



丛书序

本丛书是受中国心理学会委托、中国科学技术协会资助，由近百位心理学专家撰写的我国第一套以“十万个为什么”命名的心理学科普丛书。

说起《十万个为什么》丛书，那是我们这一代儿时阅读到的非常好的科学启蒙读物，它引导我们接触科学、认识科学、热爱科学、走向科学。回首来时路，我们方才后知后觉，人总是愿意问“为什么”的。1961年，首版《十万个为什么》丛书问世。这是影响了几代人的科普巨作，在我们心中留下了永不磨灭的美好记忆。它对自小培养国民科学意识和素质发挥了不可估量的作用。自那时起，《十万个为什么》丛书推出了多个版本，由最初涉及物理、化学、天文气象、农业、生理卫生、数学、地质地理和动物等科学领域的8册一套，发展到了21册一套，涉及的学科更为广泛，也极大地丰富了青少年的视野。但是，从始至今，这套丛书中却没有关于人类自身心理发展知识的独立单册。

原因何在？从我们心理学工作者角度来看，原因可能来自两个方面。一方面，人类心理的高度复杂性使这方面的科学研究相对滞后，从而制约了此类科普读物的编写。人类的心理极其错综复杂，或细致如发，或柔肠百转，或瞬息万变，或表里迥异，偶失察之毫厘，竟致谬以千里。作为心理现象一部分的意识（还有一大部分为无意识），究其起源，迄今未知，终成世界三大迷之一，被恩格斯誉为“地球上最美丽的花朵”，是最复杂、神奇的现象。由此可见，人类对自身心理的研究极为困难。尽管心理学的思想源远流长，可追溯到2000多年前中国古代的孔子和古希腊的亚里士多德等先哲的思想，但心理学的科学史却十分短暂，《十万个为什么》丛书首版距科学心理学诞生仅82年，时

至今日，许多心理现象还有待于深入研究。加上我国的心理学发展几经起落，直到1978年改革开放才迎来了自己的春天。心理学研究本身的薄弱也成了制约其科普读物编写的内在条件。另一方面，人们对心理学知之甚少，这方面的社会需求相对缺乏，从而迟滞了该类科普读物的应需而生。在开始接触心理学时，人们甚至还会将其与看相、卜卦相联系，颇带有几分神秘感，以至于心理学科在“文化大革命”时期被斥为伪科学而被打入“冷宫”。虽然之后有了自己的独立发展，但心理学也主要在师范类院校中作为课程而存在，没有形成普遍的社会需求，因而缺乏推动科普的外在动力。

值得欣慰的是，近几十年来，心理学得到极大的发展：心理科学的研究领域在不断扩大，从事心理学工作的队伍规模日益壮大，攻读的学生（包括本科生、硕士和博士研究生）人数迅速增长，研究课题和发表论文数量翻倍增加，呈现出欣欣向荣的景象。甚至有人在20世纪末预言，21世纪将是心理学的鼎盛发展时期。以我国来说，中国心理学会的分支机构已发展到了21个专业委员会和10个工作委员会，这个纪录还在不断地刷新。现有心理学教学科研的单位已超过340个，有硕士学位和博士学位授予权的高校和科研机构多达百个，每年召开几十场全国性的心理学学术会议，与国外心理学界的交流也日益频繁，产生了大量的合作研究的成果。随着研究方法的不断发展与改进，整个心理学界在心理现象的科学研究上取得了长足进步。研究的对象逐渐从低级向高级，从个体性向社会性，从单一向综合的心理现象拓展。特别是近十多年来，眼动追踪技术、事件相关电位技术（ERP）、功能性核磁共振脑成像技术（fMRI）、功能性近红外光脑成像技术（fNIRS）等高科技手段在心理学研究中的运用，使心理学研究又从宏观领域拓展至微观领域，由行为层面、心理层面拓展至生理层面，特别是脑科学方面的研究为这磅礴的奏鸣曲谱写了新的乐章。

