展，创造适合他们自由成长的环境。

## 误区二：“迷信”智力测试

圆圆快3岁了，在说话、运动、背儿歌、数数等许多方面与同龄宝宝比起来，似乎差一些。

妈妈很着急，买了好几本智力测试和智力开发的书来锻炼宝宝，后来带着圆圆去检查，看看是否有智力问题。

结果在测验时，宝宝的某些能力没有表现出来，不愿意开口发声、没能好好爬楼梯；面对着很低的测试分数，妈妈就懊恼不已，不知道是否还要再测试一次。

“智力测验只能了解到孩子某些方面的能力，如果根据这个分数而贴上“笨孩子的标签”，那么就会因此而忽略孩子在其他方面的能力，对这些孩子的成长发展造成伤害。”邹小兵指出，目前很多智力测验已经落后于心理学的发展实际，只能测出孩子的一部分能力，家长一旦知道孩子智力测验的分数低，就容易产生放弃心理，认为自己的孩子就是笨，从而没有给予他们足够

的指导和帮助，很可能因此而抹杀了他们在其他能力方面的发展。

孩子的能力系统是多方面的，不应简单地以一次的测试成绩判断他的智力，也不要因为一两个方面能力的薄弱，而否认了孩子的整体能力；相反，应该全面了解孩子的综合能力并根据孩子的个性，采用个性化的教育方式。

毕业于哈佛医学院的美国权威学能专家梅尔·列文博士，经过 30 年的临床研究与观察，提出了八大学习模式，即由注意力、记忆、语言、空间排序、时间排序、运动、社交和高级思维八大系统组成。很少有孩子面面俱到，关键是发现孩子的优势与劣势，不要将孩子劣势扩大成“问题孩子”，而是更有针对性地帮助孩子去发挥与克服。

### 误区三：“慢孩子”就是“笨孩子”

学一件事情比别的孩子速度慢，到了一个新环境很长时间不适应等，这些行为都容易被家长和老师认为是“笨孩子”的表现。

邹小兵教授介绍说，这些都是适应性低的表现，但这并不代表这些孩子的能力不行，只是这类孩子的一种行为方式。

邹小兵还举例说，“慢孩子”可能学一首诗的速度比较慢，但他们一般相应地会记得比较牢、比较久，这是他们学习事物的一种习惯方式。而且，这些“慢孩子”长大后很有可能具备其他“快孩子”没有的优势——在遇到不良刺激比如吸毒、偷窃等诱惑时，不像那些接受快的孩子一样容易改变，而是抱着审视的态度去接受。国外学能专家还建议家长让孩子学会控制节奏，慢慢去想慢慢做一些事情，这个可以帮助孩子学习怎么去控制他的行为和一些语言的节奏。

### 误区四：孩子“爱动”就是“多动症”

课堂上没有人说话，所有人都安静地听课——这是所有老师都很喜欢的

课堂气氛，但这基本是不可能的，总有一些孩子会说话，做做小动作等，来扰乱课堂秩序，而这些孩子往往被老师认为是有多动症的。

根据列文博士八大系统理论，这类孩子其实属于运动机能占优势，故喜欢用肢体代表语言。所以，并不是所有“爱动”的孩子都是真的患有多动症。有的孩子比较聪明，听老师讲了一半课程，就已经掌握了基本要领，知道下面该讲什么了，感觉无聊便开始做做小动作。对于这类孩子，老师和家长更应学会了解其特点，采用不同的方式来进行教育。比如，老师可以在孩子感觉无聊时提个问题，夸奖一下，调动其兴趣继续听下去。

其实，注意力集中有问题的孩子往往创造力非常强，他们的脑子常常冒出一些新的想法。同时，这些注意力有缺陷的孩子，也经常有冲动的表现，所以学校就会给他们贴上“坏孩子”的标签，受到老师的批评。其实，大人们恰恰忽略了他们的创造性。正确的方法是要让他们认识到自己存在着创造性，同时也让他们知道自己有注意力方面的问题，这样才能帮助他们正确认识自己，让他们在今后的人生中获得成功。

### 开发宝宝“学能”应向专业人员取经

邹小兵教授指出，造成以上诸多育儿误区的原因有很大一部分是因为广大父母对宝宝未来发展的期望越来越高，但却缺乏对宝宝学习能力的正确理解和认识，以致强制学习、拔苗助长、人云亦云和盲目从众等现象比比皆是。

“对孩子的教育并没有定势，应该根据其天赋和特性来具体对待。公平的教育就是对所有的人不公平，父母应重视孩子的个体教育，用科学的育儿理念来武装头脑，”邹小兵教授说，“开发宝宝潜能的基础应该是尊重孩子的个性，而不是一味用共性的规则去要求他们。”

邹小兵分析，造成这种现象的其中一个重要原因是儿童保健专业人员在

我国婴幼儿早期教育工作的明显缺位。日前，由中华医学会儿科分会婴幼儿保健学组在全国七个城市针对 1200 多位 0~3 岁婴幼儿父母的调查表明：超过半数的父母意识到需要特别培养宝宝的学习能力，但是仅有一成父母意识到从事婴幼儿健康的专业人员指导的重要性。

而据了解，目前国际上关于婴幼儿早期学能发展其实已经形成了科学系统的理论，并有专业医务人员给予父母指导。但是在国内爸爸妈妈们的“育儿经”，多是从长辈、同事、幼教人员等处咨询得来的，而很少有人会请教儿童保健专业人员。

## 简单方法让孩子注意力持久

**2** 岁的孩子兴趣变化非常快，前一分钟还在玩积木，后一分钟已经在拔电视插头了。虽然这是这个年龄段孩子的共同特点，但是爸爸妈妈们也并不是只能眼巴巴地看着，任其随意发展。其实只需要一些简单的方法，就可以让孩子的注意力持久一些，慢慢地培养他对事物的专注能力，这对以后养成良好的学习习惯也是很有好处的。

不要一次性提供过多的选择。一次只给孩子几个玩具，而且每次也可以提供不同的玩具来提高孩子的新鲜感。

提供适合不同年龄段的玩具。任何超出孩子能力范围的事情都会令他很快放弃，转而去关注其他的东西。记住：有趣的并不见得就是最好的，一位父亲就有这样的亲身经历：“我们给 2 岁的儿子买了一个电动小汽车，他在上面坐了一会儿，但发动引擎以及把脚放到踏板上对他来讲都太难了，所以不久他就再也不玩了。”即使玩具说明书说该玩具适合所有的学龄前儿童，你最好也要根据自己的了解来判断是否适合自己的孩子。

选择运动型活动。那些让孩子动起来的活动更容易吸引他们，比如随着音乐跳舞或踢球等。

确保足够的睡眠和健康饮食。缺少睡眠和不健康的饮食会影响到大人的关注能力，对孩子亦是如此。

控制看电视时间。如果 1~3 岁的孩子每天多看 1 个小时电视，他到 7 岁时出现注意力问题的可能性就会增加将近 10%。

增加趣味性。为了鼓励孩子延长他对某件事的关注，你可以设定一个时间，然后察看孩子是否可以多坚持一段时间，如果这个方法行不通，也不要气馁，总有一天孩子可以学会对自己选择的活动或玩具保持兴趣。

切忌“疲劳轰炸”。虽然宝宝的注意力需要耐心的培养，但是每次让 2 岁的宝宝集中注意力的时间不宜过长，最好是在学习几分钟之后，给他几分钟自由活动的时间。而且要经常更换让宝宝注意的内容，以便能让宝宝有更高的兴趣，把“注意力”坚持到底。

# 宝宝运动与游戏

## 帮助宝宝学习走路的小游戏

**踢**踢球、抓泡泡、爬垫子……这些游戏，既能让正在学站、学走的宝宝有个结实的身體，还能让他玩得高兴！

### 坐“小船”

躺在地上，双腿弯曲。让宝宝趴在你的腿上。一边前、后、上、下地晃腿，一边唱着：“摇啊摇，摇到外婆桥。”最后将他拉向你，亲亲这个可爱的宝贝。

好处：发展听力，强健肌肉。

身体动力：这不仅是个好玩的游戏，而且会强壮宝宝身体上部的肌肉：为了能看到你，他要挺起脑袋和胸脯。

### 坐在球上跳一跳

让宝宝坐在球上，双手扶住宝宝的腋下，轻压他的身体，让他体验被球弹起来的感觉。宝宝会玩后，就知道怎么用脚顶地自己玩了。注意，球不要充气过满，否则容易被压爆。

好处：强壮肌肉，平衡身体。

身体动力：双脚很好地支撑在地面上，让身体保持平衡，是宝宝控制自己身体的重要一步。在镜子面前玩还能增加娱乐性和吸引力。

### 抓泡泡

看到飞在空中的肥皂泡，宝宝会觉得很好玩，喜欢用手去抓。

让宝宝站在椅子或者桌子旁边，这样，他能够一手扶着桌椅，用另一只手去抓泡泡。玩完这个游戏后，别忘了给他擦干净手，以免他用沾满肥皂沫的手去揉眼睛。

好处：锻炼手眼协调能力和平衡能力。

身体动力：像魔术一样的肥皂泡让宝宝充满好奇，当宝宝想去抓泡泡时，他会不自觉地松开手，甚至朝前迈步而忘了害怕。

### 登爬靠垫

把几个靠垫像搭积木一样摞起来，鼓励宝宝去攀登，他会很高兴地迎接这一新的挑战。不管宝宝是手脚并用地爬上去，还是在你的帮助下一步步登上去，你都要向这个小勇士表示祝贺。

好处：促进身体协调和平衡能力，发现新空间，强健肌肉。

身体动力：这个软和的小山能让宝宝用整个身体去探索新的空间。当他将软软的靠垫踩在脚下时，会感到非常新奇和快乐！

### 踢皮球

双手扶住宝宝腋下，移动他的身体，让他的脚朝皮球踢去。玩几次后，可以抓住宝宝的双手，让他自己去踢球。宝宝会很快找到踢球的方法。这个时候，松开他的小手，让他自己踢。但你要在他身边保护着他，在他要摔倒的时候扶住他。

好处：强健腿部和腹部肌肉，促进眼一脚协调。

身体动力：从宝宝很小的时候开始，玩球就是一个能令他感到成功的游戏：让他体会到自己能够掌控这件物品：可以扔、投掷、捡起来……还可以变花样玩：用脚踢、用手拍、往墙上打……

### 绕障碍物

在地上放置不同的障碍物，如塑料桶、玩具，让宝宝绕过或跨过障碍物。要玩好这个游戏，要求宝宝掌握好平衡。先牵着他的手走，等他掌握技巧后，可以让他自己走，但要在他身边保护着他。等他喜欢上这个游戏后，可以将难度加大！

好处：促进眼一脚协调，训练腿部肌肉和平衡能力。

身体动力：由于行走方向的不断变化，宝宝要学会不断找回失去的身体平衡，这对他来说，比走直线要难。父母的鼓励会增强他的自信。

## 20 个好玩的数学游戏

**数**学可不是只有  $1+1=2$ ，数学王国里的臣子臣民们可是很多哦，而能够认识数学、善用数学的宝宝，未来的成就才会更大。

为了让爸妈可以在生活中就能简单建立宝宝的数学概念，我们特别从“金钱的运用、时间、量的比较、逻辑”四大数学范畴，设计了 20 种玩数学的游戏，让爸妈轻松培养出数学小天才。

### Part1 学习如何运用金钱

“钱”对宝宝来说，刚开始可能只是能用来买东西的工具，不过，爸妈可以通过生活中的经验，慢慢让宝宝了解钱不是凭空而来的，建立正确的金钱观，年龄再大之后，可以进一步教导他试着学会存钱以及爱惜物品的观念。

#### 游戏 1：认识钱币

游戏方法：

- 1、先准备 1 角、5 角、1 元不同的硬币。
- 2、教宝宝排列形状，由小排到大或大到小。
- 3、并教他认识上面的数字。

4、告诉他数字越大代表越有份量，可以买比较多或贵的东西。

游戏目的：教给他简单的数字概念，并认识钱币的不同，同时可利用钱币的大小，让他知道，少的面额形状比较小一点，多的面额形状大一点。

### 游戏 2：跳蚤市场

游戏方法：

1、爸妈先准备一些要卖的物品，例如娃娃、玩具、铅笔。

2、然后准备一些零钱（也可以用假币）给宝宝。

3、由爸妈来扮演老板，宝宝演客人，请宝宝来买东西。

4、对于小宝宝，爸妈可以把每个东西都定一样的价格，例如全部定价 1 角或 1 元。若宝宝对于数字、金钱很有概念，则可以依照不同东西、不同定价来让宝宝来买东西。

游戏目的：通过买卖可让宝宝建立买东西要使用钱的常识，也让他知道钱用完了就不能再买东西，同时，建立简单的物品价值观念。

### 游戏 3：一起去买东西

游戏方法：

1、爸妈带着宝宝一起出门买东西。

2、可以拿起物品，告诉他上面贴的是价钱，要有足够的钱才能买东西。

3、接着让宝宝看妈妈和售货员交易，之后再告诉宝宝，如果妈妈给的钱是刚好的，就不用找钱，不然就要等售货员找钱。

4、可以给宝宝刚好的钱，训练他自己去买其中一个小额商品，例如一包糖果等。

游戏目的：通过看标价、实际拿钱购买，慢慢让宝宝理解钱的用途以及钱与物的对应关系。

## 游戏 4：我要存钱

### 游戏方法：

- 1、当宝宝已经了解物品要有钱才能购买之后，爸妈可以开始教他存钱。
- 2、如果他想买某个玩具，爸妈就告诉他等存够了钱再去买。
- 3、借机教他把过年红包存起来，或是当宝宝有一项好行为时，给予零用钱作鼓励。
- 4、等存了足够的钱时，再带他去买想要的物品。

游戏目的：养成他存钱的习惯，不过也提醒爸妈如果是好行为（例如帮妈妈做家务、说话算话）而给予零用钱时，要注意不要让宝宝造成没有给钱就不帮忙做家务的反效果。

## 游戏 5：彩页比一比

### 游戏方法：

- 1、爸妈可以收集超市、药房、电视购物等各种有标价钱的 DM。
- 2、然后把里面宝宝熟悉的物品剪下来，例如糖果、水果、玩具。
- 3、教宝宝认识物品与价钱的概念。
- 4、指出不同彩页的相同糖果，让宝宝看看价钱是不是不一样。如果不同彩页标示的价格不同，可以问宝宝应该选择哪张彩页的去买。

