第一图书网, tushu007.com

<<宝宝的身体会说话>>

图书基本信息

书名：<<宝宝的身体会说话>>

13位ISBN编号：9787512701267

10位ISBN编号：7512701268

出版时间：2012-6

出版时间：中国妇女出版社

作者：刘青

页数：186

字数：160000

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

<<宝宝的身体会说话>>

内容概要

《宝宝的身体会说话(新手妈妈学婴语必备手册)》针对新手父母的困惑，分析宝宝的身体语言所表达出来的意思，讲妈妈最关心的事，帮妈妈给宝宝最好的照顾！

在编写的过程中，我们对内容进行了细致的划分：
第一部分，侧重讲宝宝常见的面部表情语言，主要有两种，一是哭，二是笑。
针对宝宝的不同哭声和笑声，给出必要的指导，包括怎样的哭或笑表达宝宝怎样的需求，父母该如何配合宝宝的这种需求等内容。

第二部分，主要讲宝宝社交中常见的面部表情。
宝宝成长到三四个月的时候开始有了社交意识，此时父母应根据宝宝表现出来的面部表情和心理，进行有针对性的训练，帮宝宝度过认生这一阶段。

第三部分，侧重讲宝宝常见的动作语言，诸如握拳、蹬腿、摇头、喊叫、撇嘴、双手晃动、脚趾弯曲、转动头部、吸吮舌头、见到阳光打喷嚏、睡在爸爸妈妈之间时使劲张开双臂等，这些常见的动作都代表着宝宝的需求。
父母通过对本部分的阅读可以更深入地了解宝宝，从而运用到日常的育儿中。

第四部分，主要讲解1岁内宝宝的常见体态语言。
这部分内容根据宝宝的成长过程进行了系统的分类，针对性强，使用价值高。

第五部分，精心为父母准备了宝宝的异样身体语言。
这些异样的身体语言意味着宝宝生病了吗？
我们对常见的异常身体语言进行了汇总和分析，父母可以根据宝宝表现出来的细节进行判断。

宝宝的身体语言很多，父母该如何回应呢？
本书的第六部分则汇总性地介绍了如何回应宝宝的这些身体语言，内容不多，但是非常实用。

最后，《宝宝的身体会说话(新手妈妈学婴语必备手册)》在结尾附录部分介绍了“宝宝的便便会说话”。
因为便便是宝宝健康的“晴雨表”，父母应养成定期观察宝宝便便的习惯，对判断宝宝是否健康有着重要的意义。
本书由刘青主编。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

刘青，曾为《小公主》《米老鼠》等杂志撰写专栏，回复孩子们的各种来信。
著有《青少年适应社会的健康心态》《育儿细节全接触》《0～3岁宝宝体检不能不知道的436个细节》《家庭自助幼儿营养指导手册》等图书。
创办布石头游戏早教亲子中心，该中心以健康育儿理念为准则，尊重孩子天性，让孩子在游戏中学习，在快乐中成长。

第一图书网, tushu007.com

<<宝宝的身体会说话>>

书籍目录

第一章 宝宝最常见的面部表情语言
哭——宝宝天生的沟通方式
 短而有力的哭——饥饿
 哼哼唧唧的哭——有便意
 烦躁不安的哭——可能是渴了
 不舒服的哭——换尿布吧
 突然哭声长而响——消化不良
 无声无息的哭——情绪不好
 紧张不安的哭——妈妈上班了
 无聊的哭——一为了爱与交往的需要
 哭声较缠绵——闹觉
 焦急的哭——受到过度刺激
 TIPS：将宝宝的哭泣减到最少
笑——宝宝成长成熟的“标尺”
 认识新生儿期宝宝的笑
 了解宝宝笑的含义
 培养爱笑宝宝
 爱笑的宝宝智商高
 少笑的宝宝可能缺铁
 逗笑宝宝的小方法
 TIPS：解读宝宝第一年的笑
第二章 宝宝社交中常见的面部表情
 疼痛——找到根源，将伤害降到最小
 羞涩——警惕影响宝宝社交能力的因素
 恐惧——让宝宝明白怎么回事儿最重要
 好奇——诱导宝宝发现问题的源头
 开心——培养乐观宝宝，成就美好情绪
 反感——避免反感才能增进亲子沟通
 愤怒——想尽办法让宝宝平静下来
 TIPS：宝宝面部异常，可能是疾病
第三章 宝宝最常见的动作语言
 握拳——姿势不同，意思不同
 蹬腿——不舒服或是新本领
 摇头——不一定是缺钙
 喊叫——可能有烦恼
 撅嘴、咧嘴——可能要便便
 双手晃动——悠然自得
 瘪起小嘴——需求没得到满足
 跟随妈妈转动兴部——“我多么爱你呀，妈妈”
 吮吸舌头、嘴唇——“我饿了，赶紧给我吃的”
 玩弄舌头，吐泡泡——需要自己的时间
 见到阳光，喷嚏连天——鼻子有点痒痒
 睡在爸爸妈妈之间——现在是我的睡眠时间
 TIPS：宝宝周岁前的动作语言
第四章 宝宝最常见的眼神语言

