

# 《1-4岁宝宝养育指南》

## 图书基本信息

书名：《1-4岁宝宝养育指南》

13位ISBN编号：9787507423273

10位ISBN编号：7507423271

出版时间：2011-1

出版社：中国城市

作者：克里斯托弗·格林

页数：371

译者：美同

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《1-4岁宝宝养育指南》

## 内容概要

《1-4岁宝宝养育指南》是婴幼儿养育的经典之作，享誉全球，多年来畅销不衰。在它的指引下，数以百万计的年轻父母告别了育儿的艰辛，踏上了轻松而又富有成效的快乐之旅。今天，面对新一代的年轻父母和孩子，格林博士对《1-4岁宝宝养育指南》进行了全面的修订，不仅实用性更强，而且文章也更加妙趣横生。

年轻父母越来越不堪忍受工作和生活的重压，莫名哭闹的宝贝、调皮捣蛋的小鬼、不按时吃饭睡觉和上厕所的“魔童”，这些随时都可能成为让我们疯狂的最后一根稻草，好在有格林博士的提醒——我们完全可以享受这段看似艰辛的育儿旅程。关键在于，我们要摸清宝贝的“习性”，他们一举一动背后的原因，我们都要心知肚明。

格林博士拥有超过25年的儿科医生从业经验，他会帮助我们了解宝贝的这些行为举动，也会教给我们一些经过实践检验的可靠方法，让我们有信心扮演好父母的角色，尽享育儿之乐。此外，格林博士也会以他特有的幽默和机智，向我们解密育儿的全过程，让我们的宝贝在欢声笑语和关爱的雨露中茁壮成长。

了解孩子，理解孩子，接纳孩子，育儿本来就是轻松愉悦的事。宝宝1~4岁的时光非常短暂，他们是那么的依赖和需要我们，好好享受与宝宝在一起的每一分每一秒吧！

吃饭难、睡觉难、上厕所难、大哭大闹……当您被这些众所周知的育儿难题搞得焦头烂额、筋疲力尽又无计可施时，您不妨翻看《1-4岁宝宝养育指南》。在这里，您能找到您想要的答案和对策。

# 《1-4岁宝宝养育指南》

## 作者简介

克里斯托弗·格林博士：澳大利亚韦斯特米德儿童医院的儿科专家和名誉顾问，深谙从婴幼儿到儿童少年的养育之道，同时也是享有盛誉的育儿图书作者。25年来，他的建议已经惠及数以百万计的年轻父母，指引他们和宝贝一起，走向幸福、灿烂的未来。格林博士的著作广受好评，著有畅销书《宝宝们》、《5~12岁少儿教育指南》、《认识小儿多动症》以及《1~4岁宝宝养育指南》、《5~12岁少儿教育应急措施》、《小儿多动症实用指南》。

美同，原名刘洋，男，2003年毕业于北京体育大学人体运动科学系，译言网译者，职业笔译。

# 《1-4岁宝宝养育指南》

## 书籍目录

在开始之前.....第1章 1~4岁宝宝的养育要点 1~4岁宝宝的养育要点 拿不准的时候,请记住..... 成功的秘诀第2章 树立信心 绿灯与红灯 绿灯 红灯 不能承受之专家 信心是关键第3章 1~岁宝宝的性情特征 没头脑 控制欲 渴望得到关注 自我中心 只对10分钟前后的事情感兴趣 喜欢说“不” 父母的做法——顺其自然第4章 1~4岁宝宝的正常行为 宝贝在成长过程中的行为发展概述 两项重要研究 儿科医生的宝宝又如何 宝宝的哪些行为是正常的 完美宝贝第5章 宝宝不好的行为是哪里来的 宝宝在行为方面的问题,今天是否更严重 基因与环境 基因和天才 滋养宝贝的天性第6章 1~4岁宝宝的行为促发因素 5个行为促发因素 “嘿!看我呀!”——吸引我们注意 “我更可爱!”——“吃醋”和“争宠” “唉!”——灰心丧气,情绪低落 “别丢下我!”——害怕~个人待着 “我肚子疼!”——不舒服或者生病了 万变不离其宗第7章 要管教,不要体罚 转变管教观念 什么是管教 管教的方式 管教前的准备工作 谨防陷阱 循序渐进 咬牙撑过黎明前的黑暗 各就各位,预备.....第8章 管教宝贝什么方法管用 “奖善罚恶法” 几条锦囊妙计 杀手锏——“暂停法” 第9章 管教宝贝什么方法不管用 吓唬 吼叫 体罚 民主与谈判 常识与“失常” 第10章 宝贝大哭大闹、耍花招怎么办 什么是大哭大闹 大哭大闹怎么处理 在公共场所哭闹 宝贝的小花招 网开三面 难事一桩第11章 让育儿变得轻松 对宝贝的行为有合理预期 无法避免则接受 适可而止 避免两败俱伤 如何为宝贝布置安全的家居环境 水深火热之时 放松第12章 宝贝睡觉好吗 睡好觉有多重要 有关睡眠的科学常识 关于睡眠情况的一些统计资料 睡眠问题是什么 宝贝不好好睡觉的三大表现 小议镇静类药物 酣梦成眠第13章 有关睡觉的其他问题 支招 午睡还要不要 婴儿床里的“跨栏者” 早起的百灵鸟 妈妈,我怕为什么甜蜜的梦容易醒 我的奶嘴哪儿去了 夜里要奶吃 “我是夜行人” 噩梦 午夜惊魂 敏感的邻居 一起睡还是分开睡 美梦成眠第14章 宝贝应当吃什么 好的开始是成功的保证 如何均衡饮食 健康的食品和正确的选择 哪来这么多小胖墩儿 运动很重要 宝贝与电视 宝贝的行为问题与饮食 健康快乐到永远第15章 如何训练宝贝上厕所 宝贝能乖乖地吃饭吗 一般性的参照 宝贝在饮食方面的主要问题 不要强迫宝贝吃饭 1~4岁宝宝的口味 如何准备饭菜 零食也营养 如何让宝贝乖乖吃饭第16章 如何训练宝贝上厕所 错误的老观念 上厕所的正常发展过程 上厕所训练的基本原则 排尿训练 排便训练 夜尿训练 上厕所训练中的拦路虎 成功在向我们招手第17章 好孩子也有坏习惯 咬人 挖鼻孔 嘟囔 打断谈话 玩弄隐私部位 偷东西 说脏话 不系安全带 走丢 磨牙 撞脑袋 屏气发作 呕吐 乱涂乱抹 纯真年代第18章 宝贝害怕怎么办 不同年龄的宝宝怕什么 1~4岁的宝宝怕什么 什么东西能让宝贝有安全感 宝贝别怕第19章 幼儿园、托儿所和游戏小组 观念的冲突 看护机构的优点 托儿所 幼儿园 游戏小组 照顾宝贝第20章 早期教育 生活即学习 做游戏 语言能力的发展 阅读 跳出思维的框框 寻找天才宝宝 助宝贝一臂之力 宝贝是块小海绵第21章 手足相争 双倍的麻烦 做出正确的解释 像小婴儿那样咿咿呀呀 打架 嘲弄 绝对的公平 独生子女都是“领地” 惹的祸第22章 写给上班族家长 上班族的生活 上班族父母为什么内疚 上班族父母的选择 质量胜于数量 共同承担 家庭计划 充分利用时间第23章 单亲家庭 单亲家庭的难处 分居和离异 单亲家庭的成功第24章 幸亏还有爷爷奶奶 老马识途 温和的老人 及时的帮助 基本的原则 祖父母的好处第25章 “不可爱”的宝贝 爱哭的宝贝 难伺候的宝贝 爱惹麻烦的宝贝 真爱至上第26章 小儿多动症(ADHD) 小儿多动症概述 家长的做法 如何管教多动症宝宝 运用生存心理学 药物有奇效 接受现实第27章 如何管教残疾宝宝 管教是必要的 特殊问题的处理 面对痛苦,面对现实 一臂之力第28章 1-4岁宝宝的常见疾病 气喘病 罗圈腿、膝外翻和扁平足 支气管炎 普通感冒 哮喘 耳疾 发热 高热痉挛 脑膜炎 扁桃体炎 呕吐和腹泻 如何给宝贝吃药 关于住院的建议 关于卧床的建议 关于宝贝生长发育的建议 如何判断宝贝的病情附录1 生长发育的标志附录2 一些常识附录3 免疫接种附录4 家庭安全自检表