游戏目的：让宝宝有机会从照片去联想实品，并学会买东西，也能比较不同的地方相同的物品，可能会有不同的售价。

## Part2 帮助建立时间观念

时间对宝宝来说是蛮抽象的概念，比较不容易理解，因此，可利用一些想法或道具把时间找出来，让宝宝渐渐认识时间的存在。所以，时间不单只局限在看时钟，而是全面让宝宝建立时间的概念。

## 游戏 6：白天或晚上

### 游戏方法：

- 1、告诉宝宝天亮时有太阳就是白天，白天可以玩、吃饭、出门。
- 2、告诉宝宝天黑时有月亮就是晚上，晚上要休息、睡觉。
- 3、如果宝宝已经能理解白天和晚上，就可以进一步让宝宝认识中午及下午或清晨的时间观。

游戏目的：让宝宝随着天色的转变而有白天及夜晚的分别，慢慢还可以增加不同时段的天天气变化观察，例如太阳下山、太阳升起。

## 游戏 7：一星期有七天

### 游戏方法：

- 1、爸妈可以准备一张画好七个格子的纸张。
- 2、编上星期一～星期日的文字，星期六、日可用星星表示。
- 3、从星期一醒来就给宝宝一张贴纸贴在第一格，并提醒他今天星期一先贴第一张。
- 4、星期二贴第二张、星期三贴上第三张，以此类推，让宝宝有时间累加的感觉。
- 5、到了假日就可以给予不同颜色或造型的贴纸，让他感觉假日这两天不太一样。

游戏目的：时间变化也是数学观念之一，通过一星期有七天的认识，能让宝宝有时间前进的感觉，并可理解星期一至星期五爸妈要上班，假日才能放假。

## 游戏 8：时间配对

### 游戏方法：

1、把每天及每周固定的行为或活动加以强调，例如白天上幼儿园时就告诉宝宝：“现在是早上 8 点你要去上学，我要去上班，下午五点爸爸会去接你。”

2、下午接宝宝时可以告诉他：“已经下午 5 点，要放学回家了。”久了之后宝宝就会有时间与行为的联结。

3、也可以在每个假日都固定让他看卡通录像带，可以对宝宝说：“星期六白天你就可以在家看录像带。”以后宝宝看见妈妈准备放卡通录像带，就会了解今天又到星期六了。

游戏目的：把生活中的固定活动转变为时间的概念，随着年龄增加，就会更清楚什么时间会发生什么事情。

游戏 9：现在该做什么

游戏方法：

1、先准备一个大时钟或爸妈利用纸板自行制作一个能转动的时钟也可以。

2、然后在不同时间旁边，贴上相关的图片，例如早上 8 点旁贴上牙刷及毛巾（表示刷牙洗脸）、12 点贴上食物（代表吃饭）、下午 3 点贴上玩具（代表游戏）……以此类推。

3、让宝宝依照生活起居，查觉时间的进前。爸妈平常可以问他，中午 12 点我们应该做什么事呢？或是宝宝想吃饭时，要他去看看时钟走到食物的位置了吗？

游戏目的：让宝宝更有时间观念，也能了解自己一整天的作息，同时能促使他养成固定的生活习惯。

游戏 10：看照片想一想

游戏方法：

- 1、爸妈先找出以前出游的照片。
- 2、指出某些照片，让宝宝自己回想当时的状况、出游内容。
- 3、再告诉宝宝这些都是以前发生的经验，让宝宝理解过去的意义。
- 4、再问宝宝现在他在做什么，现在做的事情就是今天。
- 5、再问宝宝以后想去哪里玩，还不能马上做的，就是明天（未来）。

游戏目的：宝宝通常会把过去的经验都称为昨天（即使是一个月前），不过，通过回忆、思考，可以让宝宝慢慢建立今天、昨天、明天的概念。

### Part3 学习量的比较

“量”的概念往往是需要经过测量及估计而来，但是对宝宝而言，则需要亲身的体验。大人们常用的“毫米”、“斤”等概念，对宝宝来说是无法理解，而且没有意义的。因此以宝宝能理解的方式来建立“量”的概念，才能帮助宝宝学会测量及估计的意义。

#### 游戏 11：什么东西比较重？

##### 游戏方法：

- 1、准备几个不同的物品，如娃娃、汽车、球等等。但请注意避免大的东西就一定比较重，以免造成宝宝错误的认知。
- 2、然后请宝宝分别用手拿拿看这些东西。
- 3、接着问宝宝哪一个比较重。
- 4、还可请他由重到轻把物品排列出来。

游戏目的：通过真实的轻重感受，宝宝比较容易建立轻和重的认知概念。另外，有些东西看起来很大，如泡棉，但是实际上却很轻，有些东西虽小，但却比较重，可以将这些情况一并提出来跟宝宝讨论，帮助宝宝理清轻重大小的概念。

## 游戏 12：高楼比一比

### 游戏方法：

- 1、爸妈和宝宝分别选积木，并计时 1 分钟。
- 2、再各自拿出自己选好的积木比比看。
- 3、请宝宝说出是谁选的积木比较高。

游戏目的：通过选出不同高度的积木，宝宝可以明确感受到“量”的变化。经过实际比较后，可以“眼见为凭”确认高矮的概念。

## 游戏 13：创意手印画

### 游戏方法：

- 1、游戏前请先准备好一张白纸及彩色笔。
- 2、爸妈和宝宝可以在白纸上分别描绘出自己的手掌。
- 3、请宝宝比比看谁的大。
- 4、如果宝宝有混淆或是不确定的情形时，也可以两人手掌对手掌，实际去看两人手掌的大小差异。

游戏目的：通过实际的观察与比对，帮助宝宝建立大小的概念。爸妈还可以活用身边的物品，如杯子、碗、鞋子等，让宝宝去比较爸妈的鞋子和宝宝鞋子的大小、大汤碗和小饭碗的大小，帮助宝宝在生活中建立量的概念。

## 游戏 14：谁的手比较长？

### 游戏方法：

- 1、请爸妈准备好两条长线，最好是不同颜色的线，大人一种颜色，宝宝一种颜色。
- 2、以长线分别量宝宝和爸妈的手臂长度，并将测量结果剪下来。
- 3、利用剪下的线来比较谁的手臂较长。

4、然后再请宝宝拿着与自己手臂等长的线，比较家中的物品，如书或是桌子等，看看是自己的手长还是物品比较长。

游戏目的：利用实际的测量及观察，可以帮助宝宝建立长短的概念，同时了解测量的意义。

### 游戏 15：数数乐

游戏方法：

- 1、先请宝宝随意捡拾小石头，然后放在桌子上。
- 2、接着再请爸妈另外拿一些，放在桌子的另一边。
- 3、请宝宝目测，哪一边的石头比较多。
- 4、等宝宝说完之后，邀他一起数一数，两边的石头各有几颗，并把数字写下来。
- 5、再来印证先前目测的答案是否正确。
- 6、还可再问宝宝：“多的那一边多几个？”

游戏目的：让宝宝先以目测的方式，感受量的变化，然后借由实际的数字，确认量的多少，帮助宝宝建立清楚的数量概念。除了小石头之外，爸妈也可以利用其它物品，例如积木块、红豆来进行这个游戏。当然，这个游戏在户外也可以玩。

## Part4 培养逻辑能力

数学的逻辑如排序、分类、型式、配对等等，除了培养宝宝基础的数学能力外，也可以帮助宝宝把观察力变得更为敏锐，并学习通过思考的方式来解决问题。

### 游戏 16：谁是不一样的？

游戏方法：

1、在一堆相同的東西中，放置一個不同的物品，例如：一堆書籍中，放置一輛玩具小車。

2、請寶寶拿出裏頭不一樣的東西。

3、當寶寶把東西拿出來的時候，請寶寶試著說明為什麼要拿出這個東西。

4、爸媽在聆聽完寶寶的理由後，再加以適當的引導，幫助寶寶建立“異、同”的概念。

遊戲目的：找出相同點或是相異點的觀察能力，是培養寶寶熟練“分類”概念的基礎。爸媽可以多運用生活中的東西和寶寶進行遊戲。

爸媽還可以根据寶寶的實際狀況，提高這個遊戲的難度，比方說一堆蘋果中放一個橙子；在一堆一元硬幣中，放一個一角硬幣，讓寶寶能夠區別細微的差別，同時也可以讓他了解，蘋果、橙子雖然形狀、顏色、香味不同，但都是水果，有共同點也有不一樣的的地方。

### 遊戲 17：數數樂找伙伴

遊戲方法：

1、請媽媽先在白紙上塗上紅、藍、綠等幾種顏色。

2、然後拿出相同顏色的彩色筆或蠟筆。

3、請寶寶把筆放在一樣的颜色下面。

4、如果寶寶沒有放對，可以請寶寶用筆再畫一次，觀察畫出的颜色，然後再進行一次配對。

遊戲目的：利用操作的方式，讓寶寶思考颜色和筆的關係，觀察相同點，學習配對。

### 遊戲 18：玩具要回家

遊戲方法：

- 1、请宝宝收拾玩具的时候，也是帮助宝宝学习分类的最佳时机。
- 2、例如问宝宝：“玩具和书可以放在一起吗？剪刀和车子呢？”
- 3、请宝宝把玩具、书等物品分类放好。

游戏目的：分类概念的应用是相当广泛的，而宝宝更往往会有让爸妈意想不到的分类方式，爸妈和宝宝进行游戏的时候，也不妨听听他们的理由。

#### 游戏 19：请照顺序排好

##### 游戏方法：

- 1、准备大小不同的积木或是娃娃。
- 2、请宝宝依照大中小排成一行。
- 3、一开始排序的物品不要太多，可以先从 3 个开始，请宝宝先比较其中两个并依序排好，再拿第三个和前两个比较。可根据宝宝的能力来增加排序的数量。

游戏目的：排序是重要的数学基础，帮助宝宝发现即使是相同的东西，也有程度上的差异。刚开始，宝宝多半是依照物品的物理性质排序，如大小、粗细等。

#### 游戏 20：下一个轮到谁

##### 游戏方法：

- 1、准备几个积木、车子等宝宝生活中经常有的玩具。
- 2、然后爸妈一边念着“车子、积木、车子、积木……”并将物品依序排出。
- 3、请宝宝按照排好的物品顺序，念出他们所看到的物品。
- 4、然后问宝宝积木的下一个应该是什么呢？再下一个呢？
- 5、可以请宝宝重复多念几次，察觉出次序感。

游戏目的：相同型式是数学的概念之一，也是语言、听觉甚至是动作的训练，通过眼、耳及语言的方式，能帮助宝宝更清楚认识“型式”。

## 捉迷藏帮孩子克服焦虑

**哥**斯达黎加心理专家近日说，小孩上幼儿园或与父母分开时常常哭闹不休，这主要是因为孩子出现分离性焦虑症，而玩捉迷藏游戏能有效帮助孩子适应和父母的分离。

哥斯达黎加心理专家布兰科日前在哥《民族报》上撰文指出，这种儿童情绪障碍多发生在学龄前儿童身上，表现为孩子在与亲人分离时出现极度焦虑反应。分离性焦虑症如果不加以重视和治疗，会影响孩子未来的学习和生活。

那么，父母应该如何帮助孩子克服分离性焦虑症？布兰科建议说，玩捉迷藏游戏能有效帮助孩子适应和父母的分离。这个游戏可以让孩子在玩耍中知道，父母不在眼前不代表他们消失了。另外，还可在家中让孩子先练习与父母分离，让孩子逐渐习惯父母离开的感觉，比如让爷爷奶奶暂时照顾一下孩子，父母离开时间也可慢慢延长。

她还说，家长应该随着孩子的成长，鼓励他们学习认识周围的世界，培养独立性。她建议说，当孩子刚能动手时，就应有意识地培养他们自理习惯，如自己吃饭、穿衣、刷牙、梳头和大小便等。在孩子做这些事情的时候，家长一定要有耐心，孩子犯错不要责怪他们，否则会影响孩子学习和自立的积极性。

布兰科强调，有些父母离开年幼的孩子时会流露出一不安情绪，而孩子很善于捕捉父母要离开时流露的焦虑神色，因此父母要学会在孩子面前隐藏这

种情绪，否则长此以往，孩子的依赖心理就更难以克服。

## 家务活变身趣味亲子游戏

一边要做家务，一边还要照顾宝宝，爸妈们是不是经常觉得筋疲力尽？何不让宝宝也参与到家务中来，带他边玩边做，在游戏中培养宝宝的自理能力和秩序感呢？让家务活变身亲子游戏吧！

### 家务活亲子游戏一客厅

#### 任务 1：收玩具

可将玩具桶或收纳箱(盒)分类编号，如此将玩具收起来时，简单、不占空间。告诉宝宝他的玩具分别在哪，下次要玩从哪拿出来还要再放回去，培养他的秩序感。

如拼图、积木等小型组装玩具，可用数字在背后编号或用贴纸贴。

#### 任务 2：收书

按书的大小归类，爸妈在收拾的时候可以和宝宝互动，跟他说“这是大的，放这里；这是小的，放这里。”如此可让宝宝培养成就感及懂得爱惜书本。

简单的书本收拾工作，可以让宝宝一起完成，但是不建议让他们来收报纸，因为报纸有油墨，容易让宝宝不小心手沾到而食入，应避免让他们接触。

#### 任务 3：收椅垫

可先跟宝宝玩椅垫游戏，在游戏结束后，请他跟着你一起将椅垫放回原位。

#### 任务 4：收遥控器

找个大的饼干盒，让宝宝将遥控器通通放进去，如果盒子够大，可事先在盒底画遥控器形状，让宝宝依图形去放，一方面收拾，一方面可以让宝宝

学会认形状。

### 任务 5：收拖鞋

可教宝宝将拖鞋左右配对，插在一起，再放进鞋柜里。

拖鞋的大小、颜色不一，可让宝宝学习认识大小、形状，且拖鞋柔软、没有重量，没什么危险性，适合宝宝自己收完，爸妈可放心让宝宝自己收鞋，减轻工作分量。

### 家务活亲子游戏一厨房

厨房的清洁整理工作较繁琐且危险，建议让宝宝做一些简单又不危险的收拾工作。宝宝在做家务时，大人一定要在旁一边指导，一边照顾，平时应尽量减少让宝宝进出厨房的时间。

#### 任务 1：收锅具

在工作台下面的储藏柜，可放简单的铁锅、铁碗、汤匙或抹布等简单又没有危险性的用品。然后和宝宝一起扮家家，和大人的用具一起玩，之后一起收。

#### 任务 2：收调味料

在煤气灶旁加装一个放调味料的置物架，每次烹调完毕，可带着宝宝将一瓶瓶的调味料放回去，还可同时教宝宝认识瓶子的形状。

#### 任务 3：垃圾入箱

告诉宝宝垃圾要放进垃圾袋或垃圾箱，可和宝宝一起玩“垃圾投篮”游戏，当然，要记得告诉宝宝把扔到地上的垃圾再捡起来放进垃圾箱哦！

## 十类婴幼儿启智玩具排行榜

**每**一个孩子的正常发展，是一个系统、完整和协调的过程。他们的一言

一行都是在不同的生活环境中形成的。

遗传因素、生理因素和社会环境因素，皆是影响孩子成长的重要因素，而其中家庭因素尤为重要。在家庭教育中，人们往往忽略了与孩子自幼相伴的玩具的作用，如果每个父母能用心挑选适合自己孩子的理想玩具，那么，对孩子的早期智力开发，将会取得良好的效果。

