

<<照顾我的第一个宝贝>>

图书基本信息

书名：<<照顾我的第一个宝贝>>

13位ISBN编号：9787539040448

10位ISBN编号：7539040440

出版时间：2011-6

出版时间：江西科学技术出版社

作者：陶涛

页数：237

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>

<<照顾我的第一个宝贝>>

内容概要

初为父母，你是否已经做好了准备？
是否遭遇过不知所措的境况？
当小宝宝睡觉时，你是否有过到底让宝宝侧卧好还是仰卧好的困惑？
你是否产生过这样的焦虑——宝宝到底想要干什么？
为什么他总是哭？
他“呀呀”地到底想要说什么……初为父母，你也许会面临许多困惑，掌握《照顾我的第一个宝贝》中20堂课的知识，你也可以轻轻松松做父母。

<<照顾我的第一个宝贝>>

书籍目录

第一课：新手父母要多补充“心理营养”上课啦——好心情迎来好宝宝1.怀孕，你做好心理准备了吗2.准爸爸的心理功课3.宝宝的心理教育从子宫里开始4.影响宝宝成长的N种父母行为课堂小结——父母关系不良对宝宝心理的影响

第二课：育儿观念必须与时俱进上课啦——新旧育儿观念的碰撞1.每个孩子都是天才2.世上没有两片相同的叶子3.不必做《十万个为什么》4.了解宝宝的敏感期课堂小结——新手父母育儿不能照搬书本

第三课：给宝宝创造一个良好的环境上课啦——给宝宝一个幸福的家1.影响宝宝精神成长的家庭垃圾2.用哪一种爱来爱孩子3.家长权威是家庭民主的前提4.别让孩子变成物欲狂课堂小结——给孩子一个自由的成长空间

第四课：做好角色定位，隔代养育达到双赢上课啦——教育宝宝要统一思想1.祖辈育儿扬长避短2.解决育儿中的婆媳矛盾3.宝宝养育也需要爸爸课堂小结——隔代教育防误区

第五课：重视宝宝营养、聪明、健康吃出来上课啦——宝宝的成长需要全面的营养1.母乳喂养理智进行2.科学断奶3.不同年龄，不同饮食4.打破宝宝饮食潜规则课堂小结——饮食安全不能放松

第六课：做宝宝的日常护理师上课啦——生活护理重在细节1.新生儿护理一点通2.宝宝的衣物常识你懂多少3.给宝宝洗个健康澡4.做好宝宝的清洁工作课堂小结——不同季节，不同护理方法

第七课：父母是宝宝最好的家庭医生上课啦——宝宝为什么会无缘无故地生病1.什么疾病最喜欢找宝宝的麻烦2.婴幼儿常见病家庭护理3.宝宝吃药有讲究4.宝宝什么时候应去医院课堂小结——不同季节易发哪些疾病

第八课：宝宝睡眠不可忽视上课啦——宝宝在睡眠中长大1.给宝宝选一个合适的枕头2.哄宝宝睡觉的妙招3.不要给宝宝养成这样的睡眠习惯课堂小结——纠正父母关于宝宝睡眠的错误观点

第九课：防止意外，保护宝宝安全上课啦——造成宝宝意外伤害的危险因素1.为宝宝打造无安全隐患的居家环境2.对宝宝的安全教育必不可少3.常见家庭意外伤害的预防措施4.常见户外意外伤害的预防措施课堂小结——意外是可以预防的

第十课：掌握急救知识，做宝宝的急救护理师上课啦——急救也要有准备1.宝宝外伤处理常识2.出血、触电怎么办3.骨折、扭伤怎么办4.中毒、呼吸道异物怎么办课堂小结——小儿家庭急救原则

第十一课：宝宝智力开发从负1岁开始上课啦——找到宝宝智力开发的黄金期1.胎教，智力开发的起点2.与胎宝宝一起享受胎教3.宝宝智力开发全攻略课堂小结——家庭环境造就天才

第十二课：激发宝宝的语言智力上课啦——宝宝语言发育进程1.抓住宝宝语言敏感期2.解读宝宝的特殊语言3.提高宝宝语言能力的方法4.激发语言天赋从促进听觉开始课堂小结——不要让宝宝陷入语言开发的误区

第十三课：游戏的真谛，让孩子爱上学习上课啦——寓学于戏1.会玩才会学2.爸妈是宝宝的游戏伙伴3.将大自然作为课堂4.培养宝宝多方面的能力课堂小结——玩具中的秘密

第十四课：重视性格培养，把握宝宝未来上课啦——0~6岁是宝宝性格形成的关键期1.幼儿期需要得到及时干预的不良性格2.怎样培养性格开朗的宝宝3.新手父母应知的良好性格培养途径课堂小结——培养宝宝良好性格从细节做起

第十五课：培养宝宝的独立能力，书写成功人生上课啦——从小培养宝宝的独立性1.做智慧的“懒”父母2.宝宝的独立性从“衣”开始3.让宝宝自己独立思考课堂小结——被束缚的松紧度决定孩子成长的差距

第十六课：好习惯使宝宝受益一生上课啦——婴幼儿时期应该帮助宝宝养成哪些好习惯1.怎样帮助小婴儿养成好习惯2.让宝宝养成好习惯的策略3.会让宝宝变笨的N个坏习惯课堂小结——好习惯决定宝宝的未来

第十七课：让宝宝在善行上下工夫，成为品德高尚的人上课啦——宝宝应该受到品德教育1.体罚的真实作用，你知道吗2.培养宝宝的同情心3.直面真实，不撒谎课堂小结——宝宝出现不良行为怎么办