### 章节摘录

版权页：插图：在第一次咨询的时候，我遵照教授的指示，首先详细了解来访者的背景资料，包括宝贝的各种行为表现和父母的工作生活。一个星期以后，夫妇俩带着“问题”宝宝又来了。在这之前，我已经向教授汇报了我的来访者的情况，但我还是搞不清宝贝哭闹的原因，于是教授让我再问问妈妈和祖母的关系。所以，在第二次咨询的时候，我就不断地向妈妈提问题。然而，这把一旁的爸爸搞糊涂了，他问我：“可是孩子哭闹的问题怎么解决呢？”我是这样回答的，我说，我需要了解更多的情况，然后才可以做出判断。我把新情况报告给教授，他听得很仔细，最后说我还要了解妈妈和爸爸的性生活。一周后他们再次上门，我带着解决宝宝问题的巨大热忱，认真无比地询问起这方面的事情来。他们向我回答着一个又一个的问题，然后爸爸又开始不停地追问：“可是孩子哭闹的问题怎么解决呢？”这时，我对宝贝的问题仍然是一头雾水，于是我又去找教授：“我了解了更多的背景资料，都在这里，只是那对夫妇好像有点不耐烦了。那个孩子的哭闹怎么治呢？”可是教授回答说：“你还要了解更多的情况。”于是一周后我又和这对夫妇坐在了一起，希望能够在他们的诉说当中找到孩子哭闹的蛛丝马迹。在这一周当中，宝贝的哭闹仍然没有减轻的迹象，他的妈妈一筹莫展，而爸爸除了生气也没有任何办法。又是一次劳而无功的咨询，然后我又去找教授。“这两位家长已经受不了了，孩子躺在地上，喊声都能把人的帽子给震掉了。他们已经不想说家里的情况了，只想让我告诉他们怎么做！”教授听了以后，没有回答，于是我再一次问他，可是他还是不回答，所以我又问一次：“这哭闹该怎么治？！”半晌以后，教授终于开口了：“……嗯……嗯……嗯……”

## 《1-4岁宝宝养育指南》

### 媒体关注与评论

80后成长起来的独生子女，正在养育着第二代独生子女，他们时常感到孤立无援。现在好了，这本书会给孤独的第二代父母带来不少帮助。这不是一本说教型的课本，已为人父的作者以亲切的温情，对中国家长的育儿困惑，特别是1~4岁这个最重要、也是80后父母困惑最多的阶段，讲述了他的心得和方法。亲切、实用是这本书最大的特点。——宝宝树董事长兼首席执行官 王怀南洋博士的育儿经对中国宝宝也同样适用哦，他是如此了解一个“真正的母亲的意见”。书中可爱的故事每天都在我家里上演。我用书中的“延时安抚法”成功解决了宝宝习惯性半夜醒来的问题，用“暂停法”改掉了宝宝为得到某物无理哭闹的毛病，还有“绑门法”、“视线转移法”、“坚持不懈法”等作者自己发明的既管用又非常有趣的方法。格林的育儿经验让我知道了如何轻松管教出好孩子，真是救我于水深火热之中啊！——大壮妈妈对于每一个曾经从墙壁上清除彩色杰作，在马桶里抢救珍贵标本，并想方设法把冰箱里的菠菜藏起来的父母来说，这本书里讲的就是你们家的调皮小鬼。格林博士保持他一贯的幽默感，为家长们提供了这本实用、放心的手册，它几乎可以解决您日常生活中大多数的育儿问题，向所有新手爸妈推荐这本有用的书。——煦煦妈妈这是一本实实在在、真正管用的书，因为它能让您理解孩子为什么淘气。书里穿插着很多卡通图和小故事，不仅帮助理解，而且妙趣横生，读来是种享受。我家宝贝还不到1岁，我就已经把这本书从头到尾看两遍了。我想将来不管发生什么，我都能应付自如。——果果妈妈半年前，我家宝贝脾气突然大了起来，发火的时候什么硬就用脑袋撞什么，怎么也拦不住，我都要愁死了！看了这本书，我才知道他的这些举动其实都是正常的，而且可以预防。万幸我从朋友那听说了这本书，不然我肯定会犯一大堆的错误！——叮当爸爸

# 《1-4岁宝宝养育指南》

## 编辑推荐

《1-4岁宝宝养育指南》：澳大利亚知名儿科专家25年育儿经验汇集风靡全球的育儿指南，销量超过100万册一本改变宝宝行为习惯的书格林博士支招，手把手教您对付难缠的“小魔头”帮助新手妈妈度过最艰难的时光，让育儿变得快乐、轻松新手妈妈必备手边书丰富、实用、有效的建议幽默、诙谐、有趣的实例水宽容、接纳孩子的举动一本实用有趣的育儿经在《1-4岁宝宝养育指南》中，你将看到关于宝宝的许多个“为什么”为什么宝宝不肯坐下来吃饭?为什么宝宝快2岁了还天天尿床?为什么宝宝见到陌生人就大哭?为什么宝宝总是抢别的小朋友玩具?为什么宝宝睡觉没规律，经常半夜起来玩闹?为什么宝宝总是吃大拇指?为什么宝宝大哭大闹发脾气?为什么宝宝总是故意和父母作对?为什么宝宝出门的时候死活不穿鞋，还踢人?为什么宝宝喜欢把所有电器的按钮都打开?为什么宝宝喜欢钻进洗衣机和冰箱?为什么宝宝喜欢咬人?.....

## 精彩短评

- 1、这本书不仅是宝宝的成长记录，更是每个父母的养育记录。等宝宝长大后，爸爸妈妈可以陪着孩子一起阅读这本珍贵的“读本”，分享成长的过程。
- 2、育儿其实很难，但是这本书让我们找到了一些育儿的简单道理，做父母的应该都看看
- 3、这本书与其他书本相比有一个突出的优点，那就是操作性很强，是一本真正的指南书：它会大的个性方面来告诉我们每个阶段宝宝会有什么症状和表现，我们应该采取什么方法来应对，也会从微小的单个行为方面来分析行为背后的原因和动机以及父母的对策。我觉得这真的是一本初为人父母的人值得看的好书。
- 4、本书是婴幼儿养育的经典之作，享誉全球，多年来畅销不衰。在它的指引下，数以百万计的年轻父母告别了育儿的艰辛，踏上了轻松而又富有成效的快乐之旅。
- 5、《1-4岁宝宝养育指南》是我读到的又一本育儿好书！每每读完有关养育宝宝的优秀书籍，内心便洋溢着满满的喜悦和感激，因为从他们专业又实用的育儿指南中我获益良多，总能够提前一步先于了解宝宝的生长发育规律以及如何处理一些常见的问题，多了很多科学育儿知识做支撑，同时少走了很多弯路，从而使得自己养育宝宝的过程变得相对容易、轻松和快乐。感谢这么多了不起的育儿专家、医生、老师和有经验的资深妈妈们将育儿知识慷慨相授和真诚奉献。

读这本书的最初，对来自于大洋彼岸的澳籍作者的论著持某种程度的怀疑，怀疑澳洲的专家医生开出的处方能够解决得了中国妈妈的育儿问题，尽管作者格林博士是一位有着25年育儿经验的澳大利亚著名儿科专家。读毕全书，这种怀疑完全打消了，因为书中给出的育儿指南，完全适合中国的育儿国情，《指南》完全可以用来指导我如何更好地养育家里处在1-4岁阶段（1岁又20天）的宝宝。想必宝宝在1-4岁阶段的表现都大同小异，无论他/她出生在哪个国家。

在我看来，1-4岁的宝宝比0-1岁这个阶段时养育难度会增大，毕竟这个阶段的宝宝不再满足于简单的吃饱、睡好、初级的感官发育、对外部环境的慢慢适应以及和母亲建立起亲密的信任与依恋关系。1-4岁的宝宝，要学会走路，学会说话，学会自己吃饭，学会独自大小便，学会与外界了解沟通，学会遵守父母为之建立的规则，学会背着小书包走进幼儿园，在玩耍与学习中建立起初步的知识体系与养成良好的品格、习惯……1-4岁阶段孩子的各方面培养对于他们一生起到一个相当重要的奠基作用。

知己知彼，百战不殆。这句话用来形容养育孩子同样合适。只有了解了这个阶段的宝宝的性情特征、正常行为、不好的行为、行为促发因素、什么是得当与不当的管教方法以及如何训练宝宝上厕所等等，才能把宝宝养育好。作者格林在以上提及的诸多方面，甚至包含更广阔的内容都给予了详细地解答和切实可行的养育方法。对我而言，受益最深的是第8章“管教宝贝什么方法管用”和第9章“管教宝贝什么方法不管用”这两部分内容，细细拜读了这两章内容后，对于家中已经崭露出调皮捣蛋苗头的宝宝，我知道了用什么样的方法对付他既科学又有效，知道了应该尽量避免用那些徒劳无用的方法。

该如何根据1-4岁阶段宝宝的性情特征顺势而为，如何纠正宝宝这个阶段惯常出现的坏习惯，让处于最难管、最令父母头疼阶段的宝宝过得开心快乐，而爸爸妈妈也在养育的过程中省心省力，是家有1至4岁幼儿期宝宝的父母们需要好好研习的功课。

6、买这本书之时正是我面临崩溃的临界，货送到的当天，我在家里又吼又尖叫又教训宝宝，真是太懊恼了！当晚专门看了关于“管教宝贝什么方法不管用”的那篇，于是第2天的情形实在是不敢想象，谁可曾想，曾经两年因为带宝宝没时间看书的我，居然能有时间看了几个小时的书，昨天还对宝宝大吼大叫的我，居然能够笑着温柔的对宝宝说话，宝宝看到妈妈如此，居然也很受教，可真不可思议！原本整天乱扔玩具的宝宝今天居然开始收拾起了他的积木，我只能说这是一本神奇的书，其方法如果父母认真的实施，真得效果是非同凡响，你完全想象不到！感谢这本书！