以下介绍 10 类适合婴幼儿各个年龄段的启智玩具，可参考选用。

### 1. 响环

3 个月的婴儿就能一手握着“响环”玩。他们开始尝试触觉、感觉、视觉或味觉的作用。用手摸摸，体会手上感觉如何；用眼睛看看玩具的各种色彩；用口尝尝玩具的味道；摇动“响环”时的声音又可训练婴儿的听觉。这类最简单的玩具就是婴儿开发智力的第一步。

### 2. 球

6 个月的婴儿对能动的一切都感兴趣，能滚的彩色球对他们最有吸引力，用手一推球就会向前滚，婴儿还会爬着追逐小球，如果妈妈能陪着他们一起玩那就更妙了。

### 3. 积木

8 个月的婴儿已有了不少的发现，他们已认识玩具、家具等多种用具，他们了解到有些物件是软绵绵的，有些是硬邦邦的，有些有棱有角，有些是圆滚滚的。面对积木，婴儿会开始运用两只手，使两块积木上碰发出响声；一个叠在另一个上面就会比单独一块积木高；而且还可以用积木叠成多种不同的形状。

### 4. 复合形状盒

这是用来训练小孩观察物品形状的玩具，通过这种玩具，孩子可以认识

一种形状的开口只容许同一形状的物品通过；了解生活用品各种不同的形状，而这 18 个月大小的婴幼儿较合适。

### 5. 玩沙

所有的幼儿都爱玩沙、玩水。18 个月以后的幼儿已经懂得不能随便把什么东西都往嘴里塞，这时就可以提供各种小工具，如小铲、小耙、小桶等让他们玩沙了，让孩子把沙堆砌成各种形状，充分发挥他们的创造能力。

### 6. 娃娃

两岁的幼儿已经开始有个性表现了。这时他们已能表达自己的喜爱和厌恶。如果有了娃娃玩具，特别是女孩子她们就可以像妈妈对待自己那样对待娃娃了，为娃娃洗脸、穿衣、喂食、赞扬或责备娃娃了。

### 7. 叠杯

对一个两岁的幼儿来说，叠杯玩具是最变幻无穷的游戏，既可叠成高塔，又可缩成一只单杯，还可把小积木或其他小东西藏在叠杯内再寻找一番。通过这类游戏，孩子们能够知道有些东西虽然眼睛看不见，但却是实际存在的。

### 8. 图画书

两岁的幼儿已经通过眼、口、手认识了不少物品，如果能在图画书中找到自己认识的物品，那该是多大的乐趣啊！当然，父母还可以通过图画书教导孩子认识更多的事物。这类画当然是线条简单，色彩鲜明，一眼就能认出是什么来。

### 9. 玩具车

到了两岁末，幼儿已能基本控制自己身体的各部位，可以驾驶“小车”了，可以开快、开慢，也可以骑“大马”了。如果“小车”还能载上他们自己的一些小玩具，而自己又能充当运输司机，那真是其乐无穷了。

## 10. 拉着走的动物玩具

幼儿拉着能走动的“动物”会让他们着迷。他们慢慢会理解这一根绳子原来还有这样的牵动力量, 这比那些用干电池的电动玩具车还更有启智作用。

# 宝宝性教育

## 家庭性教育父母不用太紧张

**现**在社会上人心复杂，对儿童的性骚扰案件逐渐增多，很多父母忙着对孩子进行性教育。但把孩子教得“草木皆兵”似乎没有必要；可是，面对这些敏感的问题，很多父母都不知道该怎么谈才能“切中要害”，几经踌躇，最后只好含混地告诉孩子：“放学后直接回家！”

这样的“性教育”足够了吗？要不要试试更积极的方法？以下是几个参考的原则：

### 一、用正确的名词谈论性器官：

平常能说：“你把阴茎洗干净了吗？”“姊姊的乳房开始变大啦，所以要穿胸罩。”……这类的话；就能用这些名词很自然地解说：“连穿泳装的时候都不能露出阴茎、屁股，还有女孩的乳房、阴部，那些都是人身体中最宝贝的地方，所以不可以随便让别人看见或抚摸哟！”

### 二、学习分别什么是具有“性意味”的触摸：

父母若要彻底跟孩子谈问题，可以跟孩子玩一次“手的游戏”——请孩子把手伸出来，你可以“用力握”、“用指尖轻轻地搔刮”、“用手掌摩挲”……，问他的感觉怎么样，从中分辨哪些是带有“性意味”的抚摸，哪些不是。如此，孩子才不会因噎废食地拒绝长辈热情、善意的拥抱。

### 三、不能只提防陌生人：

有不少性侵害者是儿童熟识的人，甚至可能是亲戚或长辈。不要只教儿童提防陌生人，而要教他如何判断“不妥当”的行为和不安全的处境。

#### 四、永远接受孩子的投诉：

向孩子保证，不管有什么问题，都可以告诉父母，而且不会受到责骂。父母平日就可以展现你对事物的弹性和接纳的态度，使孩子更有安全感。万一不幸发生了什么事，不会隐忍着、孤独地面对。

你家的性教育太“紧张”吗？可能需要做一些补充啰！

### 和孩子谈性 几技巧要知道

**三**四岁左右的孩子，开始会对自己的出处产生好奇，甚至经常追问：“我从哪里来的？”碰到类似的问题时，你会怎么回答呢？我想大概不至于是“长大你就明白了”或“巫婆生的啦”，抑或“从石头里蹦出来的吧”。如果你的答案真是如此，那可得改正了，因为此刻的他已需要你给他真实的答案，纵然他听不懂，也必须如实回答。

在此我想举一个有趣的例子：一位母亲曾在儿子问她：“我从哪里来？”的时候，急切地把自己早已准备好的一套知识告诉儿子。结果儿子竟马上接口说：“隔壁小化说他是从宜半来的，我是从哪里来的？”

这个故事也提醒父母在回答诸如“我从哪里来？”的疑惑时，一定要先明白孩子想知道的重点是什么，再一点一滴地随年龄而增添，避免操之过急，一口气说出一大堆孩子无法消化的理论。

在答复的技巧上，可以利用孩子易懂的字眼来形容，譬如：“妈妈身体内有一个通道，叫产道，每一个小宝宝都是通过他妈妈的产道出生的。那是一个非常神秘的地方，周围充满着液体，保护小宝宝。”

在回答爸爸妈妈结合、为什么会生下小宝宝的问题时，可以从“植物传粉”讲起。

孩子到了小学五六年级，说故事的方式已无法满足他。“据实以告”是这个年纪最好的性教育方式。

通常，女孩在十二岁到十四岁，男孩在十三岁到十五岁，就会出现生理上的变化。父母应该让女孩了解关于月经来潮的过程及其处理方法，让男孩知道勃起射精的真实原理，避免孩子事到临头措手不及或恐惧张皇。

## 父母切忌在孩子面前“裸奔”

**不**该光着身体在孩子面前走来走去？这个问题，答案恐怕见仁见智。

我们随意请教了四个人：

“噢，不，绝对一绝对不可以。孩子绝不可以看到双亲没穿衣服，至少不能脱得光光。”

“我觉得，父母‘应该’光着身体在屋里走。当然喽，没必要时常这么作……”

“荒谬……只有糟老头子和嬉皮士之流才会光身露体。我是个健全的成年人，宁可服装整齐出现在他们面前，同时也希望他们在我面前能穿上衣服。”

“有什么值得争议的呢？重点在于你要认清自己的身份，以及认定该怎么做。我父母都是很高傲的人，老弟没穿戴整齐也从不走出浴室或卧室。所以我们都晓得无论到哪里，记住——得先敲门。”

第四种说法比较接近专家观点，即决定权在你。假如你认为父母不该在孩子面前光身露体，就穿上衣服吧。如果你觉得在自己家里、在孩子面前，脱光了是很自然的事，也尽管去做。重点在于，自在就好；否则，根本别去伤这个脑筋。尽量顺其自然，其次才考虑该不该做。

顺其自然

孩子看到了你没穿衣服，并不会对他造成任何伤害。孩子天生就对自己和别人的身体感到好奇，他好奇的对象包括父母在内。因此他们看到后，除了能增进对人体的认识外，也能由于看见父母的身体，预知自己日后发育情形。

也就是说，若父母觉得，偶尔让孩子在浴室或卧室中看到自己裸体是件很自然的事，同时这已经成为日常生活中的一部分，那么孩子就确实能经此不矫柔造作的方式得到“人体是美好的”信息。如果你从来没有在孩子面前裸露的习惯，可别为了“或许会对孩子有好处”的想法而勉强自己。

李门·吉摩博士说：“有些父母通过书籍或是因怀有罪恶感，觉得在家里该让身体显露更为“解放”，于是勉强裸露自己。遗憾的是，结果只会让孩子因而觉得，自己若是这么做也将是不自然的。”

### 裸体本身没有伤害

孩子在无意间瞥见你裸露身体时，你的反应对孩子的影响尤其深远。如果他平常很少看到你裸体，无意中撞见时，你愈生气，他们对你当时的反应愈难以忘怀。于是他们将会认定，自己一定做错了事，同时也认为裸露自己是件坏事——如此一来，可能造成他们日后对性持犹豫不决的态度。

为防止父母有过于强烈的反应，也避免使从未见过双亲裸体的孩子产生困惑，大部分的性教育学家认为：一般家庭在平时最好别太注重服装是否整齐。因为假如孩子常能看到成人的躯体，届时比较不会引起观念上的偏差或过度惊讶。

至于平常就习惯于穿得比较少的家庭，也不必担心所谓的“过于暴露”。如果超出了孩子所能容忍的极限，他们自然会明白地表现出来。

孩子到了青春期，会特别在意自己发育中的身体，逐渐把自己隐藏到门

后，同时也要求你这么做，当孩子说：“爸，把门关上！”或者是“妈，请你出去！”时，教育学家及精神学家一致主张，父母应该注重这些讯息。

专家建议，在家中，你不妨对性采取“开明”而“自在”的态度——但是得特别记住一点，千万别勉强自己。你自己对裸体的感觉，或许也正是孩子所持有的感觉。

### 父母和孩子裸体相向的利与弊

儿童性教育是父母较关注的话题，在孩子的成长中，每个家庭几乎都会遇到有关裸体的问题。例如父亲带男孩去洗澡或游泳，母亲带女孩去洗澡或游泳，这在前些年大城市的公共浴池里很常见。有时还会出现父亲带几岁的女儿进了男更衣室或相反的情况。同时，孩子们自然地也会见到其他人的裸体。这有何好处和坏处？

孩子们能看到父母的裸体的好处是在他们成长过程中能更好地、自然地接受他们自己身体的发育和性特征。小时候的肉体接触则能促使他们与成人之间的情感交流和培养、这样他们会具有更强的安全感。如果孩子从小就能和父母共浴，一直有机会裸体相向的话，他们完全能自然地接受这一点，而且不会产生任何消极影响。

相反，如果过去在家庭中并没有这样的习惯，父母突然裸体出现在他们面前时，会令孩子感到震惊、不安、羞怯，特别是孩子年龄已经比较大时。让孩子们从小获得有关两性身体结构的知识并不是一件坏事，这些知识对确定他们的心理性别、即性认同很有关系。这样身体的形态和性器官大小的区别就会得到认可，并将向他们提供有关自身或对立性别在成年后会是何种形象的准确的想象。

所以，如果从小习惯于这样做的孩子将是幸运的。等孩子快到青春期发

动时，他们也会自然而然地开始注意保持自己的隐私，这时无论是谁的隐私都应该得到尊重，不论大人或孩子都应该如此。

总之，父母能否和孩子裸体相向是一个值得探讨的问题，但不能否认的是它在儿童早期生活的性别自认过程中的积极意义。

当然，随着年龄的增长，就应逐渐教给孩子们注意保持隐私，尊重他的隐私。到了这一时期，父母的行为尤其应该注意，不应作出违背上述注意事项的、令大人和孩子都感到尴尬、不自然的举动。

## 孩子的“成人欲望”你懂吗

“**我**侄子今年 10 岁了，最近我们发现他对人体的生殖器官特别感兴趣。一次，我叫他吃饭，当我刚推开他的房门时，就看到他慌慌张张地在藏什么东西。我让他拿出来，才发现是一本杂志，刊登了很多赤裸的人体图片。我们很纳闷他小小年纪怎么会对这些感兴趣？也很担心他会不会变坏？”

据联合国对青春期的年龄界定，10 岁——20 岁都属于青春期。而这个孩子正处于青春期早期。

进入青春期的一个重要标志就是心理上“性意识”的觉醒，其实，据研究发现，孩子在 8 岁时由于其肾上腺素分泌的改变，就为青春期性意识觉醒做好了生理上的准备。这位家长不必过于忧虑，孩子在这个年龄对人体生殖器官发生兴趣，是一种正常现象。

首先，生殖器官暴露在身体的外部，再加上性意识觉醒，他们自然会对其产生好奇心。如果说，在幼儿园时，孩子们只是进行性别区分，那么，到了青春期他们就会在好奇心的驱使下，想进一步地了解男女之间的本质差异，这是他们第一次既想了解自己，又想了解异性。

另外，当孩子长到一定年龄，家长就会不自觉地说“你长大了，不是小孩子了”。而青春期的孩子本来就有强烈的“成人欲望”，他们就想探究真正的成人世界。

在他们看来，成人世界上最神秘的就是两性问题。于是，他们就想通过对这个问题的了解，真正变成个“大人”。

我想告诉家长们，不要回避这个问题，要和孩子一起学习生理卫生。

首先，家长要丰富自己的知识，如到书店买相关书籍，最好有插图。找一个孩子课业不忙的时候，像拉家常一样给孩子讲解人体科学。可以先从其他器官讲起，然后慢慢过度到生殖器，不要给孩子渲染神秘的气氛，尽量让他们觉得这和心、肝、肺一样，在身体中各司其职。

其次，我知道有些家长以画漫画的形式，再配以生动通俗的语言，让孩子在听“故事”中了解两性知识。这种轻松教育法，是最提倡的。

还有些家长比较内向或保守，提到性话题的时候，也不要三缄其口，可以买些科学的介绍人体的书，放在孩子的房间。这样不但能让孩子从正规途径学到知识，也能避免亲子尴尬带来的新问题。

### 妙招让性教育变得轻松

性教育不应该是一次性的讨论而应该是一个逐步交流的过程，从孩子小时候开始，并持续到他们成人。如果孩子长大知道谈论性和他们的感觉是正常的，他们会更可能在需要的时候来向你寻求支持。

性大汗淋漓是肾虚 • 体外排精对男人健康无好处 • 冬季健康房事 重在把握分寸 • 7件事能帮女性预防乳腺增生 • 女性经期怎治“怪病”? • 冬季生吃板栗补肾强筋 为什么谈论性是重要的?

