

宝宝认生怎么办？父母需理解与帮助

草木皆兵，生人勿近

多多13个月了，一直是妈妈和奶奶照顾她，可是这次奶奶回老家几天后，她就变得很抗拒奶奶，奶奶一抱就大哭，不停地喊“妈妈”。这种情况已经持续好几天了，丝毫没有好转。

专家解读：

宝宝大概是从6个月左右开始进入到辨别安全环境与不安全环境的时期，也就是我们通常所说的“认生期”。由于社会经验不足，他会认为除了妈妈之外的人都是不安全的。即使是一直生活在一起的人，只要离开几天，就会被他“无情地”划入陌生人范围。“被抗拒者”越是着急靠近宝宝，就越让他感到紧张不安，就更无法被他接纳。

专家支招：

1、处理好成人的情绪尤其是老人在被宝宝抗拒之后可能会产生不良情绪，妈妈一定要给老人解释原因，做好安抚和疏导工作。千万不要责怪宝宝。

2、不要让陌生人贸然亲近宝宝让宝宝自然地生活和活动。如果他保持距离观察到对方是“不危险”的，就会放松警惕，这个时候再慢慢地用他感兴趣的方法跟他玩耍，就很容易被

几乎每个宝宝在一段时期都会经历这个所谓的“认生期”，虽然有些妈妈会认为认生对于宝宝也有积极的意义，是宝宝的一种自我保护，但是认生也可能阻碍了宝宝与外界的人际沟通，对以后的成长产生不利影响。作为家长，我们该如何帮助宝宝顺利度过这个认生期呢？

接纳。在被接纳前，千万不要接触宝宝的身体，以免前功尽弃。

3、不要强行把宝宝放到陌生环境。有些家长觉得强行把宝宝放到陌生人的怀里，就能够锻炼他，改掉他“怕生”的“坏毛病”。结果导致宝宝抗拒心理更严重，甚至会造成真正的心理问题。

4、不要羡慕别的宝宝多么“不认生”，每个宝宝都有独特的与生俱来气质，如果父母本身就属于言语谨慎的类型，就更不要强求宝宝，当然你们可以请一位生性活泼开朗的成人加入你们的养育团队，祖辈、朋友、保姆、老



图 TP

师等都是可以的。

危机四伏的陌生环境

朵朵3岁了，在家里可是一个活泼爱闹的小姑娘，可是一到外面，做什么都要妈妈在旁边陪着，不喜欢跟其他小朋友玩，只要看不到妈妈就会放声大哭什么也不做。

专家解读：

人类在陌生的环境里会保持警觉，宝宝并不像成人那样拥有强大的心智和丰富的社会经验，所以，他需要慢慢观察、感受周围的环境。即使是经常去的游乐场，如果曾经有让他感到

不安的因素，他就会始终保持警惕，并不会把它当成熟悉、安全的环境，这个时候，妈妈在身边是能够保证安全的，说明宝宝是有智慧的。

需要注意的是，有些家长固执地认为宝宝是弱小的，就会不由自主地保护宝宝，或者拼命鼓励宝宝勇敢，无论哪种方式都会让宝宝认为自己真的是“弱小”的，环境和他人很“危险”，于是变得越来越弱小，越来越离不开妈妈，越来越害怕陌生环境和其他人。

有朋友说：“不对！我女儿2岁上早教班的时候也是哭，要我们陪，我们干脆一进教室就扔下她走开，后来她就不哭了。所以，宝宝是需要锻炼的！”

其实，不哭并不代表她不痛苦，也不代表她接受了环境，因为她发现哭也不能改变痛苦的事实，出于自我保护，她就会回避自己的痛苦感受，但是她又必须得做点什么才能让自己好受些。于是，可能出现以下3个问题——

1、在环境里胡闹，甚至产生攻击性、破坏性行为。

2、神游在自己的幻想世界里，不能探索、学习、工作。

3、粘住环境中不会离开她的人，

哪怕对方折磨她，她也不会放手。

上述任何一种问题都会给她今后对社会关系的探索带来巨大的障碍。

专家支招：

1、多与人交往。对于独生宝宝来说，到大环境与他人更多交往，确实是帮助宝宝学习融入社会的好办法。妈妈应当经常带宝宝到不同的环境，接触不同的人群。妈妈在身边，宝宝会感觉到安全，也更容易接受新环境、新朋友。妈妈既要保护宝宝又要给宝宝锻炼的机会，在宝宝放松后，逐渐拉开与他的距离，但是，确保在他处于危险时能够保护他。