7、可以帮助家长学习如何改变宝宝行为习惯的书！



## 《1-4岁宝宝养育指南》

8、市场上有关育儿的书不可谓不多，但这本澳大利亚作者撰写的《1-4岁宝宝养育指南》更为突出，作者20多年的经验汇集，剖析了宝宝诸多行为的心理因素，列举了家长不当的解决方法，提出了可行的建议，可谓实用性超强。

9、格林博士让我知道，宝宝不是什么也不懂的，他哭是在引起妈妈的关注。所以，我也在格林博士学怎样当个好妈妈

10、今天的爷爷奶奶、外公外婆们大都和我们一样精力充沛；而且跟宝宝在一起也有助于他们青春常驻；他们还曾“身临一线”，有着丰富的育儿经验。

11、一个出版社的朋友说给我推荐一本好书，能帮助我更好地教养孩子，朋友再说强调说是一本“超值得看”的好书。可是当我一听说书名，就觉得很不屑一看。根据我过去的阅读经验，书名中带有“圣经”、“指南”之类的字眼，都枯燥得要命。但出于好奇，我还是从朋友那借过来看了看，发现果真是一本好书，与其他类似的养育书籍相比，本书名尽管也叫《宝宝养育指南》，且内容也是涉及育儿过程中的各种问题和处理方法，但本书的语言文字让人阅读起来超轻松，没有教条式的味儿，也没有记流水账似的感觉。

12、今天的年轻父母，越来越不堪忍受工作和生活的重压。好在有格林博士的提醒--我们完全可以享受这段看似艰辛的育儿旅程。

13、宝宝今年3岁了，尽管我辞职了做专职妈妈，还是有力不从心的感觉。吃饭要追在屁股后面喂，晚上哄好久才睡，半夜起来哭闹更是家常便饭，和别的小朋友在一起经常显示出不友好的行为，很是让人头疼。在这本书里，我逐渐找到了宝宝很多行为的根源，并且几乎找到了所有解决问题的方式，对我帮助真的很大。

14、喜欢书里的插图和小故事，可以很好的帮助家长理解，又幽默，所以很喜欢这本1-4岁宝宝养育指南！

15、在它的指引下，数以百万计的年轻父母告别了育儿的艰辛，踏上了轻松而又富有成效的快乐之旅。

16、面对新一代的年轻父母和孩子，格林博士对本书进行了全面的修订，不仅实用性更强，而且文章也更加妙趣横生。

17、非常有指导性的一本书呢~ 了解了现在宝宝的一些行为(我家宝宝现在2岁，正式自我意识萌发的时候，真是很有些叛逆呢~)，对于以后可能出现的情况也有了一些了解，心里有谱了不少，感觉和宝宝能更和谐得共同成长了呢！很有用的书！！推荐哦！！

18、首先，我要说，这真的是一本育儿好书。我前段时间也读过几本育儿书籍，也都还不错，但跟这本书比较起来，这本书有一个明显的优势就是，这本书是作者25年育儿经验的汇集，时间更长，总结出来的东西跟靠谱。而且，作者本人是知名儿科专家，专业研究孩子的问题，更专业，更科学、更实用。

这本书是作者专门写给1-4岁的孩子的家长看的，有很强的针对性。不愧是25年的经验之谈，作者将养育宝宝的要点，原则、具体的方法详尽地写进了这本书里。作为一个育儿专家，作者有一个不要自讨苦吃的育儿原则概括的很好：了解哪些行为是正常的、不要吹毛求疵、不要戳狮子屁股。正如作者所说，许多困扰父母的问题都是伪问题，他们在许多宝宝身上司空见惯，我们实际上可以把他们看做是正常的。如果我们每天都拿着放大镜面对孩子的缺点，一味要强行改正孩子的错误，只能是孩子不愉快，大人也苦恼。作者戳狮子屁股的比喻也是形象风趣的，对待淘气的孩子，有时候就要息事宁人。这个真应该算是智慧，教育孩子，有时候就应该抓大放小，有时候甚至放过，冷处理，以待来日。

除了上文提到的作者行文的风趣外，其他地方的幽默也随处可见。这种轻松幽默的阅读风格，得益于作者考虑问题的角度，我们家长跟偏执于我们管孩子的角度，总希望孩子按照我们的意志，要找大人的角度、思路。这本书就介绍了1-4岁宝宝的性情特征、正常行为等。我记得我家宝宝出生8天的时候，我媳妇就开始训练孩子尿尿了，当然，那一天，她觉得自己很有成就感。然而没过多久，她发现训练也没什么成效，孩子还是经常把裤子或者尿布尿湿了。现在孩子1岁10个月了，还是有事尿时裤子。作者告诉我们，1岁半的时候，孩子才有分辨干湿的能力。我为我们过早的训练感到好笑，白费力气了。孩子有孩子的养育规律，成长规律，违反它，就只能是让你自讨苦吃。

## 《1-4岁宝宝养育指南》

和不少书一样，本书也介绍了如何对待孩子吃饭难、睡觉难等基本问题。这本书给人的感觉是：思路开阔了：宝宝不吃这，就要动脑筋，让孩子营养成分差不多的恶食物，变化花样，从色香味上考虑，让宝宝摄入足够的养分。还有，这本书介绍的方法更尊重孩子，比如吃，不要强迫孩子。作者总结的让孩子乖乖吃饭的小技巧。其他章节也有一些相关的小技巧，很实用。

懂得了这些知识，在养育1-4岁宝宝的过程中就能多一份经验，多一份轻松，多一份智慧。

19、朋友推荐的一本书。本来只是给朋友抱怨，孩子现在不听话，吃饭不好好吃，睡觉不好好睡，你说什么话都要反着做，结果朋友说你真该看这本书。抱着似信非信的态度买了回来，才看了一章就放不下了。确实是一本很好的育儿指导宝典。真不错！

20、其实我的宝宝才3个多月大，晚上总是醒来多次。看了朋友向我推荐的这本《育儿指南》，尤其参考书中关于宝宝睡觉的做法，昨晚我和宝宝都睡得很好。看来这本书的应用范围不止1-4岁。

21、确实是1-4岁宝宝妈妈的好帮手哦，喜欢这本书的实用信息。

22、“了解孩子，理解孩子，接纳孩子，育儿本来就是轻松愉悦的事。宝宝1-4岁的时光非常短暂，他们是那么的依赖和需要我们，好好享受与宝宝在一起的每一分每一秒吧。”看完这本书，这段话始终还留在我的脑海，或许是它触动了我内心最脆弱的地方，也或许是因为它帮助我改变了对育儿的认知。

23、江山/文

如果说这本书是为了让我喜爱孩子的心变得更加纯粹的话，那么用10天时间读完似乎更能说明即将步入围城的我的那份幸福之况。对于一个年近而立的我还依然童心未泯，或许思想不够成熟或许还需要历练，但那份对待孩子的情怀不变。在80后即将上岗的时代，父母这个词对他们来说似乎太过遥远，但事实却存在着并把他们推向养育下一代的风口浪尖。为了提前感受父母的辛酸，为了更好的养育自己的宝宝，我开始在《1-4岁宝宝养育指南》一书中找寻我要的答案。

这虽然是本外译书，但丝毫不会影响我们那份养育孩子的心情。1-4岁之间的宝宝太过娇嫩，我们需要从作者的体验中得到启发。书中一开始就为我们提出了养育宝宝的成功秘诀就是理解孩子，对他们的表现做出合理的预期，先弄明白他需要什么，再顺藤摸瓜地解决问题。理解和合理预期宝宝的举动并不是放任，而是为更重要的事情腾出时间和精力。

首先我们要树立信心，需要可行实用的育儿办法，这种信心就需要从后援方自己父母的身上寻找了。父母的信心不仅能给予我们力量，让我们积极乐观，还能让我们勇敢地承担责任。接着我们要了解孩子的性情特征，没头脑的想哭就哭想笑就笑，以自我为中心，而对于我们应该做的那就只能顺其自然。不要看孩子的行为不正常，其实他们哭与笑都是有原因的。喜欢缠着人，渴望得到关注，顽固任性，把吃的东西当做玩具，这些我们看似不正常的行为其实都是孩子们的天性使然，接纳和拥抱宝贝的天性，把注意力集中到他的优点上，而不去强行改变那些不能改变的东西，这样就能够给宝贝创造良好的成长环境，充满温暖与美好。

书中重点讲述了1-4岁宝宝们的特征与性格，告诉我们如何针对性的去对待宝宝，学会理解他们，学会放纵他们，懂得他们意识中的东西并不是无理取闹，而是为了更好更快地与父母和外界产生共鸣与沟通。书讲到管教宝宝的几种管用方法，那就是奖善罚恶法，好的行为我们就表扬他关注他，不好的行为我们就停止奖励，把“气温”降下来。比如，有选择地装聋作哑转移视线，或者坚持不懈。最后使用杀手锏——“暂停法”，让双方都冷静下来，得到缓和的余地。

然而不管何种方法对待宝宝的行为，都不能改变我们对他们爱的多少。毕竟那种生活在天伦中的快乐或许只有做过父母的人才会体会的到。本书做为育儿指南，全景式的描绘了宝宝的心理活动和父母如何应对的方法及措施。文字不教条，却非常通用，毕竟孩子是我们的全部，方法都一样的前提是我们拥有真挚的爱给予他们。