不管你是否想，孩子们会学习到有关性的知识。儿童和青少年通过对方

和玩乐时学到性的事情不一定准确，或者父母让他们知道得也不一定准确。

你扮演着重要的角色，作为父母，要确保你的孩子获得了正确的信息。

我应该在什么时候开始？

最好在幼年就开始告诉孩子有关性和成长的事情。他们在很小的时候经常会问婴儿是从哪里来的。

女生最早 8 岁就可能开始青春期，男生也会在很小的时候开始梦遗或勃起，因此让孩子做好准备是重要的。

儿童需要在开始经历身体变化前知道这些知识。如果他们不知道，他们可能会担心或害怕。

你可能会感觉通过谈论性你会鼓励孩子开始性行为。但调查表明来自父母会坦诚谈论性的家庭的青少年会等到较大年龄才开始性行为。而且当他们确实第一次经性行为时，他们会更可能使用避孕工具。

如果我不与孩子谈论性会怎样？

不谈论性可能会影响年轻人在以后生活中对于性的想法和行为。如果你不对孩子说，他们可能会认为性是可怕的或尴尬的。

在欧洲，英国有最高的青少年怀孕率，而且性传染病在年轻人中正在增加。给孩子支持、信息和帮助让他们对自己感觉良好能减少这两种风险的机会。

# 宝宝的性格与心理

## 让宝宝开怀大笑的十种方法

**很**多父母可能会发现原来自己也有许多他们所不知的“表演”天分。下面为你推荐能够让宝宝展开笑脸的十个小技巧：

1、吹嘴唇 宝宝都是很喜欢抚摸的。轻轻地在宝宝的手、脚和肚子上吹嘴唇，这是让宝宝开嘴笑的最好方法。不久，你可能就会发现你吹嘴唇的声音影响有多大，因为宝宝可能开始会学你吹嘴唇的声音。

2、假装吃他们的手指 大部分的宝宝都会喜欢父母假装轻轻地咬他们的手指、脚和脖子。这种充满爱的轻咬的动作能够有效地促进亲子关系。即使是两岁大的孩子仍还会喜欢吃手指。

3、天真而夸张地动作 脸部表情越夸张越好。宝宝都喜欢其他人的关注，如果你对着他做鬼脸，无论是多傻的鬼脸，他都不会抗拒。这也是为什么许多父母在宝宝出生以后都要努力学习做鬼脸的技巧。有时即使是打喷嚏都可能会逗得宝宝大笑起来。

4、吹肥皂泡 宝宝对于神奇的肥皂泡都很感兴趣，许多宝宝看到泡泡甚至会爬向它想要抓住它。并且父母并不会因为吹肥皂泡而增加压力，既经济小宝宝又喜欢。

5、带进其他的家庭成员 宝宝一天到晚看着同一个人有时可能会觉得闷，如果他见到比他大一点的小朋友，或者在外面工作了一天的爸爸，你就可能会看到宝宝的笑容了。

6、“躲猫猫” 这种是经典又受落的小游戏。拿宝宝最喜欢的棉被，或

者藏在家具的后面，然后探头出来，再把自己藏起来，不断重复，用这种方法你就可以看到很多宝宝的笑脸。

7、最喜欢的玩偶 颜色鲜艳的玩偶绝对能够引起宝宝的注意，如果还能够发声的话宝宝就很容易会笑了。

8、歌曲和音乐 宝宝都喜欢歌曲和音乐，如果音乐成为他们生活一部分的话他们会更加喜欢。宝宝都喜欢看、听和做一件事，如果你能够跟随音乐的节奏来笑并且跟他玩得很开心的话，他很快就能模仿这种行为。

9、宠物 在电视上我们也能够经常看到宝宝跟宠物一起玩会玩得很开心，但是一定要注意卫生与安全的问题。

10、模仿动物的叫声 宝宝对动物都会很感兴趣的，如果父母也能够模仿动物的声音的话，他们都会将注意力集中在你身上，好奇心可能就会让他们不由自主地发笑。

## 测试：孩子是否有足够自信

**自**信心是一种精神动力，能将孩子的想法迅速转化为实际行动。像强心剂一样让人精神振奋，以前不敢想不敢做的事，因为有了自信心的支持，而转化成为可以实现的目标。

其实，每个孩子都是天才，只要我们的教育方法得当，每个孩子都可以成为栋梁。而孩子的自信心就来自于我们日常生活中对他的肯定和赞赏，这也是孩子树立自信心最直接和简单的途径。

面对孩子，我们要表扬多过批评，始终帮助孩子树立自信，而在这一过程中，也渐渐培养了孩子自信的好习惯。自信心对于父母和孩子来说都是不可或缺的重要心理素质之一。孩子有没有自信心和父母教育方法的正确与否

密切相关。

所以，当孩子失败时，我们鼓励一声“你行，你一定行”，会让孩子重新振作。对于孩子来说，我们的一个微笑、一声赞许、一种肯定都会激起他们强烈的情感，从而扬起希望的风帆。

每一个孩子都能成为非凡的人，一个孩子能不能成为天才，关键是他的父母和老师对他有没有信心。信心是能够传递的，只有家长和老师对孩子有信心，孩子对自己才会有信心。

自信是对个人实力的正常评估，而不是盲目的自以为是，不切实际的自信只是骄傲自大的表现。

成功的前提是自信，一切的失败都源于恐惧。孩子拥有积极的态度可以让他勇敢地克服一切困难；相反，孩子消极的心理会阻碍他成长脚步。

其实，每个孩子都有自己优秀的一面，我们要从不同的角度去观察孩子，要学会用赏识的眼光去看待孩子，这样才能帮他们培养出自信心。那么，您的孩子是否有足够的自信呢？请让他们快速作一下下面的测试，答案很快就能揭晓了。

1. 一旦你下定决心，即使没有人赞同，你仍然会坚持做到底吗？
2. 参加聚会时，即使很想上洗手间，你也会忍着直到结束吗？
3. 如果想买内衣，你总是让家人买，而不亲自到店里去吗？
4. 你认为自己是个很好的学生吗？
5. 如果店员的服务态度不好，你会告诉他的经理吗？
6. 你不欣赏自己的照片吗？
7. 别人批评你，你会觉得难过吗？
8. 你很少对人说出自你真正的意见吗？

9. 对来自别人的赞美，你持怀疑的态度吗？
10. 你总是觉得自己比别人差吗？
11. 你对自己的外表满意吗？
12. 你认为自己的能力比别人强吗？
13. 在聚会上，只有你穿得不正式，你会觉得不自然吗？
14. 你是个受欢迎的人吗？
15. 你认为自己很有魅力吗？
16. 你有幽默感吗？
17. 目前所学的功课都是你所喜欢的吗？
18. 你懂得搭配衣服吗？
19. 危急时，你很冷静吗？
20. 你与别人合作无间吗？
21. 你认为自己只是个寻常人吗？
22. 你经常希望自己长得像某人吗？
23. 你经常羡慕别人的成就吗？
24. 你为了不使别人难过，而放弃自己喜欢做的事吗？
25. 你会为了讨好别人而打扮吗？
26. 你勉强自己做许多不愿意做的事吗？
27. 你任由他人来支配你的生活吗？
28. 你认为你的优点比缺点多吗？
29. 你经常跟人说抱歉吗？
30. 如果在非故意的情况下伤了别人的心，你会难过吗？
31. 你希望自己具备更多的才能和天赋吗？

32. 你经常听取别人的意见吗？
33. 在聚会上，你经常等别人先跟你打招呼吗？
34. 你每天照镜子超过三次吗？
35. 你的个性很强吗？
36. 你是个优秀的领导者吗？
37. 你的记性很好吗？
38. 你对同龄的孩子有着很强的吸引力吗？
39. 你懂得理财吗？
40. 买衣服前，你通常先听取别人的意见吗？

“是”为 1 分，“否”为 0 分。

结论：

25~40 分：说明孩子对自己信心十足，明白自己的优点，同时清楚自己的缺点。不过警告家长一声：如果孩子的得分接近 40 分的话，别人可能认为他很骄傲自大。告诉孩子不妨在别人面前谦虚一点，这样才会有好人缘。

12~24 分：说明孩子对自己颇有自信，但是他或多或少缺乏安全感，对自己产生过怀疑。不妨教孩子提醒自己：在优点和长处各方面并不输给别人，要特别强调自己的才能和成就。

11 分以下：说明孩子对自己显然不太有信心。他过于谦虚和自我压抑，因此经常受人支配。教孩子从现在起，尽量不要去想自己的弱点，多往好的方面去衡量。先学会看重自己，别人才会真正看重你。

知道孩子是否具有足够的自信以后，我们就要考虑年轻的父母们如何在日常生活中培养孩子的自信了，这里介绍几种方法，供父母们在家教实践中参考运用。

## ■ 学会倾听孩子的心声

孩子愿意说出自己内心的想法是父母应该感到高兴的事情。我们要耐心倾听孩子内心的陈述。当我们以认真的态度去审视孩子的时候，孩子会觉得我们是在乎他的。倾听时的态度要和蔼，只有敢于在父母面前表述自己态度的孩子，才是初具信心的孩子。

## ■ 给孩子表扬就是给他信心

即使是生活中的琐碎小事，只要孩子认真完成，就算结果我们并不满意，也要给孩子及时的表扬与鼓励，因为适当的称赞是孩子进步的动力。

## ■ 珍惜与孩子在一起的时间

即使工作再忙，也不要忘记抽出小部分时间来陪孩子玩耍。只有父母的关爱才能让孩子变得开朗，而缺乏父母关爱的孩子，往往显示出自卑的情绪。

## ■ 参与到孩子的活动中去

每当学校有活动或者演出时，爸爸妈妈要尽量参加，你的意外出现会让孩子信心倍增，而此时此刻，孩子也最能感受到父母给自己的关爱。

## ■ 与孩子协作，共同完成家庭活动

比如让孩子参加有趣的游戏或者家务劳动等等。在实践中既可以增加孩子的见识，也能加强父母与孩子之间的亲情。更重要的是，在活动中，父母的表扬是孩子自信心萌发的基础。

## ■ 让孩子做力所能及的事情

给孩子分派任务，比如打扫他自己的小房间。这样，孩子会觉得自己被需要，小小的成就是培养孩子自信心必不可少的重要基础。

## ■ 与孩子一起阅读

挑选优秀的青少年读物，与孩子一起阅读。然后，让孩子发表自己的看

法，鼓励孩子充分发挥想象力，尽情发表自己的言论。只有敢说出看法的孩子，才是自信的孩子。

### ■ 做个自信满满的父母

孩子常常在我们不经意之间模仿大人的言谈举止，所以，我们自己首先要充满自信。如果作为成人都不能对事物作出自己的肯定与判断，又怎么去要求孩子呢？

## 孩子的性格有 50% 来自遗传

**心**理遗传学是遗传学中发展最慢的，这个学说还没有系统化。据说性格一半来自遗传，一半来自后天。

“根本性格”是心理遗传学中性格的深层部分，即：活泼、开朗、冷静、急躁等几方面受遗传影响很多，现在几乎已经成为定论。“根本性格”的遗传，关系到家庭气氛，而一个家庭轻松民主或严肃沉闷的氛围，又潜移默化地影响着孩子最终性格的形成。

随着孩子慢慢长大，在社会生活中接触的范围扩大，他的性格趋向社会性，受环境的影响加深。在现实中，绝大多数人的性格为混合型，性格再开朗的孩子也有内向的时候，而急躁的孩子在处理事情中也会表现冷静的方面。

是“根本性格”不起作用了吗？不！“根本性格”是在多数情况下、在关键时候起作用。面对一个只剩一半的苹果，有的孩子会满怀感恩地想：“太好了，我还有 half 苹果”，而有的孩子会不免沮丧：“就剩下这半个苹果了！”

性格开朗的人基本上一生都是性格开朗的，性格内向的人，基本上一辈子性格内向。虽然多数父母希望自己的孩子开朗、活泼，但事实上，哪一种性格都各有利弊，不能完全决定人生。

父母决定孩子性格吗？

遗传因素通过什么途径来影响人的性格？这是一个非常复杂而争议颇大的问题。一般理论都倾向认为，遗传因素通过气质和智力而影响人的性格。

遗传因素的作用形成的气质，按照自己的活动方式，使性格具有独特的色彩。例如同样是助人为乐的性格特征，多血质的人在帮助人时动作敏捷、热情溢于言表，而粘液质的人则沉着冷静，情感蕴含在心。气质为人的高级神经活动类型所决定，所以，一开始气质就影响性格形成和发展速度。

遗传因素对智力的影响，早已为詹森研究证明了。不论儿童是由生身父母还是由收养或寄养家庭抚养，他们和生身父母之间在智商上总有显著的相关。詹森把此归因于遗传对智力的影响。进而言之，智力和性格都受高级神经活动的特性和类型的影响，而智力对人性格形成是有作用的。

