

<<宝宝这一年>>

图书基本信息

书名：<<宝宝这一年>>

13位ISBN编号：9787564057749

10位ISBN编号：7564057742

出版时间：2012-7

出版时间：北京理工大学出版社

作者：侯魏魏

页数：243

字数：220000

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>

## &lt;&lt;宝宝这一年&gt;&gt;

## 前言

综述：“天使与人”——1岁的孩子是天使，也是人。对1岁宝宝用小天使来形容一点儿也不过分，一个可爱小生命的降临，给家庭带来了无限的欣喜，成了家中的至宝。

可是，同时他也是一个难以“琢磨”的人。

有的时候，他比较好侍弄，给他吃上奶或换上干爽的尿片，他就满足了，要么呼呼大睡，要么玩耍上半天，可爱极了。

有的时候，他又是那样的不可理喻，这样侍候也不行，那样照顾还是哭闹，好像是故意在同爸爸妈妈作对，弄得你身心疲惫，然而他还是不满意。

刚出生的小宝宝，还比较好对付，只要让他吃饱，及时换上尿片，他就心满意足了，这个时候，睡觉是压倒一切的任务，即使爸爸妈妈有些照顾不周，他也不太计较。

一是来不及计较，瞌睡虫逼着他赶快闭上眼睛；二是他的需求也不大，提不出什么额外的要求。

这时，爸爸妈妈感到苦累的是要勤洗尿布，频频地喂他吃奶，基本上没有整块的休息时间。

总的来说，快乐还是占主流的。

当宝宝睡着后，那粉嘟嘟的小脸任你亲吻，甚至轻轻掐一下也没有关系，他在睡梦中还能咧开小嘴笑一下，仿佛做了香甜的美梦。

宝宝到了3~4个月时，出落得更加可爱，眉眼已经长开，大眼睛也有神了。

只要醒来，就喜欢和爸爸妈妈用眼神交流，愿意待在爸爸妈妈的怀里享受亲子甜蜜的时光。

同时，宝宝的脾气也见长了，不再满足吃吃喝喝，他追求更多的享受了。

在还不能开口提要求时，就用哭声来提出要开饭、我尿湿了、我还不睡、我要到外面看风景。

如果是粗心的爸爸妈妈，就难以猜中宝宝的这些不同需求，更谈不到及时呼应和满足了，宝宝自然会大发脾气，用更大、更不耐烦的哭叫来表示自己的愤怒和抗议。

这对爸爸妈妈来说可是一个严峻的考验，他的哭声包含着太多的信息，爸爸妈妈如果不能及时“破译”，猜透他的小心思，他就会“不依不饶”。

到4~5个月时，当宝宝看到小火车钻山洞时，就会惊奇地盯着山洞入口：咦，火车没了？

他没有想到往山洞里看一看，对他来说，藏起来的物体就等于不存在。

5个月后，他就能发现“躲在后面”的东西了，明白消失的东西并不等于没有了。

大约6个月的时候，宝宝的视觉可以调焦距了，他们的视力越好，就越能准确地地区分周围人的不同。

他们已经能从几米远处认出爸爸妈妈，此时他也能判断出谁是让他害怕的陌生人。

当宝宝能爬会走时，随着各种能力的快速发展，不仅需要爸爸妈妈帮助解决温饱问题，精神层面的需求也与日俱增。

他已经朦胧地知道自己是谁，对这个世界有了基本的了解，外界的太多诱惑令宝宝不再满足做爸爸妈妈的小可爱，而是要自己探究这个世界，自己开创一片新天地。

从宝宝嗷嗷待哺，到他能走向这个世界，宝宝第一年的变化之快，犹如过山车般不可思议，几乎每一天他都能增长一项本领。

作为爸爸妈妈，是否跟得上宝宝飞速发展的“步伐”是很关键的。

这就要爸爸妈妈在平时的生活中对宝宝多观察，与他多交流，及时了解宝宝不同时期的不同要求，并予以及时的满足。

可以说，在宝宝的整个1岁时期，爸爸妈妈必须能看懂宝宝的心，这是做爸爸妈妈的第一年里的必修课程，否则，就难以成为一个合格的爸爸妈妈。

最关键的是，宝宝在这一年里，如果他的需求不能及时得到满足，对他的身心发展都有极大的负面影响。

1岁的宝宝很少提出额外的要求，他们比较容易满足。

不要把宝宝的人生第一年看得过于轻松，除了要照料好他们的生理需求外，在生活中，爸爸妈妈也需要在心理和行为上予以积极的引导。

因为宝宝的各方面发展都处在齐头并进的萌芽阶段，就像春天里绽放的各色小花儿，每一个都需要予以及时的阳光普照和雨露的滋润，偏废或忽略某一个方面是不行的，会造成不可挽回的缺憾。