24、作为新手妈妈，有很多茫然的时候。手边多本这样的育儿指南，真是如获至宝。希望我的宝宝越来越可爱，越来越聪明！

25、内容全面，涵盖宝宝不良行为的各个方面，让头疼的爸爸妈妈一下子找到了指路明灯！

26、孩子两岁多了，从他出生就开始看一些关于育儿的书，但是随着孩子年龄的增长，遇到的问题也越来越多，不是每本书里都会有答案的。但是这本不同，它从根本给你解释孩子的每个动作、每种表现让你更了解幼儿的世界，和孩子贴的更近。很好。

27、1——4岁的婴幼儿是人生的最初阶段，面对一个全新的陌生的世界，还没有掌握好语言，还不能进行很好的沟通，和家长之间无法形成良好的互动，会给年轻的爸爸妈妈出一大堆难题，搞得手忙脚乱，头痛不已。比如，孩子无来由无休止的哭闹，该怎么办？孩子的不合理要求得不到满足就以哭闹相威胁，该怎么办？孩子不好好吃饭，该怎么办？似乎有太多的难题需要解决。其实，即使年轻的父母也都是知道那些教育孩子的大道理的——不能娇惯，不能溺爱，要有节制，要适时惩罚，诸如“棍棒出教子，娇生无义郎”、“孟母三迁”这样的箴言和故事也是了然于胸……可是当疲惫的我们下班回到家中，孩子一旦哭闹起来，心绪的烦躁一般来说都会让我们把这些原则抛到九霄云外，要么委屈求全、随便许诺以求得一时安静，要么爱子心切、彻底屈服以让其满意，要么高压政策、暴跳如雷让孩子害怕。而父母会采取何种策略完全因当时的情绪而定，久而久之，孩子就学会了察颜观色，摸准脾气，找准时机，于是他们的愿望总能得到满足，而年轻的家长们会变得束手无策，疲于应对。这也给孩子带来极为不好的影响，他们手中好象掌握了控制家长情绪的开关一样，把家长玩得团团转。

现在，随着社会的发展，象养育孩子这种本来属于很自然的事情也成为了一项高度专业化的工作，各种各样的专家给出了各种各样的建议，各种各样的应用宝典也是多如牛毛，争相指导我们该怎么做，有些意见和建议是相互矛盾甚至是截然相反的，让人无所适从。但大体从两极来说应该有两个极端，一个极端主张精耕细作，对孩子要求严格，为了孩子成为人中龙凤简直就是不遗余力，对孩子的关心无微不至，甚至把自己所有的心思和精力都花在孩子身上。这样的家长要求孩子必须赢在起跑线上，必须成龙成凤。还在怀孕期间就要按照各种指南补充各种营养，进行胎教；到了幼儿园更是要上各种特长班，学习乐器、外语、舞蹈、书法，小学继续加上奥数班、作文班……另一个极端主张粗放经营，认为人的成长有自身的规律，每个孩子有自己的特点，就象树大自然直一样，应该遵从孩子的天性，因此对孩子的管教相对较为宽松，什么事情都遵从孩子自己的意愿，到了极端就是放任不管，放任自流。

当然，这是两个极端，但很少有父母会走极端，都是这两种方法不同比例的组合，有的精耕细作多一些，但有些时候也会放任自流，有的粗放经营多一些，偶尔也会精耕细作，都不固定，甚至会因为自己某个时候心绪的变化而有所调整，甚至会因为别人家孩子的管教方法而进行模仿。在我看来，就象中国人的中庸一样，养育孩子的方法也讲究都有个度，不管是美籍华人的虎妈也好，还是放养孩子的美国母亲也好，都需要根据自己家庭、孩子的特点对方法进行调整，找到一个最适合自己的养育孩子的方法，并一以贯之，不能随意炎这，也不能让自己的情绪影响方法，随意变通。也就是说，对自己和自己的宝宝来说，我的宝宝我作主，要形成自己的方法，形成自己和宝宝沟通的一套固定的模式，让自己和孩子都能适应，应该都会当好父母的角色。这里关键是坚持，要持之以恒，不能因情境、因情绪、因哭闹而随便变化，必须给孩子传递一套清晰而明确的信号系统，并不断强化。

对我来说，理想状态应该是精耕细作、精雕细琢和粗放经营、粗放管理两者的有机结合，并且是前者要占比大一些，既适当干预又不损伤天性，让孩子能够在一种相对轻松的环境里长大吧。其实以上这只是一理念，我也是想当然应该如此，因为我也没有做爸爸的经验，所以具体要怎么做是另外一回事，并且需要得到配偶和家庭各方的配合，为此，还需要为人父母者不懈的努力。

之所以会关心宝宝的养育问题，是因为我现在是一个准爸爸，需要为此做好知识储备。妻子怀孕七个月了，要做准爸爸的心情真有点儿难以言明的味道。那个还在妻子肚子里发育的宝宝将来会是什么样的？他会长得象我还是他母亲？他会成为一个优秀的人吗？这一切都是未知数，是一个有待揭开的谜底，让我既兴奋又恐惧，每时每刻都在盼望他的降临，又感觉自己没有做好准备，不能做一个合格的父亲。所幸，我从澳大利亚知名儿科专家克里斯托弗·格林的这本《1—4岁宝宝养育指南》了解了很多初生儿的生理特征和情绪表达，学到了不少有关婴幼儿养育的知识，学到了不少与婴幼儿沟通的技巧，可以更好搞清楚自己的小家伙眼里的世界是什么样子的，了解他们的情感需求，对于和自己的

## 《1-4岁宝宝养育指南》

宝宝之间建立一种紧密而和谐的沟通方式，形成自己的养育模式不无裨益。

怎么养育孩子是一个非常复杂的问题，并没有固定的方法。自己的孩子自己作主，如何在实践中形成自己的方法，很好的把自己的民族传统文化，把自己的为人处事方式，把自己的思想道德观念通过一种合适的方式传给自己的下一代，培养出一个人格健全、身体健康、各方面都非常优秀的宝宝，对我们每个即将做父母的人都是一个不小的考验，希望我们都能够交上一个满意的答卷吧。

28、在即将成为母亲之前，很多知识都不知道，给自己充个电，好好养育自己的宝宝

29、洋博士的育儿经对中国宝宝也同样适用，送给朋友做礼物。

30、育儿的百科全书，可以查到很多想解决的问题，比如哭闹、比如任性、比如不好好睡觉。有了它，身边就多了一个育儿的好帮手。

31、朋友推荐了这本外国人写的《1-4岁宝宝养育指南》，本以为和中国特殊的国情不会太符，但通过阅读，发现这本书从小孩心理、成人习惯和解决办法等方面都十分可取，书里的内容全面，每个宝宝也许仅会涉及其中的部分问题，通过了解更多的问题，使自己对家里的“小魔鬼”有了更多的满足感。总之，这本书值得挑拣对应章节读一下。

32、我们宝宝还没到1周，先买来看着再说，买了很多的育儿书，还是有用的。

33、书的前半部分讲的育儿经验非常实用，让人读后非常清新。强烈推荐给80后的可爱妈妈们，是一本非常不错的育儿书。同时也是一本可以伴随宝宝成长的育儿书。

34、拿到书后看到是译制作品，还以为会和中国国情文化格格不入，但是才翻了两页就爱不释手了，语言幽默，内容贴近实际，原来全世界的宝宝都一样！而且外国爸爸写的育儿书，别有一番独到的视角，非常受益！

35、书里的很多养育指南都是出自作者-育儿专家的实际经历，我觉得还是有一定权威性的

36、格林博士保持他一贯的幽默感，为家长们提供了这本实用、放心的手册，它几乎可以解决您日常生活中大多数的育儿问题，向所有新手爸妈推荐这本有用的书。

37、孩子要上幼儿园了，按书中的“支招”试了试，果然管用，不过我对书中的一些内容做了稍微的修改，更适合我家宝宝。哈哈

38、书中有很多幽默、诙谐、有趣的实例，也教会我要学会宽容，看到宝宝闹脾气的根源

39、1-4岁宝宝养育指南

40、自从有了孩子，育儿书就在我家书柜里占据了举足轻重的地位。也是因为这类书看得太多了，所以一本书是好是坏，我只要随便翻翻，就能感觉出来。

拿到《1-4岁宝宝养育指南》前，我对这类书都快有免疫了。家里的书多得足够我“对付”淘气儿子的，再多看也是大同小异。只为了书封面上那句“澳大利亚知名儿科专家25年育儿经验汇集”，我又被打败了。作者是一名儿科专家，我更希望他能从医生的角度解释孩子的一些行为，给我们更加可靠的建议。

《1-4岁宝宝养育指南》快递到家的时候天正下着小雨，反正什么也做不了，我就利用儿子睡觉的时间来先睹为快。这本书对于养育孩子的方法讲解还是很全面的。全书分为28章（很厚的一本书哟），把1-4岁宝宝的性情特征、日常行为、教育方式、吃穿住行的注意事项、如何改正坏习惯、怎样让孩子有安全感、孩子的早期教育、宝宝上幼儿园等等有关小孩子的事情讲得包罗万象，有条有理，丰富全面。特别是全书的最后几章，提到了独生子女宝宝的教育问题、上班族家长应该为孩子做些什么、单亲家庭如何给孩子安全感，平衡孩子的心理落差、老人照顾宝宝应该注意的原则、“不可爱”的宝宝如何养育、小儿多动症的孩子应该如何管教、如何帮助残疾宝宝……感觉作者是个很用心思的人，大多数育儿书的作者只想到教年轻父母如何教养健康的宝宝，却没有想到“有一些问题”的宝宝更是需要家长付出巨大的耐心、运用更多的方法才能使他们长大成人。

