



## 让宝宝学会

# 自己入睡

妈博客

## 不用学步车

□柳儿

### 固定宝宝睡觉的时间

虽然几个月大的宝宝大部分时间都在睡觉,且随时随地需要睡觉,但妈妈可以有意识地培养宝宝在某几个固定的时间睡觉。时间长了,就形成习惯了。

### 入睡的环境很重要

睡前必须让孩子吃饱,心情愉快。入睡时,把房间灯光调暗一点,安静一点,给

宝宝播放或哼唱摇篮曲。你可以选择一些宝宝喜欢的3/4拍或慢四拍的歌曲。

### 记得说“宝贝,睡觉了”

把宝宝放在小床上,前几次,妈妈可以在旁边先陪他一会儿,轻轻地拍拍他,温柔地摸摸他的头、背等部位,然后轻轻地说“宝贝,睡觉了”。一段时间后,你只需要把宝宝放在床上,告诉他“宝贝,睡觉了”,然后走出房间,他很快就能安静下来进入梦乡。

### 转移宝宝的注意力

在孩子的小床上多挂一些好玩的、好看的东西,如气球、卡通玩具等,吸引他的

注意力,让他自己玩,累了自然就睡了。

### 坚持让宝宝自己睡

让孩子脱离妈妈的怀抱躺到床上,轻轻地拍他,并试着让宝宝侧身,妈妈也贴着宝宝身体侧睡,安慰他、哄他,一般宝宝在妈妈旁边躺一会儿就睡着了。

让宝宝自己睡,宝宝可能大哭。妈妈不要孩子一哭就不忍心,赶紧去抱他。家长一定要“豁出去”,坚持让孩子自己睡。小孩无论几个月大,都能明白你说的话,知道哭是没用的,自然就会改掉让大人抱着睡觉的坏习惯。

(露露)

转眼牛牛快1岁了,摇摇晃晃地开始学走路,这是一件让人兴奋的事。学会走路,意味着宝宝即将脱离完全依赖父母的时期,一扇大门在他面前敞开,他要独立地去探寻这神秘的世界。

牛牛学习走路的过程比较顺利,从他会爬开始,我就经常把他放在地上,东西南北任他爬来爬去。在他学习走路的过程中,我一直弯着腰扶着他走,这样虽然大人累一些,但对宝宝来说很安全。我见过有些家长给孩子用学步带,在孩子胸前拴条绳子,像牵小狗一样牵着孩子,孩子就探着身子,踮着脚向前冲。这样做唯一的好处是大人可以轻松点儿,对孩子却没什么好处,还会影响孩子将来的走路姿势。

至于学步车,我更是一天都没有给牛牛用过。很多研究发现,学步车不但不能令宝宝早日学会走路,还会影响宝宝的智力发育和身体发育,甚至会发生意外,所以宝宝学步车带来的危险性远远超过它带来的好处,家长应多加小心。《斯波克育儿经》中也这样提到:学步车有百害而无一利。

有的家长图省事,在孩子五六个月时就把宝宝放进学步车里,小宝宝的骨骼比较软,关节和肌肉还未达到负重要求,如果宝宝的下肢过早负重,易使骨骼弯曲,形成难看的“X”形腿或“O”形腿。

此外,学步车的座位往往较高,宝宝只能用脚尖触地滑行,前行时基本上是脚尖用力,脚后跟外翻,这样会影响宝宝将来的走路姿势,形成“八字脚”。

学步车用多了,宝宝在走路时,周围有东西护着,他就不能体会独立行走的感觉,难以掌握行走技巧,一旦离开学步车,宝宝反而没有迈步的勇气。

了解到这些后,学步车压根儿就没有在我们家出现过。从满地乱爬到撒欢儿,牛牛过渡得很顺利。

姓名:王晗  
性别:男  
生日:2010年11月18日  
父母寄语:愿宝贝温润如美玉、浓烈似美酒,健康、快乐每一天!



姓名:郭佳璐  
性别:女  
生日:2008年11月5日  
父母寄语:宝贝,我们爱你!愿你健康、快乐、幸福地成长!

相信每个家庭都用照片记录了宝宝成长的过程,那些一闪而过的快乐瞬间,留在了照片中,也留在了爸爸妈妈的心中。请爸爸妈妈将宝宝瞬间的美好时光展示出来吧,让我们一同分享你们的快乐。  
欢迎把照片和相关信息送到 aoe 儿童摄影会所。地址:中州中路玻璃厂路口西 50 米

宝贝秀  
aoe 特约  
儿童摄影会所  
中州中路与玻璃厂路交叉口西 50 米  
13333873636 63226161

## 稚子语

### 玻璃宝宝

一个下雨天,我带着3岁的女儿坐公交车上街。

车窗外雨水顺着玻璃往下流,靠窗坐着的女儿盯着玻璃看了一会儿,从口袋里掏出一张纸巾,不停地擦车窗玻璃,嘴里还嘟囔着什么。

我笑着说:“那是天上下的雨,在玻璃外面流,你擦不掉的。”

女儿摇摇头,认真地说:“妈妈,你说的不对,那不是雨水,是玻璃宝宝的眼泪!他妈妈上班了,他想妈妈,就伤心地哭了。”

女儿的想象多么天真和奇妙呀!我故意逗她:“哦,玻璃宝宝哭得恹恹伤心,他的眼泪你给他擦也擦不干,你得想个办法哄哄他呀!”

女儿歪着小脑袋想了一会儿,高兴地说:“妈妈,咱到超市给他买个冰糕吃,玻璃宝宝就不会再哭了!”  
我惊喜。(陈金阁)

## 副刊

投稿:lsfnzk@163.com  
电话:65233688

# 海信智能电视

## 春季攻市 全国开幕

# 2012大动作

### 最高直降3000元,错过3天,再等1年!

### 预存10元抵200元 (特价机除外)

### 3月9日-11日 仅此三天



Hisense  
新电视 新生活

海信XT770上市品鉴会暨春季全国攻势启动新闻发布会

#### 特价抢购区

- |            |           |
|------------|-----------|
| 32型超节能LED  | 惊爆价: 1899 |
| 40型智能网络LED | 惊爆价: 2999 |
| 50型智能3DLED | 惊爆价: 6999 |

更多优惠,请咨询市区各大家电商场海信专柜