## <<宝宝这一年>>

### 内容概要

1岁孩子的心理特点是什么？

需要通过别人对自己需求的满足来确定自己是安全的；  
需要通过触摸、品尝才能对某个事物建立直接的联系；  
需要通过频繁的重复来加深因果关系的建立，如频繁开关门等。

- 。
- 。
- 。
- 。
- 。

那么我们应该怎样去照顾和引导1岁的孩子？

根据第一点，我们知道不能对孩子的哭泣采取不予回应的态度；  
通过第二点，我们知道不能阻碍1岁宝宝的什么都吃的行为；  
通过第三点，我们知道不能厌烦1岁宝宝的重复行为。

- 。
- 。
- 。
- 。
- 。

这本书的重点在于全面系统的讲述每一岁的宝宝的心理特点，再根据这些特点给家长关于教养方法上的建议，同时给出智力、认知、游戏方面的方案。  
为每一岁的孩子量身定做，更有借鉴意义。

1岁主题：建立牢靠稳固的安全感！

他是从天堂掉下来的天使，  
他第一次感受到疼、感受到无力、感受到无助，  
他那么害怕，以至于不能忍受你一秒钟的缺席，  
他那么依赖，想要全心全意和你在一起，  
这就是一岁的婴儿。

他正在通过你的爱感受这个世界，  
在漫长的一岁，你就是他的整个世界。

<<宝宝这一年>>

作者简介

侯魏魏

中国科学院儿童发展与教育心理学专业博士，对现代幼儿心理与家庭教育中常见问题有较深了解

。在0~12岁儿童发展及教学方面，有独到的见解和看法。  
现在一家教育中心从事家庭教育咨询工作。

## &lt;&lt;宝宝这一年&gt;&gt;

## 书籍目录

## Chapter 01 开放的内心——1岁幼儿的心理关键点

生命从无到有，意味着一切可能。

1岁的幼儿从出生的一如“白纸”到渐渐能够听懂大人们说什么，小小的他或哭、或笑、或怡然自得、或拉着妈妈的衣角不放手，心里到底想些什么呢？

或许在这里，你能找到答案。

强烈的依赖感

心理与认知发展飞速

永不满足的需求

无他的世界

他的动作透漏了他的内心世界

神奇的记忆力

牙牙学语——1岁幼儿的语言发展进程

多彩的情绪

## Chapter 02 宠溺与爱——和1岁幼儿的相处与沟通

宠溺与爱是父母给1岁幼儿最好的礼物，当然，这份礼物也能给幼儿和父母带来友好而积极的相处与沟通。

1岁的小宝宝，还没有建立任何评价系统，所以就算爸爸妈妈再怎么宠溺他、爱他，也不必担心教坏他。

相反，1岁的幼儿很需要这种无尽的宠溺与爱。

别对他说“不”，只需“转移”

尽可能多的肢体接触

给他找一些1岁的小朋友

做好小宝宝的“保镖”

理解孩子传达的信息

微笑是最好的语言

宝宝有需求一定要呼应

安全感，不得不提的“大防”