2、选择适合宝宝的环境。妈妈一定要确保群体中没有攻击性行为的宝宝才可以放手，避免宝宝受到不必要的伤害。

如果宝宝已经受到伤害，要冷静安抚他，并离开现场，带到比较安全的群体，继续让他跟其他宝宝待在一起，这样他就不会刻板地认为其他宝宝都是可怕的。

3、不要让成人过多地逗弄宝宝。在成人比较多的环境里，确实有一些成人是以逗哭宝宝为乐趣的，这会让宝宝感觉到可怕、痛苦。如果已经有人正在做这样的事情，妈妈一定要挺身而出及时制止，保护宝宝要比照顾他面子更重要。

【新手妈咪】

宝宝头上长奶痂不是病，安全清理有讲究



图 TP

痴期间，宝宝不能进行疫苗的接种。因此，积极清理头上的奶痴十分重要。

最简单方便的方法就是用植物油清洗。为保证植物油的清洁，一般要先将植物油（如橄榄油、香油、花生油等）加热消毒，放凉以备使用。在为婴儿清洗头皮乳痂时，先将冷却的清洁植物油涂在头皮乳痂表面，不要将油立即洗掉，需停留1~2小时左右，头

皮乳痂就会变得松软，然后再用温水轻轻洗净头部的油污。依乳痂的轻重，每日清洗，一般3~5天即可消失。清洗时注意室温应在24~26℃，在清洗后还要注意用干毛巾将婴儿头部擦干，防止婴儿受凉。

清理宝宝奶痴时应注意的问题

1、剪胎毛。如胎发较长，应将其剪短，以便能得到有效清理。

2、如果宝宝头皮乳痂严重破溃、渗出结痂时不要采用上述方法，先局部每天用1%~4%硼酸溶液外洗，洗后涂以15%氧化锌软膏，或在医生指导下治疗。

3、家长千万不要用指甲硬抠，更

不要用梳子去刮，这样会损伤宝宝的皮肤，严重时可出血甚至发生感染。

做好以下几点，预防奶痴再生

1、坚持洗头。对于出生后的孩子来说，很重要的一点是一定要定期给孩子洗头，尤其是要好好清洗孩子的头顶部分，因为头顶比较容易长奶痴。给孩子洗头时动作一定要轻，不能用指甲去抠或者拿梳子去刮宝宝头上的奶痴，这样就不容易伤害到孩子的皮肤。妈妈用自己的手掌轻轻揉搓按摩孩子的皮肤和头发，然后用蘸着温水的纱布洗干净孩子的头发就可以了。如果孩子已经长出了一点奶痴，那么在给孩子洗头之前可以给孩子涂一点

婴儿油。

2、调整母婴饮食。维生素H能够减缓奶痴的生长，加快细胞再生的速度。人体的肠道可以生成维生素H集生物素，但是如果肠道内菌群失去正常的平衡就可能造成生物素的缺少。小于六个月的婴儿，妈妈可以在果汁中加入液态的复合型维生素B，帮助宝宝补充生物素。需要给孩子喂奶的妈妈可多吃含有维生素和生物素的食物，例如动物的肝脏、豆类、鱼类、坚果类等。

3、修剪头发。如果孩子的头发比较长的话，会有更多的奶痴堆积在孩子的头顶，不容易去除奶痴。妈妈最好让宝宝剪短发，这样更容易帮助宝宝清理奶痴。



千年观前街 一个采芝斋

苏州热线电话：0512-67276198 地址：苏州市观前街91号 全国热线电话：0512-67274512 网址：caizhizhai.tmall.com



《布莱梅乐队》

绘本讲的是一只驴子长年为主人辛勤工作，如今纪老了，体力衰退了，主人打算把它卖掉。驴子找了机会逃出来，决定去布莱梅镇当个音乐家。一路上，驴子遇见了被主人嫌弃的猎犬、老猫和公鸡，四只动物决定结伴到布莱梅组成乐队，过自由的生活。

《布莱梅乐队》是格林童话中最鼓舞人心的故事，一直是儿童启蒙的最佳选择。故事中的动物们虽然遭遇困难，却向命运低头。他们所展现的正面态度和力量深具启发性。故事中有些值得学习的人格特质。乐观、积极、机智及合作是成功不可或缺的工具，越早在孩子心中灌输，就越能使他们越快成长，帮助他们在成长的道路上建立自信、拓展人生。