我家儿子马上就两岁了，已经非常有自己的主意，开始有小逆反小捣蛋现象了。每天总是做一些高难度超危险的动作，越不让做什么越是必须做。和小宝宝斗志斗勇有时其乐无穷有时也心烦意乱。《1-4岁宝宝养育指南》书中介绍了不少与小宝宝周旋的方法，比如奖善罚恶法、暂停法等等。每个小宝宝个性不同，可能一种方法别人家宝宝用着很好，到自己家宝宝用时就全无效果。我们一定要调动全部

## 《1-4岁宝宝养育指南》

的耐心，多试几种方法，相信加上自己的变通，总有一种方法可以让家里的小魔怪变成小可爱。

41、格林博士是个牛人，书中提到的方法用了之后，都非常有用，很厉害的格林博士。

42、看了这本书，我才知道宝宝的一些表现和我们大人得日常习惯、行为是分不开得。所以要好好学习一下这本书。

43、做为父母，有时候面对孩子的“无理取闹”真的很没办法，觉得他们太不懂事了，可是看了本书，才发现，原来孩子的每个行为动作都是有原因的，有的时候也许只是需要更多的关注而已，这本书可以让我们更加了解宝宝，真的很不错，每一对新父母都应该读一读！

44、很喜欢这本书的风格，很简洁。以前买过郑玉巧的《育儿经》，不评价内容怎样，但里面有大篇幅的婴儿照片。说实话，谁会去看啊，谁不认为自己家宝贝是最漂亮的啊，结果徒增了书的厚度和价钱。这本书就很简洁，直抒胸臆，很实用。

45、作者总结多年从事育儿工作的实践经验，针对1-4岁幼儿成长过程中出现的各种问题，提出了一系列既富哲理又行之有效的育儿方法，对我和宝宝都很受益。

46、宝宝两岁了，他经常哭闹，开始我只是采取冷漠的态度，看了这本书才指导，其实他是想引起我的关注而已。我想这本书也是宝宝的福音，不再让家长有误解而伤害了宝宝的心。

47、这类书看了很多了，觉得格林博士的这本真的还挺实用的，一个个小方法，随时翻开就可以学，不用重头看也行！

48、我家的宝宝1岁多了，经常会大发脾气，真的让人没有办法。看完这本书，这才明白，这些对于孩子来说是正常的。我总算放心了。

这套图书从心理学和生理学的角度去写，非常全面。

49、宝宝吃饭、喝水、睡觉、上厕所、挖鼻孔、咬人、公共场合哭闹.....生动的事例，合理的处置，与我们的生活很接近！

50、1-4岁的宝宝应该享受快乐的童年，可是如果很多问题处理不好，家长和宝宝生活在敌对当中，无疑会给大人和孩子的心理蒙上一层灰尘。斯托弗·格林博士的这本书很好的解决了这些问题，使宝宝能有一个快乐的童年，家长也有一个美好的回忆。

51、格林博士以他特有的幽默和机智，向我们解密育儿的全过程，让我们的宝贝在欢声笑语和关爱的雨露中茁壮成长。

52、最近宝宝总是耍赖，一不如意就开始撒泼打滚，如果是在公共场所就会让我们很无奈很狼狈，很快就随了他的意。针对孩子的这点，我搜遍了育儿的书籍终于找到了这本。它让我深刻的体会到不是体罚、奖励、无奈就是可以和孩子好好相处的，它让我找到了正确的和孩子相处的道路。

53、我家宝宝现在一岁多，正是最烦人的阶段，以前经常被宝宝弄得头疼心烦不已，看了这本书后想法有了很大转变，原来一到四岁是宝宝跟爸爸妈妈最亲密的时光，我们应该学会享受这段时光！

54、对于我们准妈妈来说，这本书给我们准妈妈很多安全感，因为对于我们来说，我们会在一些未知的时候相信权威，这本书中除了专业的医学知识，还有很多小小的经验，看起来非常实用，虽然宝宝还未降临，我已经从书中感受到了孩子来临的情形，不再那么陌生和恐慌，这是本值得每位准妈妈细心阅读的书，我这样推荐。

55、育儿方面的书籍有很多，这么专业实用的书还是第一次看到，看后应用“延时安抚法”，几天就把宝宝夜里找奶吃的毛病给改掉了，现在一觉睡到大天亮！

56、很多时候，面对调皮的小魔人，这本书简直成为了我的制胜法宝，屡试不爽，以致宝宝一旦“发作”，我就要快速地翻到相应篇章找寻解决办法。感谢这本书的作者，让我轻松地享受和宝贝在一起的时光。

57、文/落潇老婆

期待了半年多，终于和自己的宝贝见面了，他是那么的娇嫩和充满依赖，唤起我身上与生俱来的爱子之心。光有爱还不行啊，我得承认，从未受过任何专业的训练，没有家长大学毕业证的我，在孩子哭闹时很想一句话就让他安静下来，多么不切实际的渴望啊！好在这是一个信息时代，我不懂爱子之道，专家懂，当过父母又乐于传道授业解惑的大师们为我们这些愣头青送上了他们的育儿经。《1-4岁宝宝养育指南》正是众多育儿宝典中的一本杰作。像书名一样清晰明了，有25年育儿经验的格林博士采用诙谐亲切的语言带着我们从一个崭新的角度去看待常见的宝宝问题，吃饭，睡觉，上厕所难以以及种种气得我们跳脚的创意举动。在养育宝宝时，除了树立信心，还需要了解这个年龄阶段的孩子的特有

## 《1-4岁宝宝养育指南》

性情，这点很重要，也许只读过这部分，你就会发现其实自家的宝宝完全是健康正常的，他那些“恶作剧”正是这个年龄段的特点呢。当然知道宝宝行为正常还不够，毕竟那些“正常行为”常常让我们歇斯底里或者在公众场合丢尽面子，我们还需要知道如何能更理智却又完全不失爱的去帮助宝宝成长，同时也减少自己多方尝试终究失败的沮丧。在这里，格林博士一一支招，“暂停法”、“绑门法”、“延时安抚法”都将成为你实用的招数，甚至有些时候你不需要特别的招数，你只要拥抱一下你的孩子，因为博士说了，那是孩子在以他的方式渴望得到你的关注，你给予了，他就满足了，就这么简单。

在养育孩子上，家长也有自己的难处，比如说工作忙，单亲家庭等，书中也针对这些实际问题给了我们很多建议和方向，至少我看了，就放下了一个心理重担，我知道了我不用为必须工作不能整天陪孩子而内疚，因为和孩子在一起的时间，质量比数量更重要！他提醒我们要尽可能以最好的状态去面对孩子。对我来说就是，如果晚上加班后只能陪孩子玩一个小时，那就开开心心的享受这一个小时，而不是满腹牢骚地带着疲惫的面容去逼着孩子睡觉，因为，最终可能一个小时过去了，一个小泪人委屈地哭睡着了，那么他会梦到什么呢？

幽默的语言加上惟妙惟肖的漫画插图也是这本书的一大特色，让我可以边笑边学习长之道，幸哉，乐哉！

落潇老婆 2011-7-18晚

58、惊喜的收到同学送的礼物——澳大利亚从事家庭教育方面的专业工作者克里斯托弗&#8226;格林博士所著的《1-4岁宝宝养育指南》一书。迫不及待地翻开此书看看，从序言到目录，到每一章节的内容，一口气读完，获益匪浅。真为我这个80后妈妈带来育儿的福音。

59、格林博士拥有超过二十五年的实践经验，他会帮助我们了解宝贝的这些举动，也会教给我们一些经过实践检验的可靠方法，让我们有信心扮演好父母的角色，尽享育儿之乐。

60、这是长达20多年的育儿经验汇集成的图书，怪不得里面的叙述那么熟悉，看样子真的是懂得孩子、懂得养育的专家，这点儿我非常信奉。

61、因为养育习惯的问题，宝宝都2岁多了还要跟着大人一起睡，生活中很少能够独立，我正在尝试用书中的方法让孩子独立起来。

62、格林博士的这本书不但内容很实际，而且语言也很风趣，光是阅读起来就感觉很享受哦。这本书不像我之前看过的那些打着“育儿百科”等旗号的书，东拼西凑的，没有一点符合孩子现实生活的东西。

63、可以看出，好的规则是引导性的、奖励性的，能够潜移默化地塑造宝宝的行为习惯。谁也不愿受到逼迫或者威胁，也更喜欢得到奖励和耐心的引导，小孩子也是这样，他需要我们的鼓励。

64、两岁半以后，他就越来越听话了。要是父母期望小家伙像大人那样行事的话，麻烦就更大了。这时候的宝宝还无法理解成人的观念，所以他不是故意“使坏”，而是自己天性的表达，了解这一点很重要。

