

<<斯波克育儿经>>

图书基本信息

书名：<<斯波克育儿经>>

13位ISBN编号：9787510102301

10位ISBN编号：7510102308

出版时间：2009-8-1

出版时间：中国人口出版社

作者：本杰明·斯波克

页数：192

译者：余欣庭,马良坤

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>

<<斯波克育儿经>>

内容概要

《斯波克育儿经精华版》让家长不管在哪里都可以反复参考，斯波克博士在育儿方面提供的建议。美国最受欢迎的儿科医生，本杰明·斯波克博士通过他经典的巨作《斯波克育儿经》成功地帮助了两代家长养育他们的孩子。

如今，家长会感到更加欣慰：因为一本新的斯波克博士的畅销精华版在此为您呈现！

《斯波克育儿经精华版》包括以下内容：了解孩子哭闹的原因；帮助孩子处理分离焦虑；让孩子学会给予和分享；简单易学的如厕训练；让家中已有的孩子接受新成员；处理最常见的不适症状。

斯波克育儿经精华版，全球销量最大、被公认为最可信赖的育儿书，39种语言全球发行，销量突破5000万册，被《时代》周刊评为影响20世纪的10本书之一，《斯波克育儿经（精华版）》的优点首先是精华，家长可以通过最少的时间学习掌握最有用的育儿方法，斯波克博士对全球的父母说“相信你自已，你知道得比你想象的多”，对于这个理念的阐述在本书中言简意赅，对于生活节奏紧张、没有太多的时间去阅读的父母来说这本书无异于雪中送炭，可以最迅速的缓解燃眉之急；这本书是斯波克博士应家长之需所写，是家长普遍关心和最经常遇到的问题，基本上对所有的家长都适用，也是所有家长都需要了解的育儿知识，我们都知道，每个孩子的个体情况是不同的，还有很大一部分家长会遇到那些并不常见的个体情况，而那些不常见的问答对于其他的家长来说就是没有实际帮助的画蛇添足；最后头两年在孩子的成长过程中是最重要的，在这两年中养成的科学育儿的思维习惯和生活习惯足以使日后驾轻就熟，这种从头开始教育的方法使父母和孩子之间形成默契，随着孩子日益可以表达自己的思想之后，家长就会发现这种面对面直接的沟通其实是最直接了当的，比起任何的育儿书乃至专家理论都有相当的价值。

<<斯波克育儿经>>

作者简介

本杰明·斯波克（1903-1998），20世纪最可信和最受爱戴的“育儿之父”，美国儿科权威，医学博士。

他先后在耶鲁大学、哥伦比亚大学学习医学。

1933-1947年担任儿科医生。

他还长期研究心理分析学。

1947年之后，他在国际顶尖的临床医学中心——梅约医学中心，以及匹兹堡大

<<斯波克育儿经>>

书籍目录

翻开斯波克博士的这本书

谨以此书献给这些人

作者简介

译者简介

绪论

译者前言

鸣谢

第一章 和孩子交流——读懂孩子的秘诀

哭闹：孩子和父母早期交流的方式

婴儿肠痉挛

婴儿激惹性哭闹

婴儿烦躁

因饥饿而哭闹

亢奋的孩子

尿布湿疹和出牙——孩子哭闹的另一原因

得心应手对付孩子哭闹：一些有效的建议

孩子病了吗

吸吮

伸伸手

蹬蹬腿

孩子的发声练习

高声尖叫

父母的应和

从高兴到哭泣

疼爱你的宝贝

第二章 新生儿父母关注的问题

第三章 新生命的到来

为孩子的到来做准备

做好当哥哥姐姐的准备

做好为人父母的准备

帮助妈妈的人

第四章 应该多久喂一次孩子

对喂养的错误认识

正确喂养

第五章 添加辅食

辅食的种类

孩子对辅食的适应过程

先吃哪种辅食、按照什么顺序

母乳喂养让孩子更强壮

第六章 胃口不好的孩子

孩子胃口不好的原因

帮孩子摆脱挑食

第七章 孩子常见的身体不适

长牙

咳嗽、流鼻涕、流眼泪当孩子得了普通感冒

<<斯波克育儿经>>

中耳炎

第八章 孩子的认生

1岁之前孩子的认生现象

1~1岁半孩子的认生现象

1岁半~2岁孩子的认生现象

斯波克博士给您的信

2岁左右孩子的认生现象

3岁以后孩子的认生现象

第九章 孩子的安慰物

安慰物

4岁之前的孩子对安慰物的依赖心理

吸吮奶嘴

强制孩子停止吸吮手指的错误做法

第十章 睡眠问题

新生儿

1~6个月：正确预防婴儿猝死征

6~16个月：需要抱着哄睡觉

6个月~2岁：白天小睡

一起睡：孩子和父母睡一张床

睡前准备

6~24个月：抱着奶瓶仰卧睡觉

6个月~6岁：分离性焦虑

第十一章 训练孩子上厕所

20世纪30年代

20世纪70年代

第十二章 父母的管教和孩子的小脾气：父母和孩子

交流学习的机会

生气闹情绪

体罚

羞辱感、自尊心过强、内疚感

第十三章 你会惯坏孩子吗

3~4个月：不会宠坏孩子

4~5个月：尝试拒绝孩子

8~15个月：合理地拒绝孩子

3岁以后孩子的骄横行为

影响孩子性格形成的因素

溺爱孩子的弊端

<<斯波克育儿经>>

章节摘录

插图：COMMUNICATING YOUR BABY: WITH READING YOUR BABY'S CUES 第一章 和孩子交流——读懂孩子的秘诀通过亲切的交流了解孩子的需求孩子能通过各种方式表达他们的感受和需要。