另外，随着时代的发展、生活品质的提高，人们认识自身心理的欲望也增强了。特别是社会节奏的加快、生活压力的上升，使得各种心理问题纷至沓来，寻求心理科学的援助，以缓解心理问题的社会需求也愈显突出。对全民的心理关怀甚至写入了中国共产党第十六次全国代表大会文件之中，习近平主席更是在全国性大会上强调心理关怀和心理普及问题，并将这种科学普及提到与科学创新同样重要的高度。这一切为《十万个为什么》科普读物大家庭迎来新成员——人类心理分册提供了历史性的机遇。

正是在这样的大背景下，我们近百位心理学专家担负起时代赋予的使命，以我们数

十年的专业素质与职业操守，来撰写这套《人类心理十万个为什么》丛书。本次出版的是涉及个体从出生到青少年的三个分册，分别是《婴幼儿心理十万个为什么》(0~6岁)、《儿童心理十万个为什么》(7~12岁)和《青少年心理十万个为什么》(13~18岁)。随着条件的不断成熟，我们还将推出其他分册。

本丛书从编写队伍到编写宗旨、内容、结构、框架、形式，具有以下六方面特色：

一、作者队伍强大

作者队伍的强大主要体现在两个方面。一是编写人员多。每个分册都有4位主编和约30位编委，三个分册共有近百位作者参加撰写，可以说是《十万个为什么》丛书中学科参编人员最多的。二是专业水平高。近百位编委均具有副教授及以上职称，其中教授60余位。12位分册主编均为中国心理学会理事，其中有2位副理事长、7位常务理事；7位编委担任中国心理学会各专业委员会主任或副主任；编委中不乏长江学者特聘教授、国家级教学名师、博士点学科带头人。这样高水准的作者队伍为本丛书的科学性、专业性提供了有效保证。

二、编写宗旨鲜明

从组建作者队伍起，每位分册主编和编委都怀揣一个十分明确的宗旨，那就是通过科普图书的编写来体现心理学工作者对社会的奉献，并将这种意识概括为十六个字——“服务社会，福祉后代，利在当下，义在深远”，并以此激励自己认真完成中国心理学会的这一嘱托。为此，在编写准备阶段，我们进行了调研工作，及时了解民众对这方面知识的需求情况；编写过程中，我们召开6次分册主编会，深入研究编写中发现的各种问题，并先后在清华大学、北京师范大学、浙江师范大学、苏州大学、华中师范大学、上海师范大学6所高校开展撰写人员培训活动；所有编写人员在教学和科研任务非常繁重的情况下，仍然坚持认真撰写书稿，一遍又一遍修改，有的稿件甚至修改了10遍。有的编委平时没有时间，就利用节假日来撰写，甚至在大年夜全国人民举家团圆、围坐欢聚之时，有不少作者还在为稿件忙碌。在总主编的电脑上清晰记录着某分册主编给他发送稿件的时间——“2016年02月07日23:07”，那正是除夕之夜。

三、学科知识丰富

作为独属于心理学的《人类心理十万个为什么》丛书，本丛书力求具体、丰富而翔实，暂分为三个分册，涉及孩子从婴幼儿到儿童，再到青少年时期的种种问题。每个分册的内容都分为两大方面：

一是孩子的心理发展。本丛书以问题形式来阐明孩子在心理发展现象、特点和规律方面的心理学知识，即阐述个体心理发展问题，包括认知、情感、意志、气质、性格、能力、创造力、兴趣、理想、自我意识、价值观等方面的一些现象和规律性问题。诸如《婴幼儿心理十万个为什么》中的“宝宝边玩边自言自语，为什么？”“宝宝的记忆容易被改变，为什么？”，《儿童心理十万个为什么》中的“孩子对童话故事‘情有独钟’，为什么？”“孩子特别犟，为什么？”，《青少年心理十万个为什么》中的“孩子陷入‘我究竟是谁’的迷茫中，为什么？”“孩子有正确的价值观很重要，为什么？”等。

