

帮宝宝健脑的九大提案 PDF转换可能丢失图片或格式，建议  
阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/294/2021\\_2022\\_\\_E5\\_B8\\_AE\\_E5\\_AE\\_9D\\_E5\\_AE\\_9D\\_E5\\_c67\\_294412.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/294/2021_2022__E5_B8_AE_E5_AE_9D_E5_AE_9D_E5_c67_294412.htm)

不运动，则肌肉难以发达。同样，如果您不帮助婴儿“运转大脑”，婴儿的大脑就不能充分发育。对婴儿的刺激可能是正面的，也可能是负面的。正面的刺激促进脑的发育、增强学习能力，但负面的刺激可能导致对脑的破坏。负面的刺激包括目睹暴力、紧张事件和被忽视。所以，就从为婴儿提供温馨的充满爱的环境开始。

9种增进婴儿的大脑能力的方法

1) 爱 婴儿迫切需要爱，尤其是最早的几周和几个月。婴儿并不是要操纵或控制您。从生物学角度讲，她只是需要您的爱，对他的哭闹有所反映并不会宠坏孩子。如果您一直对婴儿的哭闹采取行动，婴儿会信任你，并会感到强烈的自我尊重。她知道自己的需要会得到满足，而不会感到紧张，同时学习爱以及建立人际关系。如果在最初的几周或几个月得不到关心，婴儿长大后可能会内向、孤僻。要做的事：总是对婴儿的哭闹作出反应，通过抚摸和声音使她平静下来，而不是让她继续哭泣。

2) 聊天 跟婴儿说话，快而模糊的话是没用的，温和慈爱的声音才最恰当。妈妈的话语是她最爱听的声音。当她还是5个月大的胚胎时就一直在听。要做的事：用您最擅长的语言，使用尽可能多的词汇。决不要忽视婴儿的学习能力。如果作出夸张的表情，婴儿会更乐意与您交流。

3) 抚摸 抚摸是强有力的刺激和学习工具。对于使婴儿平静下来也有很好的效果。据报道，与未接受按摩的早产儿相比，接受按摩的早产儿成长更快，更少焦虑，更早出院。要做的事：喂养时报紧她

，经常拥抱她。给婴儿沐浴后，轻轻地全身按摩，在旁边时唱歌并跟她讲话。您将享受与她在一起的这一刻。

4) 模仿 婴儿对看您的脸很有兴趣。从刚生下来开始，她就不断地分析您的脸。她可能模仿微笑、皱眉等表情。要做的事：鼓励婴儿模仿您。抱婴儿时保持大约8英寸的距离，作鬼脸、吐舌头。出乎您意料之外的是，这个刚出生的孩子也会伸出自己的舌头！

5) 体验 你给婴儿带来的体验越丰富多彩，她的大脑受到的刺激也越多。让婴儿体验多种不同的环境。要做的事：外出散步，带她到不同的地方，如超市、运动场和商业街。让她接触不同的视觉与声音。要避免的是：把婴儿放在电视机前几个小时，这不会刺激她。她需要的是真实的而不是虚拟的体验！

6) 探查 为婴儿提供安全的探索环境，如起居室地板。她需要很大的空间自己去发现、探索。要做的事：将危险物品放到孩子触碰不到的地方，盖上所有的插座盖板，把家具上所有的尖角垫好，提供安全恰当的玩具。

7) 阅读 在婴儿很小时就开始给她阅读。她可能不理解故事，但乐于倾听您的声音和看图片。要做的事：用有凹凸式图片或者有触觉刺激的能互动的书，向婴儿说明书内不同的纹理，让她抚摸并体会不同的感受。

8) 音乐 即使在出生前对婴儿唱歌和演奏音乐对其大脑发育也是有益的。一般来说，节奏连续的音乐是最好的。人们发现莫扎特的音乐能刺激以后用于数学的神经元(neurons)。要做的事：唱儿歌与听音乐是与婴儿共享乐趣的很好的方式。吃饭时用音乐盒或录制的音乐营造平和的心情，玩耍时则用欢快的音乐。

9) 玩耍 玩耍是乐趣，玩耍是工作。婴儿在享受的同时也在学习！与婴儿玩耍时，您也在帮助她发育，作用比你意识到的还要多。要做

的事：用对比强烈的图片来帮助婴儿提高专心技巧与注意范围。婴儿在研究图片时向她解释图片的颜色。从一开始就与婴儿玩手指游戏，帮助她“忽略”本能的“抓握反射”（手指合拢，用手掌抓取）。只有学会“放开”，婴儿才能学会用手和手指。通过手指游戏，婴儿能学习语言和精细的动作技巧。轻柔的引导婴儿的胳膊作“移动物体”的动作。交替使用两条胳膊。笑着向婴儿描述物体怎样移动。称赞她使物体移动了。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)