做父母的如果想恰当地回应孩子的需求，就要学会读懂孩子。

哭闹是孩子交流的主要方式，所以从某种意义上说，哭闹是健康的表现，那是孩子告诉你他需要你。

如果做父母的能读懂孩子的哭闹、姿势和平常的行为，你和孩子的关系一定会更加亲密。

我认为学会倾听孩子非常重要。

在孩子很小的时候，你就应该学着倾听他的“一言一行、一举一动”。

倾听就是你要集中注意力，用观察的心态去倾听，而不是以焦急忧虑的心态对待孩子。

要懂得你的孩子需要什么，可以通过读相关书籍和文章来学习，但是最主要的方式还应该是仔细观察孩子。

也就是说，你要花时间去听、去观察孩子，而不仅仅是喂饱了、洗干净了、哄睡觉了这样简单，你要特别注意地去关注孩子。

你要相信自己，你会比想象中的自己更能读懂孩子。

哭闹：孩子和父母早期交流的方式孩子是啼哭着来到这个世界的。

出生后的最初几个星期，他一饿就会哭，再大一些，尿布湿了，或者哪里不舒服，孩子都会哭闹起来。

。

在刚出生的几个周里，孩子一哭，你就给他喂奶，他可能没到喂奶的时间就饿，这时喂他并没有什么不妥，并不会惯坏他。

在最初的几周里，小婴儿可能随时需要喂奶，他吃奶的时间可能有规律，也可能毫不规律。

你要仔细观察他的一举一动，孩子自己会告诉你多久该给他喂一次奶。

喂奶后哭闹是因为孩子胃里不舒服，做父母的要帮他拍拍背。

你可以把孩子抱直伏在你的肩膀上，轻轻拍拍他的后背，让他打打嗝，把吃奶时吞进胃里的空气排出来。

你一定要相信自己的直觉，学会分辨孩子哭闹的不同原因。

观察一段时间后，你就能分辨出孩子为什么哭，究竟是饿了，还是哪里不舒服。

有些孩子白天哭得多，有的夜里哭得多，还有的没有时间规律。

不同孩子的不同哭闹反映了他们的“性格特点”——他对新环境的情绪反应，他的活跃程度，以及他对周围人和事的关注情况。

这种情绪反应各异，是每个孩子特有的，是孩子与外界沟通的纽带。

我发现，如果家长能懂得孩子哭闹的原因，就会及时作出反应，给孩子以安慰。

<<斯波克育儿经>>

媒体关注与评论

有可读性，对基本的儿童喂养、疾病、安全措施等等都有介绍，特别是儿童心理的研究指导很到位。看了之后，你就知道不会说话的孩子为什么这么做，你会更有信心养育孩子，也更理解孩子，知道怎样照顾孩子更合适。

2.美国人写的的确不错，涉及的面很广，不仅仅是生理方面，还有很多心理和环境方面的良好建议，紧跟时代。

这本书的“致谢”里说，每次修订都有各方面的专家参与，比如临床儿科医生、儿童营养专家、心理专家、行为学的专家等等吧，一起把关。

而且有专门指导母乳喂养的专家、专门指导分娩部分的专家，还有什么免疫、身体发育、情感发育等等每个方面都分别有专家指导。

从这点来说，老美就挺认真挺专业的。

说得实在点，不象国内的一些育儿书都是东拼西凑的，看着挺花哨，也不知道说得对不对。

还有，好些育儿书只讲了怎么喂养孩子和生病的时候怎么办，总之就只有吃喝拉撒方面的内容。

虽说这些是很重要的，但我特别喜欢《斯波克育儿经》的地方就是，它不仅有吃喝拉撒的问题，还有各种各样的问题，特别是心理方面的。

比如，宝宝快到1岁的时候老故意仍东西是怎么回事，大人应该怎么对付。

虽然现在我还没生孩子，但我爸就老说我小时候老乱扔。

书上说，小孩就是陶醉在自己学会的新技能中，最好不要养成东西一掉在地上就捡起来的习惯，也不要高声呵斥。

其实，看这本书，也是我了解自己的过程。

<<斯波克育儿经>>

名人推荐

于1946年首次出版，他将传统的育儿方法彻底更新，开创了斯波克育儿的新时代，还被《时代》周刊评为20世界人类思想进程的10本书之一，迄今为止，它已被翻译为39种语言，销量高达5500万册，成为全球销量最大、被公认为20世界最可信赖的育儿书！

本书不仅包括以往版本中的所有实用信息，还对全部内容进行精华提取，结构更合理，更方便查阅。

<<斯波克育儿经>>

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>