这作用在人的发展过程中显示出来。人们运用自己的聪明才智，掌握相应的知识和技能，冷静地审时度势，使自己的行为符合客观规律，这样就会促使自己勇于克服困难，在艰难险阻中表现出自觉、大胆、果断和坚毅等良好的性格特征。因此大凡政治家、发明家、作家、艺术家，虽然从事不同的职业，但他们都兼有高度发达的智力、创造力和优良的性格特征。

性格不但受遗传因素的影响，更为重要的是，环境是性格发展形成的一个决定性因素。环境的作用主要是通过家庭、学校、社会活动圈子以及工作实践来发生效应的。

血型遗传影响孩子性格

AB 型宝宝

少年老成的 AB 型孩子最不能激起对往事的回忆，他们中的大多数不希望把现在的自己与儿童时代的往事联系起来。AB 型人喜欢分析别人的事情，一

旦了解别人之后，他们也不太讨厌谈论自己的事情，但就连这些 AB 型人也很少讲述自己童年的往事。

在人们的印象中，AB 型孩子几乎没有象其他血型孩子那样的经历，他们很少象其他血型孩子那样喜欢与父母或自己的保护人打打闹闹，撒娇取宠。如果缠人是孩子用来表现撒娇的方式之一的話，AB 型人则生性缺少这样一种通过爱抚行为来表示撒娇的方式。

AB 型孩子很难产生绝对的信赖，他们的父母亲也能与他们建立一种比较亲密的关系，但这是一种相对的人与人之间的关系。因为他们从很小的时候起就萌生了用理智的目光来观察大人的愿望，克制自己的情感，不在亲人中流露出撒娇的孩子本能。

AB 型孩子感情比较冷淡，他们很少去关心别人做得怎样，只做他自己的事，给人以各顾各的印象。他们也有活泼的时候，但是他们不喜欢坚持这种开朗的性格。他们虽然也喜欢参与竞争，但是很少有非胜不可的思想。很少见到怒气冲冲的 AB 型孩子。他们也不愿与人交谈。

此外，AB 型人最吸引人的性格是“执着”“专心致志”“埋头苦干”。这些性格在三四岁时就已经明显地体现出来了。

与其他血型人相比，AB 型人的生存欲望或是说他们的生命意识比较淡泊。从孩童时代起，他们身上就比较少有争强好胜，很少有人由于自己有了优势而看不起别人。

AB 型人始终与社会保持着一定的距离，他们与人有着一个隔阂感。不论是与父母或亲戚朋友，也不论是与多么亲切的人，他们都很难做出一些爱抚的动作，总是适可而止，使人感到与他们的交往很难达到融洽的地步。AB 型人之所以让人感到他们感情比较冷漠的根源就在这里。

AB 型孩子不论与什么人交往，始终能以理性的眼光测定对方的信任度。几乎所有 AB 型孩子都有着强烈的怯生意识。大多数 AB 型人很少为个人感情所动摇，从小就奉行合理主义的思想。大多数 AB 型孩子表面上能笑脸相迎，文质彬彬，实际上他们的内心却隐藏着批判的思想，常常反感别人。

AB 型人从儿童时代起就非常喜欢幻想，喜欢童话书和从现实中解脱出来飞向美丽的童话般世界的传说，为自己的生活和爱好涂上浓重的幻想色彩。社会上这样的 AB 型人非常多。

AB 型人还有进一步的愿望，那就是参与社会。AB 型的人比较早就意识到这一点，我们说与社会保持着一定的距离感的 AB 型人非常希望参与社会活动，这种说法似乎令人难于置信，实际上 AB 型人如果没有意识到自己是社会的一部分，他们就会慢慢地脱离社会，最终有被社会抛弃的危险，这是每一个 AB 型人都会面临的一个问题。

AB 型人中看来有一部分人可以发挥他们擅长分析问题，设计方案，修正计划的特长，也有一部分人善于发挥他们掌握工作要领快的特点，但是大多数 AB 型人却以擅长调整人际关系的能力参与社会活动。一般来说，AB 型人在处理事物性的岗位上工作，将比其他血型人略胜一筹。

## B 型宝宝

B 型人性格中的稳定成分比较淡薄，这种性格对他们的一生有着广泛的影响。表面看来 B 型孩子有两种不同类型，一种人像 O 型人那样活泼开朗，另一种腼腆腼腆。这种不同是到了上学之后才表现出来的，从调查报告来看，B 型孩子比其他血型小孩都有着比较明显的差别，他们中间活泼开朗和腼腆怯生的区别，真可谓葱花拌豆腐，一清二白。B 型孩子在幼儿阶段最少顾忌环境条件。

B 型孩子的活泼开朗与 O 型孩子不同。O 型孩子表现为逗人喜爱，也有服务精神，而 B 型孩子则是通过他们的天真烂漫的性格给人一种充满活力的印象，用大人的语言来说则是他们的行为富有个性。

不过随着不断长大，他们也开始意识到社会的存在了，他们一边不断地与大人社会进行交流，一边继续保留着孩子世界中的交际方式，沿袭着孩子世界的习惯。

到了这个时期，他们中的大多数人往往自觉不能象别人那样习惯于社会，总感到自己笨笨拙拙的不如他人。

从本质上来说，B 型人最不习惯把自己的思想和行为束缚于一种固定的模式，他们最不愿意受到形式上的制约。但 B 型孩子不太了解社会，他们为自己不能与周围的环境相适应而感到不知所措。

他们当中有些人由于具备独特的体力、才干或优秀的学习成绩而能处在比较优越的地位。这种人经过一段时间的茫然后也能适应过来了，他们的优越性掩盖了他们不擅长遵守社会秩序的缺点。这些孩子除非长大成人后遭到厄运，否则他们将不会改变他们忽视社会形态的态度，他们当中的大多数人长大成人后往往具备直言不讳的性格，敢于蔑视门第观念。

有一些 B 型孩子知道自己这种不喜欢与人往来的性格不被人们赏识，于是他们就有意识地扮演着惹人喜爱的小花脸的角色。但是大约有近半数的孩子则变得越来越怯生、胆小怕事。在不会适应社会的人中什么血型都有，但唯独 B 型人因此感到羞涩难言。这种怯生腼腆的 B 型孩子越来越关门自守，他们很少参与社会活动，也不喜欢与周围人打交道。长大成人后，他们中的大多数将成为一些不大招人喜欢的人。

这些怯生的羞涩腼腆的 B 型人，一旦有人与他们谈他们最感兴趣的话题

时，也会表现出极大的热情。在社会上，一旦对自己的行动产生信心，他们也会变得直言不讳，敢于蔑视门第观念。在这个问题上，他们与为自己披上“自我克制”外壳的 A 型人相比，有着很大的差别。

B 型人身上雷达似的神经系统如果运转起来，比 A 型人更灵敏，但一旦他们把注意力集中在某一种事物上，他们的“雷达系统”也就停止工作了。况且，后一种情况的人较多，因此，他们常常被人非难为“马大哈”、“目中无人”。

B 型人一旦感到社会对自己不公平，自己的能力得不到发挥，受到别人歧视或认为自己被志同道合的朋友背叛，他们就会怒火中烧。有时候假如找到另一可以发泄怒火的地方，也有可能平息他们心中的怒火，假如找不到发泄的对象或是虽然有了发泄对象却受到阻碍时，他们将整日焦躁不安，这时候，那些自我克制能力不够强的 B 型人，或是火气旺盛的 B 型年轻人，很有可能因为某一件事突然冲动起来，抨击社会，破坏社会秩序。B 型人本来就不太承认社会秩序的绝对性，他们想通过否定现有社会秩序使自己从得不到公平待遇的环境中解放出来。

尽管有一些小的偏见、牢骚或意见，大多数 B 型人还是基本上与社会保持一致的。只要不是大的偏见，他们就不会脱离社会，况且，B 型人又善于从日常生活小事中寻求乐趣。只要不是另有他图，则 B 型人最擅长集中精力从事他们感兴趣的事业。

一旦感兴趣起来他们可以一件事连着一件事地干下去，一发不可收拾。B 型人既有广泛的兴趣，也能专心做一件事，有着多面性和专一性。表面看来这似乎矛盾，然而这两种倾向盖出同源。我们所说的某一件事实际上是人

为的划分，而兴趣往往是一个连着一个连锁发生，在这一点上他们的性格没

有变。

这种天生的气质与他们经过一段社会经验积累获得不受社会地位束缚的思想合二为一后，可以促使 B 型人从年轻时代起毫无畏惧地与前辈一块儿为自己制造一个可以自由活动的天地。

此外，有些 B 型人虽然不精于形式上的人与人的交际，但实际上他也很有可能成为人际关系不错的人。年轻的 B 型人中也有一些面对这种复杂的人事关系应付自如的能人，这些人肯定是那些对人事关系有着浓厚的兴趣，喜欢钻研人与人之间关系奥妙的人。

关于血型与人的性格等诸方面的讨论，并不完全被认可，但从孩子身上看到非常明确的个体差异确实是与生俱来的，也许与血型有些关联。

### 0 型宝宝

孩子幼儿期都比较爱缠人，大多数 0 型孩子不太认生，喜欢在兄弟姐妹中撒娇，其实这是他们喜爱家人爱抚的一个证明。他们孝顺父母。从年轻时代起，他们在朋友之间就显得热情大方、和蔼可亲和喜欢帮助别人。0 型孩子对父母的关心不够比较敏感。童年时代的教育对 0 型的孩子影响最深，这种影响直到他们长大成人后也不易消除。一般来说 0 型人的味觉比较偏执，家乡口味、父母亲的口味影响往往比较深，生活环境对他们的影响也比较的大。

0 型人的气质最自然朴实，他们固有的生存欲望最强烈，他们身上的现实性，行为的直线性及其他他们直爽的思维方法很少为琐碎的事物所烦恼，这种不为烦恼所左右的思维方法和行为对于生存是最有效率的。 幼儿环顾四周，他们对自己处在最弱着地位有着很直感的认识，这就是他们喜欢乞求父母亲的爱抚和保护的原因，在这一方面，0 型孩子最明显。

家庭，特别是当父母亲爱护和指导不够时，往往使 O 型孩子显得比较神经质。如果父母爱护得当，指导正确，孩子就会把安全感建立在父母身上，愉快轻松地成长。

如果父母在这方面做得不够，他们在孩子的心目中就没有信赖感，孩子就迫不得已寻求自己保护自己。这样做对孩子来说显然是力不从心的，这种孩子长大成人后就会胆小怕事。与此相反，假如对孩子过于苛求，也会使孩子性格变态。

一般来说，弱者比较注意强者的动向，也喜欢仿效他们保护者的做法，听从强者的指挥。其实这也是他们的求生之道，最能自然发挥气质的 O 型孩子中这种性格最明显。

幼儿时期的体验，少年时代的创伤，在 O 型人身上留下的后遗症最深

孩子们的天地中也有人与人的竞争，也有团体和团体之间的对立。O 型孩子比较乐于搞这些活动，在父母保护较充分的环境中成长的 O 型孩子，可以毫不犹豫地竞争中出击，因为他们有父母的保护，一旦发生意外，他们可以马上躲进来。但是，假如孩子是在一个缺乏爱的家庭环境中生活，问题就严重了，O 型孩子会为此焦躁不安而急于找到一种新的力量保护伞，为自己在孩子世界中的生活作保障。因此，有时就会打乱孩子们正常的生活和学习。这样的孩子长大后就会有一种屈从于强者、权力的性格，这种 O 型人往往过分地注意别人对自己的评价。

家庭里，如果父母亲对孩子有着比较稳定的爱的关系的话，O 型孩子能比较容易理解父母的苦心，父母与孩子之间的感情就会日益加深。父母会觉得孩子很孝顺，随着与社会不断频繁地接触，孩子回愈发感到自己与家庭与父母之间已经构成最能够互相信赖的朋友关系。

父母血型可以改变 O 型孩子的性格：

假如父母是 A 型人，则 A 型父母的思维方法对型孩子影响又太强烈，常常使出身 A 型家庭的 O 型成年人有着比 A 型人更地道的 A 型人式的思维方法。

孩子与父母同是 O 型人的家庭中，他们之间最容易以同志式的方式相处，但是，在儿童性格逆反期间，这种家庭的父母与儿女很可能发生激烈的冲突。O 型孩子的性格逆反期表现：是与父母分离，获得精神上的自立和个性的解放。这时候，他们不再听从父母指挥，处处显示自己的独立主张，完全是一副地地道道的性格逆反期的样子。

O 型人就非常讨厌父母以上司的口气，以一家之长的身份来压制他们。假如发生这种情况，在孩子们性格逆反期间家庭就会发生激烈的冲突。有时 O 型父母把孩子当作自己的私有财产，这样的父母就容易遭到他们孩子的强烈反抗。A 型父母不喜欢退位，决不允许自己的权威受到威胁，为此，他们与孩子的对立经常处在非常危险的状态之中。比较而言，B 型父母则比较温和，他们与孩子们比较容易度过逆反期。成年后，O 型人与儿童时代的性格发生了喜剧性的倒转，变得最不容易受到环境的影响了。

O 型人在他们成长的过程中，容易接受外界的影响，培养出自己各种各样不同的个性。一旦他们感到自己已具备独立生活能力并得与自己的能力相应的社会待遇和地位之后，他们就开始表现 O 型人特有的不招人恨的性格，变得落落大方和富有人情味。

改变遗传基因制造优生宝宝！

对遗传因子的研究获益的不仅仅是防控疾病方面，它对改变后代形象和性格遗传方面也有重要的帮助。

通过遗传因子的分析，可以分析并改造体质。所以没有必要苦恼自己的

女儿像自己一样矮小。有些人性格不好，所以经常莫名其妙的发火，这种焦虑而经常发火的性格也是受到遗传因子的影响，所以可以通过碱基序列的改变，这种性格也是可以改造的。并且害羞、小偷小摸等心理行为也可以通过碱基序列的改变而得以治愈。

这并不是空穴来风，所有这一切都是有科学依据的。因为只要把人的遗传因子组合成最优良的因子，人们就有希望生出外貌、智力、体力出众的超级宝宝。

当然，这种使用染色体变异的方法而成功完成重组遗传因子的方法虽有其积极的一面，但它很可能会引发深刻的道德、宗教上的争论。假设通过人的改造确认遗传形质，就会跟有人宣称的那样会破坏生物界的物质间的差异。这种从生理到心理的一致性很难适应外部环境的变化，比如不能很好地抵抗传染病、气候的变化等，所以有可能会对人类导致人类的灭亡。

