

<<上班族育儿最佳方案>>

图书基本信息

书名：<<上班族育儿最佳方案>>

13位ISBN编号：9787535772947

10位ISBN编号：7535772943

出版时间：2012-10

出版时间：湖南科技出版社

作者：张佳美 编

页数：322

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>

<<上班族育儿最佳方案>>

内容概要

《上班族育儿最佳方案》是一本专门面向上班族妈妈、爸爸的育儿类图书，从上班族妈妈的需求出发，全书内容涉及饮食指导、日常生活护理、疾病预防与治疗、亲子教育、亲子交流等内容，对上班族女性如何育儿进行全方位的指导。

<<上班族育儿最佳方案>>

作者简介

张佳美，陕西妇幼保健院副主任医师，毕业于西安医科大学。
从事妇产科及妇女保健工作20余年，擅长妇产科疾病的诊断和处理、孕产妇营养保健及运动指导、孕前检查、更年期保健。
在国家级及省级医学期刊发表论文15余篇。

<<上班族育儿最佳方案>>

书籍目录

第一章 上班族妈妈必须牢记的经验谈

别让“愧疚感”成为工作的绊脚石

不要将自己夹在工作与宝宝中间

注意自己的职场形象

上班族妈妈管理时间巧安排

上班族妈妈提高亲子质量方法多

隔代教育不能替代亲子教育

宝宝生病期间如何协调工作

寻找育儿的好帮手

让周末过得更充实

简单上手的辅食制作工具

第二章 0—28天

饮食营养同步指导

将妈妈宝贵的初乳给宝宝

哺乳妈妈会吃，奶水质量高

判断新生儿是否适合使用奶瓶

正确的喂奶姿势

判断母乳是否充足

人工(或混合)哺乳

夜间喂奶次数应适当

给宝宝补水

正确挤奶的方法

特别关照早产宝宝

.....

第三章 28天—2个月

第四章 3—4个月

第五章 5—6个月

第六章 7—8个月

第七章 9—10个月

第八章 11—12个月

第九章 13—15个月

第十章 16—18个月

第十一章 19—21个月

第十二章 22—24个月

第十三章 2岁—2岁半

第十四章 2岁半—3岁

附录

<<上班族育儿最佳方案>>

章节摘录

版权页：插图：宝宝从睁开眼睛后，就开始模仿大人的表情了。

我国一位儿科老专家曾对一个刚出生的宝宝做过一次实验，他先与宝宝互相注视，然后慢慢伸出舌头，稍候片刻，宝宝居然也伸出了舌头。

刚出生的宝宝没有照过镜子，但是他看到大人这么做，就立刻能联想到自己身体的具体定位。

这种模仿行为不仅存在于实验当中，如果妈妈仔细观察就会发现，怀中的宝宝也在用自己的方式模仿大人的表情。

宝宝两个月左右，视力范围变广，喜欢立体的人，当他注视大人的面部表情时，双眼往往集中在对方的眼睛和嘴上，然后按照他们所见来改变自己的眼睛和嘴的表情。

例如，在模仿悲哀表情时，宝宝会紧缩眉头，撅起小嘴；模仿喜悦表情时，他又会舒展眉头，将嘴角向两侧咧开。

宝宝的这种面部动作是语言能力发展的初级阶段，当他熟练掌握了这项“特殊技能”后，就会向大人传达自己的想法。

方法一：在宝宝情绪良好、稳定时抱着他，面对面，在他面前做张口、吐舌等多种表情。

当宝宝无意中做出某种表情时，妈妈也可以温和地追随或模仿，并且把自己摆在婴儿的位置上时，这样宝宝做出的反应和模仿行为就明显增多。

妈妈对宝宝做表情时，也可以加上一些小动作。

例如：吐舌头时做大猩猩捶胸的动作，微笑时摆出花朵的手势，这对宝宝牢记语言很有好处。

方法二：准备一些彩色脸谱，如小动物或人物。

当宝宝注意力集中在形形色色、色彩鲜艳的脸谱后，妈妈可以将这些脸谱左右挪移，吸引宝宝追看。

方法三：当宝宝偶尔因为吧嗒小嘴或者吐泡泡发出声音时，妈妈要立刻看着宝宝的小脸，并面带微笑，热烈地模仿宝宝的声音，积极给予回应。

训练提示 为了使宝宝接收到足够的刺激，更快展开模仿行为，妈妈可以采用游戏方法进行引导，不要做对着宝宝做一些恐怖的表情，以免影响宝宝的心理发育。

<<上班族育儿最佳方案>>

编辑推荐

《上班族育儿最佳方案》作为亿万上班族爸爸、上班族妈妈最佳参考指导书。

工作不能放弃，育儿同样重要！

两者之间难道真的存在不能调和的矛盾？

当然不是！

《上班族育儿最佳方案》给您提供行之有效的方法，告诉您一系列平衡工作与育儿关系的方法，并以此为基础，介绍非常实用、简单的操作方法，如制作辅食、照顾生病宝宝、宝宝日常护理等，用以简化程序、提高效率、减轻劳动强度。

让您利用有限的时间参与宝宝成长的全过程，与宝宝建立深厚的亲子感情。

很多休完产假后就必须回到职场的上班族妈妈，在面对育儿时往往陷入两难的境地：一边是工作，一边是宝宝，不论是把宝宝交由父母带养，还是自己放弃工作全心照顾孩子，效果却都不理想。

为什么？

新的育儿理念和技巧，提倡“生养教为一体”的价值理念，帮助上班族妈妈从容应对及化解工作与育儿中可能出现的矛盾。

<<上班族育儿最佳方案>>

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>