65、女儿4岁了，看到这本书还是觉得有意思，可以印证孩子发育的过程。看完觉得不错，准备送给要生宝宝的妹妹作为参考书。

66、不同的宝宝有不同的睡眠习惯，然而却总是与我们的习惯相抵触。对此我们可以从固定入睡时间入手，教宝宝养成在固定时间睡觉的习惯。如果他经常在半夜醒来，我们就可以使用“延时安抚法”。要是想让他待在他自己的房间里，可以试试我发明的“绑门法”。

67、一般来说，睡觉难、吃饭难、上厕所难。上面的三“大”难题，做父母的怎么也得碰上一个，然而它们解决起来并不困难。我们要做的，不是立马大动干戈，而是先来了解一些基本的东西。

68、相信很多爸爸妈妈都和我一样，面对宝宝的哭闹、调皮不知所措，我们不明白宝宝为什么突然天使突然恶魔，不知道该怎么和他们沟通，更不知道怎样才能更好的引导他们。幸运的是，我在这本书里找到了答案，有同样困惑的朋友不妨翻一翻，相信会有很多启发。

69、非常好的一本书，老婆说的。

70、生活的每个细节都在教育孩子，这本书非常细致，建议从宝宝出生就开始看。

71、宝宝调皮捣乱起来，真的让我有筋疲力尽的感觉，只能疲惫的应付。还好我发现了这本书，书中

## 《1-4岁宝宝养育指南》

的作者仿佛是一位亲切、幽默的朋友和你娓娓而谈，他是真正的了解这个阶段宝宝的专家，同时他还是最有力的军事，帮你出谋划策，并且百战百胜，和你一起解决很多养育宝宝的困惑和苦恼。

72、很客观的一本书，在宝宝养育方面做到少数的比较科学，客观且比较准确的一本育儿书籍！

73、这真是一本好书，解答了我很多疑惑。真可惜刚出版，宝宝已经2岁半了，要是1岁的时候拿到这本书就好了。已经开始看第二遍了。

74、享受和宝宝在一起的每一分一秒，更要了解他们的想法和需求，这本书就可以帮到你！

75、儿科专家写的育儿指南，我买回来了，确实内容不错。

76、不错，受益良多。

77、我家宝宝一岁多了，已经是家里的小淘气，这本书让我不会为家里的小淘气而烦恼，再也不会认为自己无法应付和教育好自己的孩子而担忧。

78、初为人父，难掩心中喜悦，但也对小宝宝的养育问题忧心起来，偶然在当当看到此书，当即订下，如获至宝，本书作者乃婴儿养育专家，累积多年经验始有此书，每每有宝宝的养育问题时，此书是最佳的参考书，建议父母都能购买此权威之作，必定收获不少！！

79、对于每一个曾经从墙壁上清除彩色杰作，在马桶里抢救珍贵标本，并想方设法把冰箱里的菠菜藏起来的父母来说，克里斯托弗&#8226;格林博士的《1-4岁宝宝养育指南》这本书里讲的就是你们家的调皮小鬼。

80、买回来之后，就迫不及待的和老公一起看。这本书教会我们很多日常和宝宝相处的小技巧，真的很不错，推荐给所有的年轻父母！！

81、每个孩子都是天使，爸爸妈妈要让孩子感到自己的爱！该怎么爱你的宝宝呢？就到这本书里来寻找答案吧！

82、看这本书的时候，感觉很多事情都做得太晚了，因为孩子已经快3岁了，孩子的很多性格感觉已经形成了，比如他的执拗、任性，建议从出生就给宝宝买这本书。

83、孩子都是小恶魔吗？NO，那是因为我们还不了解他们，他们也不了解我们和这个世界，总是一次次想突破束缚，探寻这个世界和我们的底线，好吧，建议所有关心孩子的家长都来看看格林博士的建议，他会告诉我们如何和他们“斗智斗勇”并最终真正了解他们！

84、格林博士的指点让我受益匪浅，我的宝宝经常哭闹，现在不会了。

85、现在的年轻父母一般都会挑选育儿的书籍来读一读，市场上同类书籍很多，但这本《1-4岁》从心理到行为的分析方法，最为实际。

86、宝宝成长过程中所有的难题，在这里都能找到答案，使教育变的简单起来，权威育儿书籍内容还是很全面。

87、当朋友自信满满地把这本书递到我手里时，我还有点疑惑，洋博士的经验，怎么可能对中国宝宝产生作用。看完书中前6章，我有了很深的认同感，很多细节和事例简直就是在描述自家宝宝呀。而后面几章则几乎解决了宝贝大部分的问题，大到教育理念，小到关乎孩子的吃饭、睡觉、上厕所、习惯问题等等。读来很亲切，受益匪浅。

88、开始抱着试试看的态度买的，反正也不贵，没想到刚看了开头，就被吸引了，不仅有很多实例，更是因为讲的很有趣，不同于一般的枯燥无味的育儿书籍，很推荐这本好书给宝宝的家长！

89、不错的育儿书籍。语言幽默，还有小插图不会让你感觉是在读一本学习类书籍。更重要得是，它确实是一本可以给你很多意见，让你有很多想法的书。让你一下就明白，原来孩子的这种表现是因为这个，原来我以前的一些做法是错误的。很高兴，找到这本书，让我在以后教育孩子的问题上不会那么束手无策。强烈推荐。

90、吃饭难、睡觉难、上厕所难、大哭大闹……当您被这些众所周知的育儿难题搞得焦头烂额、筋疲力尽、无计可施时，您不妨翻看这本书，在这里，您能找到您想要的答案和对策。

91、格林博士果然名不虚传，里面的小高招正是我现在急需的。另外赞下这本书的翻译，相当流畅，很好！

92、年轻父母越来越不堪忍受工作和生活的重压，莫名哭闹的宝贝、调皮捣蛋的小鬼、不按时吃饭睡觉和上厕所的“魔童”，这些随时都可能成为让我们疯狂的最后一根稻草，好在有格林博士的提醒——我们完全可以享受这段看似艰辛的育儿旅程。

93、培养孩子好习惯、好行为，好的养育是在生活中体现的，格林博士教会了我们很多方法。

94、偶尔看到了这本书，因为孩子的问题每当看到好的育儿书就会情不自禁的收入囊中，为了孩子也

## 《1-4岁宝宝养育指南》

为了自己。确实很好啊，已经成为我的固定读物，不但给了我育儿指导意见，而且每当孩子有任性、发脾气、发坏让你头疼不已的事情，看看它居然还有纾缓情绪的作用，呵呵。因为它让我知道不是自己的孩子单单是这样，孩子的每一种表现都意味着什么，怎样才能更好的和孩子一起成长。我很喜欢。

95、了解孩子、理解孩子、接纳孩子，育儿本来就是轻松愉悦的事，宝宝1-4岁的时光非常短暂，他们是那么的依赖和需要我们，好好享受与宝宝在一起的每一分每一秒吧！

96、我的宝宝两岁多了，经常无厘头的大闹，我很担心，后来我终于意识到这是我教养的问题。

97、当个聪明妈妈其实不简单，格林博士的很多方法都需要我们当妈妈的亲自试一试。

98、小宝宝一天天长大了，带给我们很多欢笑，然随之也有很多苦恼与手足无措。不过当我看到这本书真是眼前一亮——1-4岁养育指南，一本涉及宝宝心理、行为、生活、早期教育等诸多方面的书，不正是我最需要的吗？非常喜欢！

99、幽默、诙谐、轻松的语言，搭配形象、可爱的插图，读这样的育儿书不失为一种享受，在宝宝安静的时候读上那么几页，往往会被书中描述的场景逗得忍俊不禁，这简直就是家宝宝的真实写照，再看看作者对宝宝行为根源的描述才恍然大悟，在更加了解和理解宝宝的基础上，运用作者教的方法，带宝宝真的轻松了很多，养育宝宝也自信了很多，不再那么盲目。

100、感觉很好看，正如书中所说，现在的孩子吃饭难、睡觉难、上厕所难，看了本书之后，收益很大，学到很多！

我家宝宝现在四岁多，但是书中所说的对于我来说帮助还是很大，很好！

101、尽管一个人也能带孩子，但是我们不必受那个罪。寻求支持和帮助非常重要，这样我们才能更好地满足宝宝的各种需要。



1、和孩子同步成长 评《1-4岁宝宝养育指南》 孩子还在肚子里的时候，我们便找来了一些参考书，一边学习书中的知识，一边对照宝宝的成长情况。孩子出生以后，我们同样找了一些参考书，一边学习知识做好准备，一边给孩子增加营养，并在生活中对孩子加于引导，我家的孩子现在已经2岁多了，这个学习过程可能要持续很长时间，我们做父母的在不断付出的同时收获感悟，获得孩子的信赖，还要和孩子同步成长。和通常的养育指南不一样的是，这本《1-4岁宝宝养育指南》并不是以孩子成长的年龄阶段为划分，在每个阶段说一些宝宝的成长特征、喂养的注意事项和教育要点，而是一本具有操作性的育儿指南，作者根据自己的研究经验和临床总结，详细描述了1-4岁宝宝成长的特征，把宝宝成长每一个问题当做一个主题，针对这一个主题展开描写，并提出一些建议。比如说这个阶段宝宝的主要表现特征是什么，可能会引起父母注意的问题是什么？他的正常行为是什么？而不正常的行为如何通过父母的诱导得到纠正。在父母看来有点反常的行为，事实上却是宝宝的一种自由表现的方式。在理解孩子行为的基础上，父母应该采用什么样的纠正和诱导方式，而不应该采用什么样的偏激行为。从这个方面说，这本书可以给年轻的父母提供很有价值的建议和参考。教育孩子最关键的时候应该是孩子耍脾气的时候，这个时候最能考验父母的教育经验了。作者在针对孩子哭闹的时候，也提出了很多的好建议，第一种是转移注意力法，通过吸引孩子的注意力，转移他的情绪，让他急躁的情绪通过对新事物的好奇而得到缓解和平静；第二种是暂停法，大人们都走开，让孩子在独处的空间里自我消化情绪，从而逐渐学会控制自己的情绪。而作者在讲述上述方法的时候，还同时列举了一些要点和注意事项，让父母们可以找具体的操作中有更切合实际的教育，可谓是细心到位。除此之外，作者还谈及了包括吃饭、睡觉、上厕所等1-4岁期间，宝宝自我管理能力的一些培养。书中的最后部分还有很多关于育儿的常识，包括宝宝的常见疾病、免疫接种和预防措施等，可以说是一本比较全面的宝宝养育指南。孩子的成长，也是家庭的成长，做父母的和孩子共同成长，在学习中进步，在沟通中交流，在教育中体验，这都是一种福气。