婴语，实现与宝宝的完美沟通

## Chapter 03 自由与规律——1岁幼儿的生活

在宝宝1岁的时候，除非父母刻意去修正他们的生活作息，否则他们基本上还是习惯于胎宝宝时期的作息与习惯。

困了就睡，饿了会要食物，需要温暖而洁净的环境，这是他们最稳定的生活常规。

当然，不管你有多希望孩子成为一个优秀的人才，此时都还有时间，没有必要让孩子经受太多的训练。

睡宝宝的“睡”生活

温暖、洁净，一个都不能少

玩，每日的必修课

户外生活趣味多

让宝宝走

宝宝会用杯子喝水喽

小勺带来的乐趣

## Chapter 04 发现与引导——1岁幼儿的性格“萌芽”

## &lt;&lt;宝宝这一年&gt;&gt;

1岁幼儿的小小身体里隐藏着各种可能，任何一个苗头都有可能成为日后他们的主要性格，关键是看父母如何发现与引导。

1岁幼儿心理、思维、智力的发展尚未完善，但其中有些积极的品质已经崭露，成为最早性格教育的契机。

父母应抓住这个契机，发现幼儿身上积极的方面，并及时引导。

告诉孩子对和错，会让他安心

爱的萌芽——1岁幼儿的爱的引导

1岁宝宝“宽养”好——敏感性格早预防

满足也要有技巧——训练1岁幼儿的耐心

保护好1岁幼儿的信任——信任也是一种能力

适当满足1岁幼儿的“口”欲——口唇性格的预防

Chapter 05 自然轻松的教与学

???????????????? ——1岁应该进行的智力培养

1岁幼儿的智力培养不必刻意，但爸爸妈妈如能以幼儿思维的方式引导，比如在孩子高兴的时候，有意识地给孩子读儿歌或儿童喜爱的诗歌，利用有趣的声音、图画资料等，这些知识都将存在于幼儿的大脑，并刺激幼儿的思维发展，让幼儿变得更聪明。

这就是所谓的早教。

不过这样的早教并不需要刻意为之，“顺”幼儿思维之发展“辅助”之，效果最好。

适合1岁宝宝的诗歌学习

红绿黄——和1岁宝宝一起认颜色

洋娃娃会唱歌——1岁幼儿的无意识音乐熏陶

英语动画光盘——1岁幼儿英语环境塑造

1岁宝宝爱听的故事

和1岁宝宝一起快乐阅读

Chapter 06 婴儿也“难缠”

???????????????? ——1岁幼儿最令人头疼的教养难题

1岁的孩子似乎什么都听父母的，恣意地度过单纯而快乐的人生第一年，然而即使如此单纯而简单的婴儿，还是会给父母出些令人头疼的教养难题。

爱唱反调怎么办

6个月时会遭遇认生问题

半夜不睡觉的问题

吃饭跟着跑

宝宝不爱说话

宝宝变成“小暴力”

小小婴儿也“吃醋”

超爱翻箱倒柜

Chapter 07 以感官为主的练习性游戏

???????????????? ——1岁孩子玩的益智游戏

1岁幼儿的学习都是从游戏中获得的，游戏是他们的课堂，也是他们的生活。

不过，1岁幼儿的思维特点决定了他们只对那些以感官为主的不断重复的练习性游戏产生兴趣，其他的游戏，即使非常有趣，他们还是没有兴趣。

走来走去游戏

动作练习性游戏

<<宝宝这一年>>

1岁幼儿手指操  
指认物品游戏  
排列游戏  
找找看游戏  
分类游戏  
爬行游戏  
藏猫猫游戏



## &lt;&lt;宝宝这一年&gt;&gt;

## 章节摘录

心理与认知发展飞速突飞猛进的第一年刚出生的小婴儿，基本上是一个一天到晚只知道睡觉的小生命。

他对周围发生的一切都漠不关心，除了用哭叫向照顾他的父母或亲人提出要求以外，很难有肢体动作的表达。

大大的眼睛只能看到大约20厘米远的地方，他是无所畏惧的，即使他面前有一条吐着信子的毒蛇，也浑然不觉危险。

他除了没有防御（躲闪）能力外，感知上也是比较弱的。

3~4个月后，躺在襁褓中的“小粉团”逐渐不安分起来，他开始不安于静静地躺卧在那里独享那份“自得”和“宁静”，而是要追寻妈妈的身影，希望参与到周围这个热闹又充满神秘的世界，想看新奇的色彩，听悦耳的声音。

他笨拙地翻动着沉重的身体，目的就是要看看这个世界，听听这个世界。

当他长到1岁时，就会变成一个眼睛明亮、好奇心极强、浑身充满活力的小家伙，他们喜欢到处走来走去，并开始学着用单个单词与爸爸妈妈进行沟通，在道别时会说“拜拜”，小手还会配合地摆动。