第十八课：培养宝宝与人交往的能力，勇敢迈出人生第一步上课啦——社交对宝宝的重要性1.警惕宝宝患上社交恐惧症2.找到人生中的第一个好朋友3.宝宝之间的矛盾怎么处理课堂小结——宝宝社交中被欺负怎么办

第十九课：明白宝宝的情感需求，提高宝宝的情商上课啦——打好宝宝EQ启蒙战1.培养宝宝情商的手段2.让宝宝学会表达情感3.提高小婴儿情商的亲子游戏课堂小结——抓住培养宝宝情商的关键期

第二十课：加强沟通，父母与宝宝亲密互动上课啦——实现良性沟通的三个锦囊妙计1.亲子沟通的策略2.宝宝最讨厌这几种“误解”3.宝宝为什么爱Say No课堂小结——宝宝最讨厌的沟通方式

<<照顾我的第一个宝贝>>

章节摘录

你现在是否该要孩子 是否想要孩子与是否该要孩子之间是有分别的。是否想要孩子是一个基础的思想，如果不想要孩子，那么也没必要考虑是否应该了。

- 1.你前五个人生愿望是什么，是否都与家庭和子女无关？
- 2.最近觉得工作特别忙或者很操心？
- 3.最近心情有些莫名的烦躁？
- 4.最近与老公或老婆关系不太好，有点冷战的意思。
- 5.最近晚上总是做不好的梦，每天醒来心里都是闷闷的。

如果你们对这五个问题所给出的答案中有三个或三个以上是否定的，那么就说明你们现在处于“想要宝宝”的心理状态之中，并且基本上已经处于适合孕育的心理阶段。

这五个简单的问题，实际上是在考察你们的内心需求、承受能力、当前心理状态与潜意识状态。人生愿望中有家庭和孩子，才是会在日后的生活中重视家庭和孩子的人。

工作不顺心可以换，孩子不让人顺心却换不得，比工作更烦琐的养育孩子的过程最考验人的心理承受能力。

心情的烦躁与夫妻关系的紧张会直接影响精子与卵子的最佳状态，此时受孕，有可能对宝宝的日后发育造成影响。

如果存在这种问题，那么这个孕育的计划还是延后进行为好。

梦里梦外皆郁闷，这是潜意识中的心理状态，能让你发现自己在每天的快乐之余原来还是有些小愁绪的，这也会影响你的心情。

这些你都能做到吗 想要孩子并且处于良好的心理时期就可以开始实施孕育计划了吗？暂时还不行。

为什么呢？

还要判断一下你们是否已做好一些与生活切实相关的心理准备。

- 1.孕前就要对宝宝有强烈的爱，你能做到吗？
- 2.孕期要杜绝大部分饮料，你能做到吗？
- 3.你能抛弃大部分“可口”的食物吗？
- 4.你能不烫头发、不涂指甲、不化浓妆吗？
- 5.你能改变原来的生活方式，试着给将来的宝宝一点时间吗？

这五个问题需要你们完全做出肯定的答案。

因为这关系到宝宝是否能在妈妈的体内拥有一个完全健康的生长环境，不受到任何来自外界的影响与威胁。

事实证明，在期待中迎来宝宝的准妈妈，孕期更平稳，胎儿发育更健康，分娩更顺利。

而那些意外怀孕或者将怀孕视为意外的准妈妈，即使在宝宝出生后，母爱逐渐加强，但与前者相比，将来宝宝的性格和心理同样会有不小的差距。

饮料中大量的咖啡因及酒精能通过胎盘作用于胎儿，影响胎儿的神经系统发育，造成畸形或骨化不全。

此外，碳酸类的饮料对于孕期来说简直是个灾难，因为它会将人体内大量的钙质带走。

海鲜、火锅、烧烤、辛辣食物、罐装食品、烟熏制品、鸡精、味精、油条、芦荟、人参、桂圆、山楂、蛇肉、蛙肉等食物能给人带来新奇的口味，但它们可能含有的寄生虫、过敏源，以及含量大的刺激性调味品，有可能导致体内微量元素的流失，对于准妈妈和胎宝宝都是个威胁。

所以，这一切你都要抛开。

爱美是女人的天性，但化妆品中的化学制剂却不会顾及宝宝的“天性”，它会威胁到胎儿的正常发育。

为了宝宝，你也得放弃。

这些看似只与准妈妈有关的问题，需要准爸爸的大力协助。

一起期待宝宝的来临，帮准妈妈准备天然、营养、口味清淡的食物，告诉素颜的准妈妈她从来都没有

<<照顾我的第一个宝贝>>

这样美丽过……当然，还要包括与准妈妈一起调整生活习惯。

十月怀胎，再加上准备孕育的时间，这真是个漫长的时期！

准爸妈不正确的生活方式会在这漫长的时间里对宝宝造成潜移默化的影响。

准爸妈的生活习惯不规律，宝宝出生后也会表现出明显的特点，准爸妈经常处于嘈杂的环境中，宝宝出生后一定爱躁动，所以，为了宝宝，你们必须调整。

<<照顾我的第一个宝贝>>

编辑推荐

新手父母大课堂开班啦！
20堂课解开新手父母的诸多困惑。
轻轻松松，不再做菜鸟父母。
彻底消除上班族父母的育儿烦恼，帮助宝霉度过其人生中最脆弱的阶段，健康成长！

<<照顾我的第一个宝贝>>

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>