2、江山/文如果说这本书是为了让我喜爱孩子的心变得更加纯粹的话，那么用10天时间读完似乎更能说明即将步入围城的我的那份幸福之况。对于一个年近而立的我还依然童心未泯，或许思想不够成熟或许还需要历练，但那份对待孩子的情怀不变。在80后即将上岗的时代，父母这个词对他们来说似乎太过遥远，但事实却存在着并把他们推向养育下一代的风口浪尖。为了提前感受父母的辛酸，为了更好的养育自己的宝宝，我开始在《1-4岁宝宝养育指南》一书中找寻我要的答案。这虽然是本外译书，但丝毫不会影响我们那份养育孩子的心情。1-4岁之间的宝宝太过娇嫩，我们需要从作者的体验中得到启发。书中一开始就为我们提出了养育宝宝的成功秘诀就是理解孩子，对他们的表现做出合理的预期，先弄明白他需要什么，再顺藤摸瓜地解决问题。理解和合理预期宝宝的举动并不是放任，而是为更重要的事情腾出时间和精力。首先我们要树立信心，需要可行实用的育儿办法，这种信心就需要从后援方自己父母的身上寻找了。父母的信心不仅能给予我们力量，让我们积极乐观，还能让我们勇敢地承担责任。接着我们要了解孩子的性情特征，没头脑的想哭就哭想笑就笑，以自我为中心，而对于我们应该做的那就只能顺其自然。不要看孩子的行为不正常，其实他们哭与笑都是有原因的。喜欢缠着人，渴望得到关注，顽固任性，把吃的东西当做玩具，这些我们看似不正常的行为其实都是孩子们的天性使然，接纳和拥抱宝贝的天性，把注意力集中到他的优点上，而不去强行改变那些不能改变的东西，这样就能够给宝贝创造出良好的成长环境，充满温暖与美好。书中重点讲述了1-4岁宝宝们的特征与性格，告诉我们如何针对性的去对待宝宝，学会理解他们，学会放纵他们，懂得他们意识中的东西并不是无理取闹，而是为了更好更快地与父母和外界产生共鸣与沟通。书讲到管教宝宝的几种管用方法，那就是奖善罚恶法，好的行为我们就表扬他关注他，不好的行为我们就停止奖励，把“气温”降下来。比如，有选择地装聋作哑转移视线，或者坚持不懈。最后使用杀手锏——“暂停法”，让双方都冷静下来，得到缓和的余地。然而不管何种方法对待宝宝的行为，都不能改变我们对他们爱的多少。毕竟那种生活在天伦中的快乐或许只有做过父母的人才会体会的到。本书做为育儿指南，全景式的描绘了宝宝的心理活动和父母如何应对的方法及措施。文字不教条，却非常通用，毕竟孩子是我们的全部，方法都一样的前提是我们拥有真挚的爱给予他们。

3、实用的育婴指南对幼儿的养育是年轻的爸爸妈妈们最头疼的事。原因在于父母们对于自己在婴幼儿时期的经历是几乎完全没有记忆的。我们不记得自己是如何开始喝奶、说话和走路，也不记得自己生病时的感受，以及自己是如何好起来的。相比之下，孩子们上小学以后，就不会那么令人手忙脚乱

了——毕竟，我们都还记得自己小学时考试成绩不好的忐忑，初中时对于电子游戏的沉迷，高中有了暗恋的人时的心如鹿撞——至少，我们可以用一个过来人的身份，帮助孩子来一起面对这些成长的烦恼了。所以这本格林博士的《1-4岁宝宝养育指南》倒真是帮上了大忙！全书共有28章，内容异常丰富。从宝宝的发育情况，到亲子沟通，以及疾病常识、幼儿教育、家长注意事项等多项内容都有详细的说明，可谓细致周到。附录中列出的生长发育标志、一些常识、免疫接种和家庭安全自检表既实用又贴心，对年轻的爸爸妈妈非常有帮助。我本人是一个十一个月大的男孩儿小旺的父亲。所以在孩子的养育过程中，也遇到了不少书中提到的烦恼。例如第13章提到的宝宝夜里要奶吃的问题，小旺小时候每夜要吃三四次奶，孩子大人都筋疲力尽，随着孩子的长大，我们也采用了书里教的延时安抚法，宝宝现在每夜一般只醒一两次，大人孩子都轻松了不少。有一天他妈妈告诉我宝宝会经常摸自己的小鸡鸡，我对此不以为意，告诉她这没什么关系。话虽这么说，心里却总有些忐忑。于是就求教于格林博士——他在书中的建议是视而不见和转移注意力，跟我想的一模一样，于是放下了一件心事。在宝宝6个月后，小病小灾就不可避免地出现了，这是爸爸妈妈们再小心也无法避免的。格林博士很贴心地在最后一章列出了一些常见的病症，并对症状、后果、应对措施、注意事项都做了一些简要的说明——当宝宝生病我们六神无主时，天知道这些知识能给我们带来多大的帮助！真是谢天谢地！《1-4岁宝宝养育指南》，一本详尽、全面、实用的育婴指南，年轻爸爸妈妈们的好帮手！

4、文/落潇老婆期待了半年多，终于和自己的宝贝见面了，他是那么的娇嫩和充满依赖，唤起我身上与生俱来的爱子之心。光有爱还不行啊，我得承认，从未受过任何专业的训练，没有家长大学毕业证的我，在孩子哭闹时很想一句话就让他安静下来，多么不切实际的渴望啊！好在这是一个信息时代，我不懂爱子之道，专家懂，当过父母又乐于传道授业解惑的大师们为我们这些愣头青送上了他们的育儿经。《1-4岁宝宝养育指南》正是众多育儿宝典中的一本杰作。像书名一样清晰明了，有25年育儿经验的格林博士采用诙谐亲切的语言带着我们从一个崭新的角度去看待常见的宝宝问题，吃饭，睡觉，上厕所难以及种种气得我们跳脚的创意举动。在养育宝宝时，除了树立信心，还需要了解这个年龄阶段的孩子的特有性情，这点很重要，也许只读过这部分，你就会发现其实自家的宝宝完全是健康正常的，他那些“恶作剧”正是这个年龄段的特点呢。当然知道宝宝行为正常还不够，毕竟那些“正常行为”常常让我们歇斯底里或者在公众场合丢尽面子，我们还需要知道如何能更理智却又完全不失爱的去帮助宝宝成长，同时也减少自己多方尝试终究失败的沮丧。在这里，格林博士一支招，“暂停法”、“绑门法”、“延时安抚法”都将成为你实用的招数，甚至有些时候你不需要特别的招数，你只要拥有一下你的孩子，因为博士说了，那是孩子在以他的方式渴望得到你的关注，你给予了，他就满足了，就这么简单。在养育孩子上，家长也有自己的难处，比如说工作忙，单亲家庭等，书中也针对这些实际问题给了我们很多建议和方向，至少我看了，就放下了一个心理重担，我知道了我不用为必须工作不能整天陪孩子而内疚，因为和孩子在一起的时间，质量比数量更重要！他提醒我们要尽可能以最好的状态去面对孩子。对我来说就是，如果晚上加班后只能陪孩子玩一个小时，那就开开心心的享受这一个小时，而不是满腹牢骚地带着疲惫的面容去逼着孩子睡觉，因为，最终可能一个小时过去了，一个小泪人委屈地哭睡着了，那么他会梦到什么呢？幽默的语言加上惟妙惟肖的漫画插图也是这本书的一大特色，让我可以边笑边学习长之道，幸哉，乐哉！落潇老婆 2011-7-18晚

