

《斯波克育儿基础：养育0~3岁幼儿最基本、最实用、最有效的知识》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2010年10月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787544248341

编辑推荐

五星畅销推荐：[《学婴语，读懂宝宝就这么简单》](#)

养育0~3岁幼儿*基本、*实用、*有效的知识
斯波克公司首席育儿专家罗伯特·尼德尔曼，详细讲解宝宝的日常护理知识——
睡眠、喂养、安抚、卫生

内容简介

作为20世纪最可信赖的育儿手册，《斯波克育儿经》凝结了“育儿之父”斯波克医生经60年考验行之有效的育儿经验，首次将育儿和儿童心理发展结合起来，对育儿过程中日常护理、精神健康、常见发育和行为问题、学习等方方面面的知识进行了最广泛的介绍。本书从睡眠、喂养、安抚、卫生四个方面入手详细介绍了0~3岁育儿中最基本的问题，即《斯波克育儿经》中的日常护理知识。每一个部分都遵循时间顺序，从新生儿、婴儿，到学步期宝宝。你可以从头到尾阅读，也可以根据自己宝宝的年龄和需要解决的问题有针对性地阅读。作者在多年的医学实践中发现，经常困扰父母的，往往就是这些日常护理问题。

“相信你自己，并享受快乐”是《斯波克育儿经》中的第一句话，也是本书的主旨。育儿的本能植根于我们最早的记忆当中，相信自己，我们很自然地就可以把自己的爱意与呵护给予宝宝，度过充满挑战和惊喜的育儿时光。

作者简介

罗伯特·尼德尔曼 医学博士，美国凯斯西储大学儿科副教授，有20年以上的儿科医生从业经验，专注于儿童早期学习、读写能力的培养和发展研究等。尼德尔曼博士现任斯波克公司发展行为儿科研究会副会长，并重新修订了《斯波克育儿经》（全新第八版）。

目录

第一章 睡眠

关于睡眠的基本知识

宝宝的睡眠需求在不断变化

睡眠习惯会发生改变

不同年龄宝宝的睡眠情况

新生儿

需要记住的几点

新生儿分不清白天和黑夜

不要期望新生儿整夜熟睡

好习惯从小养成

不要大惊小怪

从小建立睡觉时的固定程序

睡眠与吃奶息息相关

2~5个月

[显示全部信息](#)

前言

我是一个喜欢观察孩子的人。只要在人多的地方，比如餐馆或机场，我立刻就能发现那些躲在妈妈怀里探究这个世界的婴儿，还会发现那些好像挑战珠穆朗玛峰的登山者一样攀爬椅子的学步期宝宝。我会观察宝宝和他们的父母配合得怎样——有的一切顺利，也有的矛盾重重。我总是充满好

在线试读部分章节

第一章 睡眠

为什么成年人一看到熟睡的宝宝就觉得温馨而又幸福呢？宝宝在醒着的时候也会做很多非常有意思的事情，例如他会盯着我们看，蜷在我们的怀里，还会用鼻子蹭我们的脖子。然而从某种角度来看，睡觉确实很特别。宝宝甜甜入睡的景象很有感染力，它传达着一

条所有父母都愿意收到的信息：我的小世界一切正常。

当然，对刚刚做父母的人来说，宝宝的睡眠习惯非常重要。怀孕令人疲倦不堪，分娩让人筋疲力尽，而照顾宝宝则需要投入大量的精力。虽然新父母都十分渴望睡眠，但是能好好睡觉的机会通常很少。如果宝宝能让父母睡个长长的好觉，尤其是在夜里的时候，那可真是难得的福气。如果宝宝在太阳下山的时候反而活跃起来，那他简直就是个折磨人的小麻烦。

如果你运气很好，有一个好好睡觉的所谓“乖”宝宝，可能就不必为宝宝的睡眠习惯伤脑筋了。当然，你还是需要遵守基本的安全法则，比如要选择合适的床上用品，宝宝6个月大之前要仰卧睡觉，等等。要是按照一套有规律的、令人放松的常规睡眠时间来安排宝宝入睡，那也会有所帮助。但是帮助宝宝睡觉很可能没有那么轻松。不管你相不相信，宝宝不是一出生就知道如何睡觉的——睡觉是一项后天习得的技能，而且宝宝很可能需要你们的帮助才能掌握这种技能。即使过了婴儿期，你的孩子也可能因为肠痉挛或其他不适而不时地出现夜醒。

.....

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)