第一图书网, tushu007.com

1岁前宝宝常见的眼神语言
关注宝宝害怕的眼神
了解宝宝独特的眼神
完整视觉系统的五大目标
TIPS：1岁前眼睛的神奇生长
第五章 1岁宝宝成长中的体态语言
1个月宝宝：有张嘴、后仰、屏气、踏步等原始生理需求
2个月宝宝：出现第一个社会性微笑
3个月宝宝：身体语言逐渐增多
4个月宝宝：躺在床上咿咿呀呀地玩时会突然停下来
5个月宝宝：动作大变样
6个月宝宝：睡着后有时抽泣，继而大哭而醒
7个月宝宝：双手高举，身体和脑袋都很用劲儿
8个月宝宝：看看玩具，再看看妈妈
9个月宝宝：盯着陌生人哼哼，两只手握成小拳头
10个月宝宝：抓小哥哥的衣服，摸小哥哥的脸
11个月宝宝：冲妈妈扭，继而大哭
12个月宝宝：心理活动增多，更爱表达
TIPS：宝宝身体语言发展的3个阶段
第六章 宝宝异样的身体语言
揉耳朵是耳朵感染了吗
拉屎脸红是便秘吗
坐立不安是长尿布疹吗
表情严肃是缺铁吗
把奶瓶推开是吃饱了吗
笑是很愉快吗
只哭不流泪，不一定就是不伤心
玩时眼神散开，是累了吗
瘪起小嘴，是受了委屈吗
长得慢，是缺少营养吗
宝宝体温不正常，需要去医院吗
脸色不正，是健康受损吗
睡偏头了，需要矫正吗
眼神异常是怎么回事
宝宝的舌头为什么不正常
宝宝呼吸困难是有咽喉病吗
宝宝小腿弯曲是腹痛吗
宝宝老吐泡泡是肺炎吗
TIPS：宝宝耳鼻喉不适常见症状
第七章 回应宝宝的肢体语言
不断和宝宝说话
不说话也要有面部表情
学会抚摸你的宝宝
轻柔地摆弄宝宝的胳膊和小腿
提供适合宝宝的语言交流
正确进行身体语言的开发
正确应对宝宝的哭

第一图书网, tushu007.com

锻炼宝宝的社交语言
TIPS：通过肢体语言训练宝宝的人际交往
附录 宝宝的便便会说话

章节摘录

宝宝在睡觉前或快睡醒时哼哼唧唧地哭，哭声不太大，有规律，比较缠绵，甚至有些不安。
稍大点儿的宝宝常常会用手揉眼睛、鼻子，或者哭哭停停，这就是人们常说的闹觉。
　如果是宝宝要睡觉，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；如果是睡醒了，父母不要见宝宝哭就抱，可以轻轻拍拍他，给他哼哼歌，让他感到安慰，慢慢地就不哭了。
　宝宝经常闹觉往往是缺乏心理安全感造成的。
父母从小培养宝宝有规律的生活，对宝宝克服瞌睡有一定的帮助。
睡觉、吃饭、洗澡和外出散步，是宝宝一天最主要的几项活动。
宝宝在第一年里的变化是很快的，每一个时期对于爸爸妈妈来说都有不同的照料重点。
了解这一切，并给宝宝以最全面和精心的照顾，可减少宝宝的哭闹。
　1.0～2个月　一天当中，宝宝约有16个小时的时间是在睡眠中度过的。
他还不能区分白天和晚上，反复着吃奶睡觉、睡觉醒来又吃奶的生活。
　(1)睡觉　这个时期，宝宝通常是睡几小时就起来喝一次奶。
早晨，睁开眼睛后用温热的毛巾给宝宝擦擦脸，尽量让他能够沐浴到早晨的阳光。
白天让宝宝在有阳光的室内度过，晚上睡觉的时候不要开灯。
宝宝逐渐就可以形成规律的作息。
　(2)外出散步　宝宝满月后可以开始短时间地沐浴室外的阳光。
随着季节的变化做适当的时间调整，逐渐延长宝宝每次在室外活动的时间。
　(3)吃饭　对于未满月的宝宝，可以让他想吃多少就吃多少，想什么时候吃就什么时候喂他。
从1个月左右开始，宝宝会渐渐养成一定的吃奶习惯，所以当宝宝哭的时候，要想想他是要吃奶还是因为别的什么原因。
两次喂奶的间隔至少要有1～1.5小时。
　(4)洗澡　洗澡可以保持身体的清爽，最好每天都洗。
每次洗澡的时间不要过长，以免引起宝宝的身体疲劳。
　2.3～4个月　到三四个月大时，很多宝宝睡觉和醒来的时间是按照昼夜区分的。
如果还没有形成规律，父母要帮助他区分昼夜。
每天的散步时间也应该固定下来。
　(1)睡觉　这个时期，宝宝体内的生物钟会按照一天24小时去调整了。
生活也会按照昼夜之分变得越来越有规律性。
有的宝宝甚至晚上不需要喂奶就可以熟睡一夜。
白天熟睡晚上又不能入睡并不是宝宝的个性，爸爸妈妈要帮助宝宝纠正过来。
　(2)饮食　考虑到5～6个月的时候将要开始的辅食添加，喂奶间隔可以在一定程度上稍微加长一些。
但一天喂奶5～6次是最基本的，并要有规律。
为给添加辅食做准备，可以帮宝宝开始练习使用勺子了。
　(3)外出散步　因为白天连续醒着的时间变长了，所以可以让室内游玩更加充实，并把散步当做每天的必修课。
每天散步20分钟的时间是必要的，但是最长不要超过1小时。
　(4)洗澡　除了避开喂奶前后的时间以外，在宝宝身体舒适、妈妈方便的时间都可以洗澡，并尽量保证基本上在同一时间沐浴。
　3.5～6个月　宝宝对昼夜的区分能力进一步增强，白天睡觉的次数和时间以及晚上睡觉的时间渐渐固定。
越来越多的宝宝晚上不需要喂奶了，白天的时候会很活跃地玩。
有的宝宝已经开始翻身了，运动量会进一步增加。
这一时期，要养成散步的规律，开始添加辅食。
　(1)睡觉　晚上的时候把房间灯光调暗，并唱儿歌给宝宝听，温柔地拍他入睡。