5、版本：这本书的原版《Toddler Taming》在1984年出第一版，并先后在1990和2001年修订过两次，最新版由doubleday于2006年出版。《1-4岁宝宝养育指南》即根据此最新版译出。另有上海译文出版社2002年出版的《1-4岁幼儿养育指南》，此系根据1990年版本译出。内容：原版书名Toddler Taming，toddler一般指1-4岁的孩子，taming是“驯服”、“使。。听话”的意思，这本书主要的意图在于让你更了解宝贝，并且教给你面对他（她）淘气的方法，其中折射出的教育思想非常可贵。这本书分析了小孩子的心理特点，提出了历经多年检验的、行之有效的具体做法，非常实用。全书24万字，内容充实。语言自然、幽默、轻松、活泼。双色印刷，配合卡通插图，生动形象。最后，这本书涉及了婴幼儿养育的几乎所有的重要方面，全面、有效是它的优点，但限于篇幅，对某一个具体方面的叙述不可能太过深入，必要时可以进一步查阅相关书籍。目录在开始之前.....第1章 1~4岁宝宝的养育要点1~4岁宝宝的养育要点拿不准的时候，请记住.....成功的秘诀第2章 树立信心绿灯与红灯绿灯红灯不能承受之专家信心是关键第3章 1~岁宝宝的性情特征没头脑控制欲渴望得到关注自我中心只对10分钟前后的事情感兴趣喜欢说“不”父母的做法——顺其自然第4章 1~4岁宝宝的正常行为宝贝在成长过程中的行为发展概述两项重要研究儿科医生的宝宝又如何宝宝的哪些行为是正常的完美宝贝第5章 宝宝不好的行为是哪里来的宝宝在行为方面的问题，今天是否更严重基因与环境基因和天才滋养宝贝的天

性第6章 1~4岁宝宝的行为促发因素5个行为促发因素“嘿！看我呀！”——吸引我们注意“我更可爱！”——“吃醋”和“争宠”“唉！”——灰心丧气，情绪低落“别丢下我！”——害怕~个人待着“我肚子疼！”——不舒服或者生病了万变不离其宗第7章 要管教，不要体罚转变管教观念什么是管教管教的方式管教前的准备工作谨防陷阱循序渐进咬牙撑过黎明前的黑暗各就各位，预备……第8章 管教宝贝什么方法管用“奖善罚恶法”几条锦囊妙计杀手锏——“暂停法”第9章 管教宝贝什么方法不管用吓唬吼叫体罚民主与谈判常识与“失常”第10章 宝贝大哭大闹、耍花招怎么办什么是大哭大闹大哭大闹怎么处理在公共场所哭闹宝贝的小花招网开三面难事一桩第11章 让育儿变得轻松对宝贝的行为有合理预期无法避免则接受适可而止避免两败俱伤如何为宝贝布置安全的家居环境水深火热之时放松第12章 宝贝睡觉好吗睡好觉有多重要有关睡眠的科学常识关于睡眠情况的一些统计资料睡眠问题是什么宝贝不好好睡觉的三大表现小议镇静类药物酣梦成眠第13章 有关睡觉的其他问题支招午睡还要不要婴儿床里的“跨栏者”早起的百灵鸟妈妈，我怕为什么甜蜜的梦容易醒我的奶嘴哪儿去了夜里要奶吃“我是夜行人”噩梦午夜惊魂敏感的邻居一起睡还是分开睡美梦成眠第14章 宝贝应当吃什么好的开始是成功的保证如何均衡饮食健康的食品正确的选择哪来这么多小胖墩儿运动很重要宝贝与电视宝贝的行为问题与饮食健康快乐到永远第15章 如何训练宝贝上厕所宝贝能乖乖地吃饭吗一般性的参照宝贝在饮食方面的主要问题不要强迫宝贝吃饭1~4岁宝宝的口味如何准备饭菜零食也营养如何让宝贝乖乖吃饭第16章 如何训练宝贝上厕所错误的老观念上厕所的正常发展过程上厕所训练的基本原则排尿训练排便训练夜尿训练上厕所训练中的拦路虎成功在向我们招手第17章 好孩子也有坏习惯咬人挖鼻孔嘟囔打断谈话玩弄隐私部位偷东西说脏话不系安全带走丢磨牙撞脑袋屏气发作呕吐乱涂乱抹纯真年代第18章 宝贝害怕怎么办不同年龄的宝宝怕什么1~4岁的宝宝怕什么什么东西能让宝贝有安全感宝贝别怕第19章 幼儿园、托儿所和游戏小组观念的冲突看护机构的优点托儿所幼儿园游戏小组照顾宝贝第20章 早期教育生活即学习做游戏语言能力的发展阅读跳出思维的框框寻找天才宝宝助宝贝一臂之力宝贝是块小海绵第21章 手足相争双倍的麻烦做出正确的解释像小婴儿那样咿咿呀呀打架嘲弄绝对的公平独生子女都是“领地”惹的祸第22章 写给上班族家长上班族的生活上班族父母为什么内疚上班族父母的选择质量胜于数量共同承担家庭计划充分利用时间第23章 单亲家庭单亲家庭的难处分居和离异单亲家庭的成功第24章 幸亏还有爷爷奶奶老马识途温和的老人及时的帮助基本的原则祖父母的好处第25章 “不可爱”的宝贝爱哭的宝贝难伺候的宝贝爱惹麻烦的宝贝真爱至上第26章 小儿多动症(ADHD)小儿多动症概述家长的做法如何管教多动症宝宝运用生存心理学药物有奇效接受现实第27章 如何管教残疾宝宝管教是必要的特殊问题的处理面对痛苦，面对现实一臂之力第28章 1-4岁宝宝的常见疾病气喘病罗圈腿、膝外翻和扁平足支气管炎普通感冒哮喘耳疾发热高热痉挛脑膜炎扁桃体炎呕吐和腹泻如何给宝贝吃药关于住院的建议关于卧床的建议关于宝贝生长发育的建议如何判断宝贝的病情附录1 生长发育的标志附录2 一些常识附录3 免疫接种附录4 家庭安全自检表

6、——文/阳宝看了厚厚的整本书，很不错，推荐给各位新手父母，这本书几乎讲到了育儿的方方面面，尤其注重孩子的天性成长，这点让我很是赞同，中国目前80后的新手爸爸妈妈，都是高文化高知识份子，他们从来都不缺乏理论，也非常愿意学习，但就在家庭育儿方面，很多新手爸爸妈妈都严格遵从育儿专家们的指导，甚至鄙夷和斥责老一辈的教养方式，常常会认为父辈们的经验已经严重地和现代育儿理念脱节，而自己又没有兄弟姐妹可以分享和借鉴，因此在很多育儿问题上显得孤立无援，捉襟见肘。我们现在的育儿大多都是在网上交流，建立和参加了各种各样的育儿群，妈妈群，育儿社区等，如果有的妈妈遇到什么问题到群里或论坛上吆喝一声，很多妈妈们会同时来分享自己的心得，这就出现很多可大可小的问题，尤其是在孩子地教育问题上，80后的爸爸妈妈们都非常有主见，都觉得自己可以将孩子带好，并积极参与各种各样有利于孩子成长发育的早教班，亲子班，训练班，绝不能让自己的宝贝输在起跑线上，给予他最好的营养，最佳的身材，最优的教育！可怜天下父母心，有时候我真的觉得这些爸爸妈妈们太伟大了。记得曾经有一位妈妈大声跟自己的宝宝发了次脾气，就足够令这个妈妈愧疚好久，并认为自己的这次发火可能会直接影响到宝宝的心理发育……好吧，就我个人的理解，孩子的教育确实是个很困难的事情，正如夫妻相处一样，不仅仅是有爱就可以了，还涉及很多其他的东西，1~4岁的孩子已经脱离了襁褓，开始学习走路，学习说话，学习人际交往，学习自我独立，学习很多他自己想学习的东西，支撑自己的成长！看过众多的育儿宝典，好的育儿专家一般都不会严格规定孩子的成长发育期，现在很多育儿网站和早教机构很喜欢有一个成长发育阶梯图，认为孩子到了1岁就应该学会哪些？到了1岁半就应当会做哪些？到了2岁又应该懂得什么了。如果你的孩子到了9个月还不会爬，那么她们会危言耸听地说你的宝宝哪里的发育如何出了问题，如果不及时调

## 《1-4岁宝宝养育指南》

整，将来会如何影响发育，甚至身心健康。我个人很讨厌这样的论调，每个孩子都是不一样的，不是工厂里批量生产的商品，十只手指各有长短，不是说各项指标都达到了就是无比健康的孩子，而在某个时期某个阶段没有达标的孩子就是发育不正常。充满浓重商业气息的育儿误导让80后的新手父母们无所适从。另外令我值得欣慰的是，本书作者也觉得老人是我们最宝贵、最自然的资源。现在的父母不是难以接触老人就是轻视他们的存在，从而选择自己去找路子。许多年轻父母认为上一代已经“过时”了，和今天的社会脱节了。作者认为这种想法很奇怪，因为即使是今天，世界上最强大的国家都在上一辈的统治之下，他们都是当了爷爷、奶奶的人。当我们逐渐变老，生活就会变得更加现实，对生活的理解也会趋于深刻。这是一种成熟的态度，一种“既来之，则安之”的人生哲思。在管教宝贝的时候，爷爷奶奶普遍比较温和，往往会站在宝贝的角度考虑问题，经过多年的智慧沉淀，爷爷奶奶们往往不再执著于那些所谓的“应该”和“必须”了。而这些都是我们年轻父母应该学习的，我们需要的正是这一份宽容和从容。养育孩子，还是顺其自然的好！

# 《1-4岁宝宝养育指南》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)