如果盲目地把这种技术结合到现实生活当中，那会出现遗传因子差别的问题。假设保险公司都通过遗传因子的检查来确认了投保者风险系数，并形成保险额度的差别，这将是一件可怕的事情，这与种族歧视又有何差别呢？据说在美国，这个问题已经成为了社会争论的焦点。调查发现，很大一部分美国人表示即使是通过遗传因子的重组也想给自己的子女遗传最好的遗传因子。这是人类最自然的心理吗？

当刚开始出现“试管婴儿”这个词汇时，很多人都非难这是“末世行为”。这事发生在不久之前，然而到了今天，大部分人都很坦然地接受了试管婴儿。或许我们也可以这样想象，在针对优良遗传因子的争论问题上，人们会重演“试管婴儿”相类似的轻喜剧，最后人们会接受它。

在变化无双的基因革命时代，除了改变碱基序列技术的之外，还有更好

的办法把孩子生得很完美。这是与碱基序列的改变没有关系的。那就是善恶的分辨能力，这是通过美丽的胎教和充分的育儿教育完全可以实现的。

## 宝宝气质的秘密

**你**家的宝宝爱哭吗？你家的宝宝好动吗？其实，每个宝宝都有自己独特的先天气质，不同气质的宝宝，需要有不同的教养方式，只要父母和宝宝取得平衡点，你会发现，宝宝的独一无二，会让你无时无刻都充满感动喔！

采访咨询 / 台北医学大学附设医院复健科职能治疗组职能治疗师萧嫩妮

所谓的气质，是指天生对于各种内在或外在刺激所做出来的行为反应，包括情绪、感受、应对方式和行为模式，是比较属于外显的表征。

### 气质 1 活动量

活动量是指宝宝在一整天的活动当中，所表现出来的动作节奏。萧嫩妮治疗师表示，在儿童健康手册后面有一个评估量表，家长可参考量表中对不同年龄层宝宝的活动量评估，也可以上网下载一些相关测验，为宝宝做出简单的检定；或是跟同年龄、条件相仿的小朋友互相比较，就能大概了解自己宝宝的活动量。

#### 分辨宝宝的活动量高低

俗语说“七坐、八爬”，有了自己独立移动能力（翻身或爬）的宝宝，通常对于外在环境和玩具会开始产生浓厚的探索欲望和兴趣，如果妳发现自己的宝宝看到玩具总是懒洋洋的，或是给予新奇玩具的逗弄也难以引发他们获取或操弄的动作，这样的宝宝可能就是属于活动量比较低的类型；相反地，整天到处探索、似乎一刻都静不下来，就是活动量偏高的宝宝了。

## 好动宝宝充满朝气

活动量比较高的宝宝，给人感觉充满朝气、具有探索性、体力好，但反向思考则是似乎永远都静不下来。面对这样的宝宝，父母先不要认为宝宝为什么总是管不住，甚至觉得他们是过动儿，其实，这些活泼好动的宝宝有活力又有朝气，是很可爱的喔！教养这类孩子，爸爸妈妈可以安排一段适当的时间陪宝宝做些静态活动（涂鸦、组合积木、串珠珠或是说故事），除了带着宝宝一起做，父母本身也应该培养出适当静态休闲活动的习惯，自然而然就能吸引宝宝的模仿和兴趣；另外，平日避免给他们吃一些高热量、高刺激性的食物（油炸食品或含咖啡因饮料）；睡前避免玩太激烈的游戏，才能让他们拥有良好睡眠质量。最重要的是，尝试包容他们一些习惯性的小动作（没事就看他喜欢摸头发或玩小手），在可以忍受的范围内，允许且包容他们去做。只是父母应该注意到活动量比较高的宝宝，会因为好动而提高日常生活的危险性，家中必须做好防护措施，让好动宝宝在和世界互动时也可以很安全。

## 安静宝宝乖巧细心

活动量比较低的宝宝，可能会给人懒洋洋的感觉，体能表现方面通常也比较差，但相对地对于静态活动却很喜爱，做事细心，安静、乖巧又好带养，但相对地，做起事来就会比较缓慢。萧嫩妮老师建议，家长可以陪着宝宝做一些动态活动，因为活动量比较低的宝宝，很有可能是刚开始做不好，影响自信心之后，他们就更不愿意做，因此，和宝宝一起参与，会让他们觉得好玩，进而引发兴趣和自信心。有时候，宝宝的肢体发展没有问题，却懒得玩玩具，这时，父母要观察一下，是不是玩具不够具有吸引力，如果是，就应该多花点心思为宝宝准备更有趣的玩具，才能让他们玩得更开心。

## 气质 2 规律性

规律性指的是宝宝的生理机能，饮食、生活作息是否有规律。如果你发现宝宝的睡觉时间长短不一、每餐喝奶量也不定时，那么，他就是规律性比较低的宝宝；反之则为规律性比较高的宝宝。

### 规律宝宝带养轻松

规律性比较高的宝宝，爸爸妈妈通常可以很清楚了解宝宝睡了多久会起床？每餐要喝多少奶量？当宝宝睡饱饱、也吃饱饱，照顾者就会很轻松。不过，如果生活中需要有一点改变，也许是更换照顾者，或是妈妈临时加班不能准时回家陪伴，而造成原本生活的规律改变，这类宝宝会很难接受；萧治疗师提醒所有爸爸妈妈，面对这类宝宝，父母应该在生活产生变化之前先告知他们，让他们有心理准备，有时间调适自己的心理状态。

### 不规律宝宝容易适应

规律性比较低的宝宝，往往让父母难以捉摸，因为，他们的睡眠时间不固定、喝奶量也不固定，带养起来相对就比较劳累，但优点就是一旦父母训练成功，宝宝也建立起规律，双方都能适应得很好。萧嫩妮治疗师建议，家长应该用鼓励的方式，先帮宝宝规划活动表（稍大可沟通的孩子，更可以和他一起规划），如果宝宝准时完成工作，绝对不要吝啬给予他们鼓励、夸奖，才能提供他们正向发展潜力发挥的机会。

## 气质 3 趋避性

趋避性是指宝宝在第一次接触新的人事物时，反应是接受或是排斥。有些宝宝只要一看到不熟悉的人就尖叫，或是躲在妈妈后面，这是属于趋避性比较高的宝宝；反之，如果宝宝很容易接受新的人事物，就属于趋避性低的宝宝（但请记住，有的孩子可能是驱物但避人）。

### 主动宝宝喜爱尝鲜

属于比较“趋”的宝宝，他们不会排斥新事物，通常也较喜欢主动接触他人，但要特别注意的就是，由于这类宝宝很喜爱接触新事物，相对就容易遇到危险，自己却不知道。家长必须不断叮咛宝宝，教导他们评估自己的能力、如何分辨危险的人事物，如果宝宝个性真的很冲动，父母就必须给他们一些限制，避免发生意外。

### 被动宝宝远离危险

属于比较“避”的宝宝，通常看到陌生的人事物，就会躲在妈妈后面，甚至是看着别的小朋友玩耍，仍然不愿意主动踏出第一步，因此，会明显失掉许多机会。不过，也由于他们不随便接触陌生人，往往能够避掉很多危险。萧嫩妮老师表示，家长应该陪着宝宝接触新事物，避免宝宝一个人面对未知的环境或事物会不知所措、害怕而导致不敢去做，当家长愿意陪着他们去做，教导宝宝如何跟别人相处、如何认识新朋友，他们就会有充分的安全感；此外，必须记住尽量使用以渐进的方式带领宝宝接触新事物，宝宝也会比较容易接受。

### 气质 4 适应性

适应性是指宝宝对于全新人事物的适应度，适应速度是快或慢、程度如何。宝宝适应新环境的快慢，必须与同年龄之间做比较，例如他们碰到新的人、事、物，有的孩子需要三天，而有的孩子却需要三个月的适应期，这便显示宝宝间适应性的强弱差异。

### 宝宝适应环境不恐惧

适应性比较强的宝宝，在新环境中比较不会恐惧，可以接受改变，但缺点就是太容易适应新环境，不好的习惯也会很快就学习起来，家长应该先帮宝宝避免掉一些危险，才能保障他们的安全。例如有些小朋友喜欢在没有保

护下倒着溜滑梯，家长应该避免宝宝习惯这种游戏方式；有些小朋友学会讲脏话，家长则要态度和缓但坚定地告诉他们，这样做不对，或者给予一些适当的惩罚，如下次若再犯，就不会有糖果吃，采取不同教养方式，让孩子慢慢改变不适当的行为。

### 增进宝宝的参与意愿

适应性比较低的宝宝，面对环境中的人事物改变，需要比较长的时间适应，一旦适应，宝宝就能维持良好的适应效果，而且持续下去。萧嫩妮治疗师表示，适应性比较低的宝宝，其实不是无法适应，只是需要的时间比较长，因此，多给宝宝一点时间，不要逼迫他们，才不会让他们因为着急而慌乱。另外，陪着宝宝去做也很重要，带着他们一起参与，可以增进宝宝的自信心和参与意愿。

### 怎样改善孩子的气质

#### 深刻温暖的美好过程

萧嫩妮治疗师表示，当家长为了宝宝的独特个性而尝试改变自己时，其实是一种很深刻、很温暖的感受，因为，你的努力孩子都感觉得到；帮助孩子适应不同的生活，或者费尽心思找出最适合他们的生活方式或彼此间的相处模式，其实是很美好的回忆，因为，给孩子再多资产，都比不上跟孩子一起用心过、努力过的这些酸甜苦辣的过程。

#### 适时给孩子夸奖和赞美

萧嫩妮治疗师提醒大家，爸爸妈妈和宝宝的主要照顾者教养态度要一致，不要让宝宝无所适从；另外，家长要培养幽默感，不要跟宝宝硬碰硬，也不要把事情看得太严重，更不要像对待成人般挑衅孩子（例如对宝宝说：不是不吃吗？怎么现在肯乖乖给我吃啦！）用宽容的心面对他们，也让孩子学习放

轻松；最后，不要吝啬给孩子夸奖，因为，具体的夸赞，能让孩子清楚知道你们有注意他、也了解他。

## 6 大态度让孩子乐于改变

1. 了解孩子、也了解自己。
2. 针对特性去修正宝宝的气质。
3. 父母教养态度要一致。
4. 有耐心地对待孩子。
5. 要有幽默感。
6. 适时给予孩子夸奖与赞美。

# 宝宝的行为与习惯

## 从偏爱的色彩看孩子的性格

**洞**悉孩子的性格，是很多父母的迫切需要。这里介绍一种简易的方法，那就是“依色彩来判断孩子的个性”。这是心理学家阿尔勒对 150 名 2 至 5 岁儿童所作的画进行追踪调查，一年后得出的结论是：色彩与线条各有其固定的心理意义。假如两种具有不同意义的色彩与线条重叠出现在同一画面上，即表示内心里面有两种不同的感情、愿望互相纠葛。

父母可以根据以下原则初步了解孩子性格，但也可能发现，孩子的性格是复杂，而非单一色彩的。

### ■ 喜欢红色

喜爱红色者是个性较强烈的人，精力充沛。其缺点如个性较冲动且感情较丰富。所以，容易引起与异性关系的麻烦事件。

一般来说，小孩子有喜欢红色的本能。如果由喜爱红色转变为褐红色的人，在个性上兼有两者的优点，且能控制其冲动情绪。

### ■ 喜爱粉红色

大部分的女孩子喜欢漂亮的粉红色。如果您所爱的小女儿喜欢粉红色的话，表示您的家庭经济环境在一般水准之上，而且，也象征着双亲爱心的充分表现。

在爱心的保护下，这种女孩子多具备“高度审美观”、“细心体贴”、“优雅”、“柔顺”的特质，亦正是吸引人之处。

### ■ 喜欢黄色

喜爱黄色的小孩，有天才的一面，更渴望追求理想，虽然处事态度较不踏实，

但是反应敏捷。可是此类型者，不容易保持到成年。如果您的子女长大成人，仍然深爱黄色的话，那么，他(她)亦会是个重感情、讲义气并深得他人信任的人。但，请务必特别注意，喜爱黄色，亦有可能有精神分裂的倾向。

### ■ 喜爱绿色

喜爱绿色的孩子，个性上较随和开朗，没什么心机，具有包容宽恕的心胸及强烈的好奇心，而且颇有上进心。

此类型者，成人后适宜于领薪阶层，如能有恒心踏实做下去，也可有成功的一日，许多才气纵横的男孩多属此类型。

### ■ 喜爱蓝色

其责任感较重，处事态度细心周全，内向而不善言辞。

## 性格都写在孩子的脸上

**情**绪是一种即时的心理状态，那么相对应的就是孩子的性格。性格是一个较长的心理状态，可能是几年，也可能是一生。但对于未成年的孩子来说，性格是更容易有变化的。

比如父母会焦急地发现，怎么以前开朗活泼的孩子最近突然特别蔫儿、不爱和别人说话了？以前特别热衷于尝试新鲜事物的孩子怎么突然畏首畏脚起来？诸如此类，等等。当然有负面性格转向正面性格的例子也屡见不鲜。

教育机构的研究表明，性格的转变是有周期性的，而且容易受到外界的干扰而转变。

有教育家提出一种观点，每当孩子性格转变前，脸部表情会提供信号。所以，父母应该加以观察，以做好及时的引导。对于那些不善沟通的孩子，父母平时留意观察，就更加重要。

有专家做过一个非常有趣的实验，让几十个的孩子来画一个人，无论孩子画的是男人也好、女人也好甚至是外星人，无一例外，孩子一定会先画出脸。无独有偶，该专家指出：由于孩子的生理技能尚未开发，性格的转向往往就会由脸部先传达，孩子的潜意识里也会有意识地用脸部去表达想法。

中国戏曲中有脸谱的说法，就是以某些角色脸上画的各种图案，来表现人物的性格特征。

美国教育心理学家保尔·埃克曼认为，孩子的面部表情可分为最基本的六种：惊奇、高兴、愤怒、悲伤、藐视、害怕。

如果父母发现平时总是很内向的儿子近来有时会面带笑容，那么父母就应该想到，孩子也许认识了一个有好感的女生。于是，父母就应该提前准备，如果发现确有其事，让孩子在学习上分心了，该如何加以引导，使孩子重新走上正轨。此类事情的出现，会让内向的孩子有意识地去调整自己的性格，以亲近心仪的女孩子。父母的正确处理，会使孩子从此走向开朗，同时也明白早恋的害处。