想要他的玩具熊时会说“熊熊”，也能把玩具扔出去。

想要外出，伸手就去推门，不再依赖爸爸妈妈。

这时，爸爸妈妈就需要费些力气，操些心了。

告别躺卧时代的小婴儿，如同获得了解放，他们想说、想看、想闻、想尝、想摸，他要动用一切感官去感知这个多姿多彩的世界。

通过感知，他开始有心机，心智得到了飞速的发展。

尽管他对父母给自己的装扮无可挑剔，却喜欢站在镜子前欣赏自己。

他是在臭美吗？

显然不是，此时他的审美意识还很淡薄。

他是在镜子里认出了自己，知道镜子里的那个可爱的小人就是他本人，而不是像从前那样，跑到镜子后面去找同自己面对面玩耍的小朋友。

1岁，多么神奇啊，从一个对外界几乎毫无反应的“小粉团”，到翻滚爬动的“小东西”，再到满地乱跑的精灵古怪的可爱小人，仅仅用了一年的时间。

他的变化之快，令没有经验的爸爸妈妈既欣慰又是那么的力不从心，因为孩子变化得太快，而照顾孩子的爸爸妈妈反应又总是慢了半拍。

宝宝的心理和认知的巨大变化当宝宝冲你微笑时，父母心里的那种幸福感油然而生，而宝宝也会被爸爸妈妈的亲切问候所触动，否则他们就不会用微笑来作为感情的回报。

这说明宝宝的心理和认知，如感觉、知觉、注意、想象、思维、情绪等都在发展。

不要以为几个月的小宝宝对于你的感情付出是无动于衷的，其实，宝宝一出生就已经具备各种感觉了，只是他的这些感觉还处于初级阶段，随着大脑机能的不断发展，并在丰富的环境刺激影响下，宝宝的各种感觉会迅速发展起来。

在婴儿的所有感觉器官中，眼睛是最活跃、最主动、最重要的感官。

对新生儿来说，除了睡眠时间，他们都在积极地运用眼睛察看周围的环境，收集信息。

但世界在他的眼里，只有两个空间：够得着的和够不着的。

凡是小胳膊碰不到的地方都很模糊，而近处的东西，大约是20~30厘米的距离，他可以看得清楚些。

2~3个月的婴儿，视觉已经比较集中而灵活，能够对人脸或彩色画像长时间地集中注视和微笑，他们喜欢和爸爸妈妈对视，仿佛只有注视才能使外界与他的小世界建立起联系。

等到婴儿6个月时，他的视觉功能在许多方面已接近成人，他们能够注视距离较远的物体，如天上的飞机、月亮、街上的行人等，他们对于这个色彩斑斓的世界十分感兴趣，总是看不够，眼睛到处瞄着。