帮宝宝养成良好的睡眠习惯对于他的健康来说很重要，也可以使爸爸妈妈轻松很多。
这时宝宝一天的合计睡眠时间基本上在15小时左右。
(2)饮食　肠的消化能力和嘴的运动能力都有所加强，到了该开始添加辅食的时候了。
喂辅食可以在两次喂奶间，宝宝尽量保证每天在同一时间进行。
(3)外出散步　宝宝的好奇心变得旺盛起来，因为外面的世界充满了吸引力，所以每天要保证固定的时间外出散步。
去公园等地方的时候不要只是抱着宝宝或是只让宝宝坐在推车里，还可以让他和妈妈一起坐在长椅上，宝宝会觉得非常开心。
外出时间在30分钟到1小时比较好。
(4)洗澡　洗澡时间也要开始固定。
最晚也要在晚上20点以前洗澡，按照洗澡一喂奶一睡觉的流程，把“21点能睡熟”作为目标。
如果发现洗澡后宝宝兴奋得难以入睡的话，就要试着把洗澡时间调得再早一点儿。
P19-22

媒体关注与评论

小师有点爱哭，哭的花样还挺多，有的时候短而有力，有的时候哼哼唧唧，还有的时候显得特别焦急。
只要他一哭，全家人就都特别紧张，不知道该怎么办。
看了这本书终于明白了，小师的各种哭原来有不同的含义，再也不用乱着急了。
——小师妈妈　乐儿从出生就不老实，大家都说她是爱动的小美女。
她躺在自己的小床上，握拳、晃小手、蹬腿、撅嘴，看着她可爱的小摸样，真想知道她到底在想什么。
小区的宝宝妈推荐我看了这本书，原来乐儿的这些动作真的都是有不同的意思，就像我们大人在说话一样。
——乐儿妈妈　我家瑞瑞已经3个月了，平时跟小区的宝妈们聊天，发现当妈妈真不容易，这家的宝宝老揉耳朵，那家的宝宝拉臭的时候总是脸特别红，每个宝妈都有发愁的事儿。
有一次，泛儿妈妈说她看了一本书《宝宝的身体会说话》，里面讲了宝宝的各种情况，推荐大家看看。
果然，看完后弄明白了很多一直困惑的问题，很受益。
——瑞瑞妈妈

编辑推荐

初为父母的我们每天都在为宝宝的这些小动作或开心，或担心，或伤心……宝宝的感知器官在不断发育，心理需求在逐渐增多，随之出现更多的身体语言。
诸如好奇时、羞涩时、恐惧时、开心时、反感时等，他们都会有不同的表现。
握紧小拳头、蹬腿、摇头、双手晃动，都在表达什么内容呢？
《宝宝的身体会说话(新手妈妈学婴语必备手册)》针对新手父母的困惑，分析宝宝的身体语言所表达出来的意思，讲妈妈最关心的事，帮妈妈给宝宝最好的照顾！
　本书以简洁的语言和超强的实用性引导父母更好地了解宝宝的情况，关注宝宝的心理和身体健康，呵护宝宝健康地成长。
本书由刘青主编。

第一图书网, tushu007.com

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