我们所说的孩子的脸面不仅是指孩子的长相，主要是指其面部表情。人的面部是精神上获得完整的整体美的关键，孩子尤其如此。因为从面部最丰富的精神性表现中，可以看出孩子的心灵变化。面部结构不可能脱离精神，因为它就是精神的直观表现。面容是精神的体现，也是性格的象征，它与躯体有着明显的区别。

面部很容易表现出柔情、胆怯、微笑、憎恨诸多感情。而身体相对于面部，尤其相对于眼睛而言，却居于较次要的地位，尽管它也可以通过动作和造型来表达性格，但仍然是不足以与面部相比拟。

### 孩子的脸型与性格的关系

父母对于自己孩子的模样可谓是再熟悉不过了。孩子的眼睛、鼻子、眉毛在家长的眼里都是那么的完美和栩栩如生。

其实，孩子的脸型往往和遗传有很大的关系，但是先天的脸型随着后天的生活状态、社会环境、个人经历的不同，也会发生较大的变化。教育心理学家通过大量的统计资料研究发现，孩子的脸型在一定程度上可以反映出某些性格。

### 1. 圆脸

大家常将拥有小圆脸儿的孩子叫“小胖墩儿”，他们模样可爱。这种脸，肌肉厚实而浑圆，而这种孩子好相处，待人亲切，与人交往的能力较强。这种脸型的孩子总是很乐观，准确地说，他们看起来就是一副乐天派的样子，这都是拜圆脸所赐，再配上笑容，简直什么都打不垮他们的感觉。这类孩子对周围环境感到安然惬意，所以永远是和气、有趣、可亲的。

教育学家建议，如果您的孩子是圆脸类型的，那么在与他们交流时，最应该注意的就是要成为他们的忠实听众，因为乐观的他们不知道什么是忧郁，乐于把所见所闻所想都向父母说。当然，并不是说圆脸型的孩子当中没有忧郁派，家长要根据自己孩子的实际情况来教育他们。

### 2. 瓜子型脸

这种脸型多见于女孩儿，是秀气的代名词，最著名的瓜子脸属于《红楼梦》中的林黛玉。拥有这种脸型的女孩子，通常具有犹豫的气质，平时不太爱与别人说话，但和熟悉的人往往会打开心扉，如果父母可以用正确的方式培养与她们的感情，那么她们也将与父母无话不谈。如果父母从小就用苛刻的态度要求她们，那么长大后，这类孩子也会变得十分苛刻，甚至刻薄。

此外，这种脸形的孩子有着很好的顺应性，富有理性，是个理性主义者。

特别要强调的一点是，这种孩子自尊心很强，如果被伤到自尊，不管程度轻重，他们都会倍受打击，并且对伤害他们的人心存仇恨，所以这类孩子的家长要注意：无论怎么生气，也不要说伤害孩子自尊心的话语。否则，孩子很伤心，后

果很严重。

### 3. 倒三角脸

这种脸型的轮廓是，额头宽，脸形随着往下巴的方向慢慢变窄，形成倒三角型的脸孔。

有这种脸形的孩子和他的身体有关，他们的身体多半也是细瘦、娇小的体形。他们做事多半一丝不苟，有的孩子可能还会有洁癖。他们有很强的虚荣心，喜欢受人瞩目，同时也很关心引人注目的事物；性情中有优柔寡断的一面，还有细腻而浪漫的一面，大多数会带有难以接近的气质，因而使人感觉难以相处。

### 4. “国”字脸

这种脸形方正，宽大的下巴和发达的脸颊骨是这种脸形的主要特征。

这种孩子对任何事物都表现出积极的态度，意志力坚强，即使碰到很大的困难也能很振作。他们性格外向，富有行动力，正义感强烈，不喜欢迁就，决不委屈自己，因此缺乏一定的通融性；对于已经决定的事情会坚持到底，异常执着，容易与人有冲突，不过很讲义气，有人相求可以鼎力相助。

### 5. 细长型脸

脸形长，下巴呈四角型，而鼻子和口就显得小，这种孩子对细微琐事考虑得比较周到，对研究有一定的热忱，擅长与人交流，如果有一技之长，那将是他最好的职业。对人谦恭、周到、有礼貌，乍看起来通情达理，其实很难表达清楚自己的心意，因此在与人交往时会造成些麻烦。

作为读懂孩子的基础，家长首先要仔细观察孩子的面部表情，即孩子的五官，它们都在无形中传递着孩子不计其数复杂而又微妙的信息，可以真实、准确地反映出孩子的气质、情绪、性格、态度等等。如果你是一个心思细腻、观察力强的家长，那么与孩子说话前，迅速收集信息、综合做出判断、洞察孩子内心，一分

钟足够了。

### 孩子脸型与性格的趣味测试

各国教育学家对孩子脸型与性格之间的关系做了大量研究，他们普遍认为脸部在孩子的成长中发挥了非常重要的作用。

爱尔兰学者柯林斯提出，与儿童时代相比，随着年龄的增长，大部分孩子的脸会变得更短更宽，他们的下巴也会慢慢增大，脸颊和眉毛逐渐突出，脸看起来就逐渐摆脱了幼稚的感觉。他还做了一种非常有趣的解释，即一个孩子脸部的发育史就是这个孩子的成长史。

柯林斯把整个脸庞比作孩子的心智，随着脸庞的变宽，孩子的心智也逐渐成熟；而下巴则代表孩子的感情，下巴慢慢增大，感情也随之丰富起来，对于男孩子来说，“长出第一根胡子那一刻，他们开始对异性产生好感”；而脸颊和眉毛的突出，则表示孩子的个性开始分明，可能将要进入叛逆期。

柯林斯的朋友，加拿大布鲁克大学心理学系主任贾斯汀·卡尔，研究了孩子脸部特征与主动性、进取心这两项特质的关系。为此，他做了3组实验。第一组的实验对象是100名青少年志愿者，第二组和第三组的实验对象分别是初、高中篮球队队员和橄榄球队队员。

卡尔和他的助手首先对志愿者进行PSAP测试（这是对孩子执行力指数进行实验室测定的一种方法），再对这些青少年志愿者的面部拍照，测量宽高比，然后与PSAP测试结果进行对照。

在对这100名青少年（70名男孩，30名女孩）的测试中发现，脸部宽高比越大，男孩的执行力越强，而不符合这一规律的比例仅为6%；女孩不存在这种规律。卡尔说：“我们吃惊地发现，男孩面部宽高比的结果和PSAP的测试结果居然有关联，似乎测量一下面部尺寸就可以知道他是否有执行力，这也直接关系到他们未来事

业的发展。而在随后的两个实验中，这个结论得到了印证。”

卡尔说，选择篮球或橄榄球队员作为实验对象是因为，这是两种进攻性非常强的运动，而且在很多国家普及率非常高，因而有很强的普遍性。在比赛过程中运动员可以合理地运用规则争取进球。

在这两个实验中，卡尔收集了 125 名初、高中篮球队队员和 112 名橄榄球队队员的照片。卡尔说：“这些照片来自学校的网站，我们剔除了一些不规范的照片。”经过计算脸部宽高比后发现，宽高比越大，也就是脸越宽的队员，越能发起进攻，在场上也很积极。

#### 四类个性宝宝性格转型方案

每个宝宝都有自己的个性，孩子在很小的时候细心的家长就能看出他某方面的性格，比如外向还是内向、好动还是好静等。对于家长教育来说，宝宝的个性固然需要弘扬，但是宝宝的某些个性如果家长任其发展甚至鼓励其发展的话，可能就会发展成为任性，甚至会影响其将来的交往能力。以下提供四类个性宝宝性格转型方案供家长参考。

##### 1、消极型宝宝

##### 肯定他的积极行为

个性描述：这类孩子平时表现沉默、孤僻、害怕生人。他们看上去很讨人喜欢，一般不会缠着父母要这要那，更不会对某些新奇的事物提出问题。

建议：平时个性比较消极的孩子，通常身体比较虚弱。这类孩子常会因小事而情绪紧张，在孩子每一次情绪紧张过后，父母要想方设法帮助孩子放松心情。这种类型的孩子，特别需要父母的鼓励和支持，所以，即使是孩子犯了不可饶恕的过错，父母也要谨慎行使惩罚手段。

转型做法：在生活中，如果孩子有积极主动的表现，父母都要用温柔关切的

语气表扬他。做父母的还可以经常问孩子一些问题，譬如在孩子看书时，可以对他提出问题：“你喜欢看哪一本书？”看完后，可以问他：“喜欢书中哪一个人物？”这样做可促使孩子做出思考和选择。

## 2、好动型宝宝

### 给予耐心的鼓励

个性描述：好动型的孩子常常不愿意独自呆着，他们喜欢跑来跑去，连喊带叫，直到自己筋疲力尽。由于过高的反应性和兴奋性，他们往往注意力不集中，不守纪律，很难适应受到约束的生活。

建议：这类孩子通常坐不住，安静地坐下来读书对他们来说是一件很困难的事。通常他们对某件事情的兴趣在短时间里就会消失。对这种类型的孩子，父母尽量不要埋怨他们，而是帮助孩子找出他喜欢做的事情。

转型做法：如果孩子喜欢看动画片，父母可以在孩子观看前先提些问题，譬如“这部片子中的主人公是谁？”等等，还可以建议孩子先看这部动画片的配套书籍，这样他会很有兴趣地接受，同时还能激发他读书的兴趣。也可以多陪孩子进行棋类、拼图游戏或是手工劳动等，起初孩子坚持不了多久，父母应当耐心地鼓励孩子，并且对孩子游戏中的成绩给予热烈地回应。

此外，在孩子做游戏前，父母可以替孩子制定任务，在孩子完成任务后，父母在检验成绩时可适当地吹毛求疵，以此逐渐培养孩子的责任心。

## 3、张扬型宝宝

### 偶尔进行冷处理

个性描述：这类孩子特别喜欢提问题，并且爱刨根问底，喜欢在别人面前表现

自己，贬低别人。

专家认为，这类孩子如果不加以正确引导，发展下去很容易变得以自我为中心，成为独享主义者。

建议：如果父母对孩子提出的问题一时难以回答，那就等找到准确答案后再回答。不要介意说“我不知道”，记住，永远不要欺骗孩子。在生活中，要特别注意对孩子进行道德品质教育。

转型做法：父母偶尔的冷淡态度，对于个性张扬的孩子来说没有坏处，但是做父母的永远不要对孩子说：“离我远点，我不喜欢你。”父母可以在孩子犯了错误后对他说“你今天让我很伤心”等等的话，这样可以让孩子知道，自己的错误行为惹父母生气了。当然，父母答应孩子的事一定要兑现，切不可食言。

#### 4、虚伪型宝宝

建议和表扬相结合

个性描述：这类孩子虽然也喜欢问为什么，但他们的内心更看重父母对他们作出的肯定评价，所以，他们对问题的结果往往并不看重。如果父母问他们：“你最喜欢的是苹果还是梨？”这类孩子通常会反问：“你喜欢什么呢？”

建议：这种类型的孩子往往很听话，他总想讨好父母，让父母高兴。对于这样的孩子，做父母的一定要將建议和表扬相结合。生活中多训练他做独立的选择，提醒孩子选择时不要受到旁人意见的干扰，倡导孩子的主动性。

转型做法：在个性培养方面，父母要鼓励孩子对某一件事说出自己的真实想法，而不要过多顾虑父母乃至旁人的意见。提醒孩子不要总是注意周围人对自己的印象和评价，要走自己的路。

此外，做父母的要经常真心诚意地表扬孩子的优点，在给孩子布置任务时，父母可以采取直截了当的方式。

## 宝宝交朋友技巧是关键

**孩**子交朋友发生困难，爸妈不是责备或代替他处理就能解决问题。唯有观察孩子的特质、经常倾听，才能提供孩子最适合的关键技巧。

### 状况 1、交不到朋友怎么办

“我不要去学校，都没有人跟我玩。”这是孩子不肯上学常见的理由。新入园的小朋友如果个性比较内向或爱哭，就不容易很快融入群体中。也有一些孩子是长期都抱怨没有朋友，可就牵涉到孩子的特质、行为了。

解决方案：先了解孩子背后的问题，例如：是每天都没有朋友一起玩，还是只有某一天；趁着接送孩子时，听听别人眼中的他是怎样的小朋友。

孩子加油站：打扮干干净净、学会一种拿手游戏、练习说：“我也要玩。”

### 状况 2、吵架了怎么和好

“今天玩扮家家酒，没让安安当公主，她就生气不跟我玩了。她还骂我最讨厌！”明明是好朋友，却可能因为一时的行为而吵架。有些孩子会因此伤心、难过，有些会另结新欢，大多数孩子在小小年纪倒不会记仇吵到底，有时争吵完后，因为下一个活动是彼此都喜欢的，又慢慢玩在一起了。擅长表达的孩子可能还会说：“那你下次不可以那样骂我！”

解决方案：和朋友争吵，心里一定难受。爸妈可以表达自己理解孩子难过的想法，例如：“吵架真不好玩！”同时要帮助孩子理清“两人在吵什么？”“想要跟朋友说什么？”也许可以画一张图表达想法送对方，千万不要代替他决定还要不要交这个朋友。如果孩子在吵架后一直被拒绝，觉得很沮丧，就需要先重建他对自己的肯定，然后才做下一步的沟通，例如，可以说：“如果是妈妈，也会很难过，

可是妈妈会想想班上还有谁可以做我的好朋友。”让孩子懂得朋友可以互相选择。

孩子加油站：能说出朋友的优点缺点、练习写卡片、能跟不同朋友一起玩。

状况 3、朋友一定要很多吗

“今天小文生病没来，我自己一个人玩。我画了一张问候卡给他喔！”有些孩子是领袖型或万人迷，人气指数超级高，但也有些孩子只跟特定的孩子玩。大部分爸妈总是鼓励孩子多交一些朋友，不要只跟几个人在一起。其实，只有少数玩伴的孩子，也许才能交到真心的好朋友，甚至是从小到大持续往来的朋友，成为一种安定心灵的力量。