婴儿的听觉几乎和视觉同时出现，刚出生后不久的新生儿就有听觉反应了，会转头去寻找声源，但还不懂得辨别声音。

## &lt;&lt;宝宝这一年&gt;&gt;

3个月的婴儿已表现出对音乐的喜爱，给他听那些节奏欢快的儿童乐曲，小宝宝会呈现出欢快的表情。

4个月后，他就能分辨出成人的声音了，当听到妈妈的声音，他就会表现得欢跃，而听到陌生人的声音就会有恐惧或拘谨感。

等到宝宝七八个月时，他能听出音乐里不同的音调，听到熟悉的声音时，还会有模有样地去模仿。

1岁左右的宝宝已经能够听懂爸爸妈妈的指令，会按照爸爸妈妈的口令作出不同的行动反应了。

婴儿与生俱来的对不同味道的反应，对他的生存有着重要意义。

宝宝刚出生时就有味觉了，1个月以内的婴儿能辨别香、甜、柠檬汁和奎宁等不同味道。

他对甜味最偏爱，对于苦、辣、酸、咸的态度则是消极的。

而到4个月时，他们开始逐渐喜欢起咸味来，这种变化大概是在为他们开始吃非流质食物做准备吧！

这时的宝宝对食物味道的微小改变已经很敏感。

从6个月开始，宝宝的味觉发展进入了最发达时期。

这种状况一直延续到1岁左右，过了婴儿期，则呈现慢慢衰退的趋势。

宝宝具有天生的辨别气味的能力，出生只有两天的小婴儿已拥有嗅觉。

他可以闻出并辨别妈妈的气味，宝宝非常喜欢妈妈的气味，这会使他很有安全感。

婴儿到3~4个月的时候，已经能够准确区别不同的气味，并且会有目的地回避不喜欢的气味，嗅觉极为灵敏。

如果爸爸喝了酒把嘴凑近婴儿的嘴边时，他会竭力躲闪。

大些的宝宝对各种食物的味道有了选择的能力，嗅觉空间定位能力得到了很好的发展，闻到桌子上的苹果香味，目光就会看过去，并通过肢体语言告诉爸爸妈妈，他要得到苹果。

当宝宝看到、听到、闻到某一物品时，他会主动想伸手触摸一下，这说明他的触觉也得到了发展。

婴儿刚出生时，手的本能性触觉反应就表现出来了。

如当物体碰到新生儿手心时，他会立刻把手指收起，紧握物体。

嘴唇和手是宝宝触觉最灵敏的部位，他会经常通过吸吮手指来获得满足。

4~5个月的婴儿有了成熟的够物行为，视触协调能力发展起来，他能有意识地根据视觉信息指导自己的手臂运动，这种能力不断发展，成为了婴儿探索外在世界的主要手段之一。

婴儿从出生到1岁的阶段是个体身心发展的第一个加速时期，他们所有的生理功能都在不同程度地发展着。

随着身体迅速长大，脑和神经系统也迅速发展起来。

在此基础上，婴儿的心理也在外界环境刺激的影响下发生了巨大的变化。

他们从吃奶过渡到断奶，学会了人类独特的饮食方式；从躺卧状态、不能自由行动，发展到能够随意运用自己的双手去接触、摆弄物体和用两腿站立，并学习独立行走；从完全不懂语言、不会说话过渡到能运用语言进行最简单的交际等。

这一切都标志着婴儿已从一个自然的、生物的个体向社会的实体迈出了第一步，随着心理和认知的巨大发展，逐渐适应着人类的社会生活。

让你的宝宝先知先觉起来1岁，是宝宝在生理、心理、社会意识等方面的觉醒期，他从混沌走向开明，从无知到探索认知。

这是个多么大的飞跃啊！

在这个阶段，若使宝宝及早得到外界的适当刺激和激励，将能最大限度地开发幼儿的多元智力。

几个月的小宝宝，主要通过视觉和听觉感受周围的环境，这时应不失时机地为他们创设一个丰富多彩的环境。

在宝宝的小床周围挂些色彩鲜艳的玩具，既可以使宝宝看得见，又能使宝宝摸得着，在宝宝独自躺在那里时，这些彩色的玩具可以帮助宝宝解闷，他们会盯着看，产生摸摸它们的心理愿望。

当他们把玩具，特别是带有响声的玩具握在手里时，宝宝摇摇就会发出悦耳的声音，心情自然是欢愉的。

宝宝到了3~6个月时，他的动态逐渐丰富起来，视、听能力比前一段有了进步，开始能有目的地伸手抓面前的东西和较长时间地玩胸前的玩具，并喜欢把东西放进嘴里。

## &lt;&lt;宝宝这一年&gt;&gt;

这时婴儿靠眼、耳、手、口等感觉器官来认识事物。

爸爸妈妈不要从卫生的角度去阻止宝宝的这种自我认知过程，他喜欢往嘴里放东西，就把玩具和小手洗干净，任凭他自己“吃”去吧，只要不被他吞进去就行。

需要注意的是，要把诸如纽扣、小球、药片、颗粒类的小物件收起，这些东西宝宝可是不能往嘴里放的。

不仅要满足他的口欲，还要多带宝宝到处走走，让他多看看外面的世界，给宝宝讲讲各种看到的事物。

这时的宝宝当然还不会用语言同你交流，但只要他在听就可以了。

从6个月开始，宝宝就拥有了很了不起的能力。

他从会坐，渐渐地过渡到爬行，再到站稳、走路。

这一系列的行动能力都在告诉爸爸妈妈：“我长大啦！”

在这个过程中，爸爸妈妈一定要扮演好宝宝第一任老师的角色，为他提供一个安全的探索环境，帮助和鼓励宝宝学会坐、爬、站、走等运动技能。

1岁左右的宝宝由于自身能力的发展，对探索自己周围的世界表现出极大的兴趣，对什么都想看看、摸摸或把东西放入口中尝尝。

并且他对“走”也情有独钟，这时候他们更需要爸爸妈妈的陪伴，一起玩耍，一起“漫游”，一起到处转转。

爸爸妈妈必须了解你的小宝贝这一年中的各方面发育状况，这一年是他一生的开始阶段，只有当他在生活上得到悉心照料，在精神上得到爱抚和热情的关怀，孩子才会建立对这个世界的信任感和安全感，从而为其个性的健康发展打下良好的基础。

<<宝宝这一年>>

编辑推荐

<<宝宝这一年>>

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>