解决方案：

爸妈要让孩子知道，“受欢迎”不是用来骄傲、产生优越感。当受到大家喜欢时，更应该用这样的特质来帮助别人。

而只跟少数人作好朋友的孩子，爸妈可以观察孩子之间具备哪些特质。例如：都喜欢玩拼图、下棋；有没有欠缺什么？例如：不喜欢运动游戏，这时就要找机会培养新的兴趣和能力，增加和其它不同特质朋友一起玩的机会。对于有时喜欢独处的孩子，无论是安静看书画画，还是一个人溜冰打球，爸妈都应该欣喜，因为能够“独处”，也是一种重要的能力。孩子知道自己有好朋友，很满足，就不用为他担忧。

孩子加油站：

能独自玩、关心朋友并具体表达、和好朋友一起学新鲜事。

## 男孩和女孩的 10 种不一样

**我**们都知道男女有别，但是这些小伙子和小姑娘们的差别到底在哪儿，谁更擅长算术？谁更容易沟通？谁的情感更复杂？谁更容易受伤害？我们又该如何“配合”

这些差异，给成长更好的帮助呢？

近十年来的很多理论告诉我们，之所以男孩喜欢玩儿枪，女孩喜欢玩儿娃娃，都是成年人和社会在后天加给他们的性别特色，而不是他们的本性。这是真的吗？

案例分享：

其实，只要问问那些既养过男孩、也养过女孩的人，你就会知道他们到底有没有差别，差别是不是天生的。

我的朋友菜菜就是被很多人羡慕的龙凤胎妈妈，她说儿女表现出来的差异，是她永远不可能改变的——她从来不给儿子买玩具枪，但是有一天小伙子居然从家里的栅栏上抽出一根木条作剑，又过了些日子，从某个哥们儿家“借”回一把冲锋枪。而她的女儿正好相反，小姑娘每天花上很多时间去料理她玩具之间的家务事，对于弟弟那些外出猎奇的行为一点儿都不感兴趣。菜菜觉得自己什么都没做，可是孩子还是按照自己的血液里的东西成长……

男孩和女孩大脑发育的差别，早在胎儿时期就已经开始显现，并且随着出生后的生活和学习，进一步向各自的方向进行大踏步前进。

我们认为，虽然父母在教养方式上可能有意识地存在一些差别，比如对女婴说话更多、更轻柔，和男孩打打闹闹得更频繁。但是很多科学研究表明，男孩女孩的差别在相当程度上由生理基础决定。通过高科技扫描就可以发现，男孩、女孩的大脑都会有某些部位比对方相应的部位更发达、更忙碌。当宝宝还在妈妈子宫里时，大脑的这些部位就已经开始在激素的影响下发生不同变化。

随着孩子的成长，这种天生的性别差异将会对孩子的学习有所影响，并且不断强化。而反过来，学习的本身也在改变着大脑的机能发育。因为当孩子玩耍和学习的时候，相对应的脑细胞就会更加活跃且随时更新，而那些不经常使用的部

分将会逐渐退化萎缩。

那么，男孩和女孩的差异究竟存在于哪些方面呢？

### 1. 语言能力：

女孩的句子，会比男孩的来得更早、更长、更复杂

一项研究表明，女性的大脑对于语言会加工得更加缜密。这就可以解释，为什么女孩通常比男孩说话要早，而且表达能力更好。学龄前阶段，她们更早说出句子，内容也更长更复杂。进入到小学后，女生在阅读和写作上的成绩通常也比男生要好。

### 2. 空间思维能力：

男孩发育得更好，因此他们的数学成绩也会更优秀

男孩大脑中负责空间感知能力的部分，要比女孩发育得好，所以男孩在立体思维上要比女孩更优秀。法国一项针对 2 岁孩子的对比研究显示，21%的男孩可以用积木搭出一座桥，而只有 8%的女孩可以完成这项任务。空间思维能力是比较显著的男女差异之一，它从儿童时代一直到成人阶段都有明显的显现。在学校里，男孩的数学成绩通常比女孩好，特别是在几何领域。当然，能力和成绩不是对等的，数学成绩好的男孩固然比女孩多，但成绩差的也不少。

### 3. 动作能力：

男孩在大运动方面领先，女孩在精细动作上占优

更好的空间感使得男孩在运动能力比女儿更加发达，他们平均会比女孩早 3 到 4 个月开始奔跑和跳跃。但是在精细动作的发育上，男孩要比女孩慢，这也是大脑相应部位的差异造成的。所以女孩会更早地被肯定为心灵手巧，画画、拉拉链、写字都是她们的强项。

### 4. 玩具偏好：

男孩更喜欢机械性和有空间感的玩具，女孩则热衷于人的问题

好的空间能力还体现在男孩更倾向于玩那些运动性的玩具，比如汽车、球类以及其他的可以穿越空间的玩具。这一点不单在人类身上有所体现，在动物实验中，公猴子对车类的玩绝表现出强烈的偏好。而女孩恰巧相反，她们喜欢娃娃，尽管在这一点上她们没有男孩喜欢汽车那样的单一和专注。可以说，当男孩对机械着迷的时候，女孩把更多的注意力放在了人的身上。

## 5. 情感特征：

女孩更复杂，男孩更直接

在女孩的大脑中，负责表达和处理复杂情感(如忧伤和幻想)的区域更发达，相对而言，男孩大脑中对于一些简单、直接情感(如恐惧和愤怒)的区域更加大。这就是为什么那些让女孩感觉沮丧的东西，男孩往往却无动于衷，而他们更容易在争斗中被激怒。这些大脑结构上的差别还可以用来解释为什么女孩更容易理解和感受别人的情感，她们在三五岁的时候就能够表现出考虑问题更加周到的特质。相反，男孩表现得更加直接和对抗，他们经常放弃口头表达而选择肢体动作来解决问题。但从另一种意义上讲，男孩打得多忘得也快，而女孩就比较容易记仇了。

## 6. 游戏方式：

男孩在追跑打闹中获得快乐，女孩喜欢“婆婆妈妈”的内容

2岁开始，男孩比女孩表现出明显的身体活动性，他们更爱奔跑、跳跃，做一些需要摸爬滚打的游戏，从来不会安安静静地站在某处聊天。不要把男孩子的打斗全部归结为攻击性，相反，那些打打闹闹的男孩之间关系相当不错，有时候他们的打斗行为甚至是友谊的一种表现。同样是玩过家家游戏，女孩子喜欢一些家庭生活的内容，而男孩子则倾向于表现生死毁灭的大题材。男孩喜欢强有力的形象，所以他们会喜欢超人。

## 7. 安全问题：

男孩的主动伤害更多，女孩因为最危险所以最安全

因为从小到大都受到严格的保护，听到严厉的警告，所以女孩的生活反而相对安全。就在女孩们英雄无用武之地的时候，男孩们的能量正在极大地发挥。他们非常喜欢危险和高难度所带来的刺激，所以总会尝试做出头朝下滑滑梯，在楼梯上玩儿滑板，乃至翻墙、跨沟之类的危险动作。在她们看来，他们简直是疯了。

## 8. 压力的承受力：

男孩是“短跑选手”，女孩的持久性更强

动物实验告诉我们，短期压力对于男女所造成的影响正好相反：它会增强男性的记忆力，削减女性的记忆力。因此，男孩在阶段性压力下(比如期末考试)会学得更好。而女性的大脑对于长期压力的承受力更强，所以当女孩遭遇父母离异等痛苦时，表现出来的适应性也更强。此外，男孩女孩面对失败时的态度也有很大差别。如果一次考试成绩差了，女孩会觉得是自己的能力不行，而男孩通常说是没有准备充足。

## 9. 听觉能力：

女孩优于男孩

很多基础研究显示，女孩的听力通常强过男孩。这种细微的差别在婴儿期的听力筛查中是很难被察觉的，但是等到他们上学以后就会表现得比较明显了。专家认为，可能是听力稍弱，使得男孩们在课堂上表现得更加精神涣散。

## 10. 视觉能力：

男孩对于运动的物体敏感，女孩则侧重在色彩和纹理方面

通过对动物进行的研究显示，视网膜上的细胞很早就受到性激素的影响，所

以男孩和女孩的视觉能力从生命之初就开始不同。还有一些研究表明，男性的视网膜对于运动的物体更加敏感，而女性的视网膜则侧重在色彩和纹理方面。因此，女孩子喜欢用明快的色彩画花和蝴蝶，男孩喜欢用灰暗一些的颜色描摹汽车或太空船。

### TIPS: 当我们知道了“他”和“她”的不同

#### \* 男孩和女孩表现出来的差别，不能排除环境因素

作为一个儿科医生，从男婴和女婴各自的发育指标中可以看到很多不同。但是这些不同肯定是被我们的养育方式所强化。所以如果我们不能杜绝那些对性别角色的社会定位，我们就很难研究他们完全本质的不同。因此，我们永远不可能真正地评定在没有任何条件和预期的情况下，这种先天差别究竟会发挥多大作用。

——儿科医生

#### \* 请让女孩面临挑战

父母们的处理方式，人为地强化了很多孩子的性别行为差异。比如，当女孩抵触某项挑战(比如体育运动)的时候，父母们绝对不会像对男孩的态度那样去推动她尝试。而没有这种推动，女孩们就丧失了那些她们完全有能力完成的挑战和提高。而我不认为这对女孩而言是件好事。——儿童心理学家

#### \* 请关注男孩的情感

从性别角度，孩子可分为两类：男孩和女孩，但是不要忘记，男孩有很多种，女孩也有多种，而每一种都会有不同的性格和需求。在工作当中，我感觉男孩最缺乏而我们最忽视的两点是：更多的爱抚和更多的交谈。男孩比我们想象得需要更多的身体接触。当他们还小的时候，可以在需要的时候提出要求。但是如果他们长大一些了还想要抱抱，大人们就会觉得不舒服，担心男孩没有男孩的样儿。而在父母的这种态度下，男孩也就渐渐不再提要求了。而当他们试图在同

伴身上表达需求时，又会被大人看成有侵略性而加以制止。——儿童行为学研究者

# 宝宝导购

## 启蒙教育：宝宝学英语

**星**级推荐产品：问学堂-[妈咪语宝宝英语](#)

### 产品介绍 类母语浸沐式婴幼儿英语培养课程

妈咪语宝宝英语由全球知名的国际心理学与教育学联合会联合问学堂、中国科学文化音像出版社集合众多婴幼儿教育专家、英语教育专家以及美籍口语专家精心研发，运用最前沿的语言发展教育理念及方法，为中国 0-6 岁的宝宝 倾力打造。妈咪语宝宝英语不是要让宝宝学习英语知识， 掌握单词或语法，而是紧抓婴幼儿语言启动关键期，让宝宝置身于纯妈妈语式英文环境中，帮助宝宝建立类似于母 语的英语音位范畴，激发英语言语知觉，培养英语语音感， 学英语如学母语。

### 八大特点 领跑儿童英语教育

- 帮助宝宝建立**英语音位范畴**，形成**英语言语模式**。
- 类**母语**学习方式培养宝宝**英语语音感**。
- 紧抓宝宝 0-6 岁语言启动**关键期**。
- **浸沐式**学习方式，助力宝宝形成英语的**母语语感**。
- 美籍口语专家独特的**妈妈语**演绎。
- 神奇的**启智音乐**，开发宝宝**大脑潜能**。
- 完全模拟**母语学习环境**，打开学习英语的耳朵。
- **最前沿**语言学习理念，国内外**知名专家**精心研发。

优惠价代码: F3066

[狂点此处立即抢购→](#)

是不是担心孩子输在起跑线上,而又不知所措?

**天才宝宝,是听出来的**

每天45分钟,宝宝开口就能说英语!

全国统一零售价  
¥498

特惠价

**¥268**

IAPES 国际心理学与教育学联合会

问学堂 联合 中国科学文化音像出版社

**为中国宝宝量身打造**

IAPES

学习爱上问学堂  
asktang.com 问学堂·问学堂·问学堂

中国科学文化  
音像出版社



适合0~6岁儿童 | 公告: 庆祝热销2周年优惠酬宾, 现在起每套优惠价格为268元, 并且还可在我们为您准备三大赠品中选择一款你们最喜欢的珍品大礼。



订购热线:

**400-604-8808**



服务时间:

每日08:30-22:30

网络或电话订购  
货到付款, 方便快捷

立即  
订购



我们承诺  
无效退款

#### 产品介绍 类母语沉浸式婴幼儿英语培养课程

妈咪语宝宝英语由全球知名的国际心理学与教育学联合会联合问学堂、中国科学文化音像出版社集合众多婴幼儿教育专家、英语教育专家以及美籍口语专家精心研发, 运用最前沿的语言发展教育理念及方法, 为中国0-6岁的宝宝倾力打造。妈咪语宝宝英语不是要让宝宝学习英语知识, 掌握单词或语法, 而是紧抓婴幼儿语言启动关键期, 让宝宝置身于纯妈妈语式英文环境中, 帮助宝宝建立类似于母语的英语音位范畴, 激发英语言语知觉, 培养英语语音感, 学英语如学母语。

#### 八大特点 领跑儿童英语教育

- 帮助宝宝建立英语音位范畴, 形成英语言语模式。
- 类母语学习方式培养宝宝英语语音感。
- 紧抓宝宝0-6岁语言启动关键期。
- 沉浸式学习方式, 助力宝宝形成英语的母语语感。
- 美籍口语专家独特的妈妈语演绎。
- 神奇的启智音乐, 开发宝宝大脑潜能。
- 完全模拟母语学习环境, 打开学习英语的耳朵。
- 最前沿语言学习理念, 国内外知名专家精心研发。

优惠价代码: **F3066**

[狂点此处立即抢购→](#)

## 智力开发玩具推荐

### 商品导购:



#### 麦田拾(识)字 幼儿早教右脑快速识字教材光盘

幼儿 30 天学会 1000 个汉字的方法:

将每一个汉字变成卡通图像! 快速掌握一套终身受用的快速学习, 快速记忆的思维方式!

一口价: **288.00** 元 [购买→](#)

#### 木制玩具 益智玩具 数字 拼图拼板 早教 认知 颜色形状

木制益智玩具 可爱小动物



一口价: **129.00** 元 [购买→](#)



#### 标准《双语世界名画卡》正反覆膜圆角(s 杜曼闪卡/早教/认知卡)

博爱宝贝的《双语世界名画卡》目前是国内质量最好的

一口价: **398.00** 元 [购买→](#)