二是孩子的生活课题。本丛书以问题形式阐明孩子在生活中面临的诸多问题背后的心理学知识，包括身体发育、社会交往、学习活动、网络接触、心理健康、择校取向等。诸如《婴幼儿心理十万个为什么》中的“胎宝宝没出生前听到爸爸的声音就‘陶醉’，为什么？”“宝宝有时独自在角落里一个人‘发呆’，为什么？”，《儿童心理十万个为什么》中的“孩子容易受欺负，为什么？”“孩子不愿对父母说心里话，为什么？”，《青少年心理十万个为什么》中的“性格孤僻的青少年容易‘一网情深’，为什么？”“青少年要‘自杀’，为什么？”等。可以说，有这三册在手，读者可以更好地了解孩子这三个人生阶段充满生机和活力的成长过程。

四、内容结构创新

本丛书在内容组织上与以往的《十万个为什么》丛书不一样，这是由它的特殊性决定的。以往的《十万个为什么》丛书是对某学科客观现象的科学说明，不涉及“怎么办”的问题，如数学中的“为什么计算机要使用二进制？”、物理学中的“为什么大雁排队飞行会节约能量？”、化学中的“地球上的氧气会用完吗？”等问题便是如此。《人类心理十万个为什么》丛书涉及人，对于人的心理现象，我们不能仅仅停留在对其进行科学说明上，还要对各种现象提出应对性的建议，这样才能对读者有现实意义。例如，在说明

了“宝宝口齿不清，为什么？”“孩子做事总是三分钟热情，为什么？”“网瘾少年难沟通，为什么？”等现象的心理学解释后，读者往往还迫切想知道“怎么办”。因此，我们做了一个大胆的开创，在所有“为什么”问题后都提出应对性的建议。诚然，本丛书只是科普读物，不是心理咨询读物，它的重点在于对心理现象进行科学说明，而不在于对“怎么办”进行操作指导。因此，建议部分不作为重点，而是以具有一定的启发性、操作性为宜，以免喧宾夺主。

五、内在框架严谨

虽然第一眼看上去，《人类心理十万个为什么》丛书的目录就是一些题目，内部没有分列标题，其实，所有“为什么”题目下的解说文章都有内在严谨的逻辑框架，包括现象、原因和对策三个部分，即问题提出、问题分析和问题建议。①问题提出部分，描述该问题的现象。先是“点”的个案描述，作为正文的导入，然后是“面”的整体概述，有时在这部分还融入有关该现象给孩子带来的影响，以引起读者的重视。②问题分析部分，阐述问题的成因、机制等，是正文的重点。有时可从表层（一般分析）和深层（进一步分析）两个层次加以阐明；也可从心理层面、行为层面、社会层面，直至生理层面，特别是在脑科学的深层面上予以科学说明。③问题建议部分，根据原因分析给老师和家长提出应对建议。各篇以此设置出精准而严谨的框架，更符合读者的阅读期待，特别是阅读的认知逻辑过程，帮助读者在阅读的同时构建一个顺畅的逻辑思维过程。

六、外部形式多样

为了增加可读性和乐读性，我们尽可能使版面活泼跃动，除正文外，每篇还有与正文主题有关的插图一幅、“名言录”一句和“心视界”一篇。插图以生动形象的方式反映主题，带有一点漫画的风格，更给人以轻松、愉悦的感受；“名言录”以名言的形式启迪深思，让读者有一种认知上的顿悟和升华；“心视界”则从多种角度进一步丰富和拓展内容：或延伸与主题有关的具体材料，或提供有关的佐证文献（相应的调查、实验、科学研究成果等），或简介有关的理论，或体验有关的小测试等。总之，本丛书力求以多种形式让读者在赏心悦目中获得心理知、开阔心理眼界。

作为心理学的《十万个为什么》，这样一套丛书还是首次问世。首当其冲地，它发挥

了科普读物的创新作用。正如习近平主席在全国科技创新大会、两院院士大会、中国科协第九次全国代表大会上的重要讲话：科技创新、科学普及是实现创新发展的两翼，要把科学普及放在与科技创新同等重要的位置。^①更重要的是，不同于一般科普读物的知识讲解，本丛书旨在提高人们对心理现象的理解，特别是认识成长中的孩子的心理发展，从而提高养育、培育、教育孩子的科学性和有效性，这将有利于提高中华民族的心理素质。

丛书主创团队如下：总主编是卢家楣；《婴幼儿心理十万个为什么》分册主编是张向葵、方晓义、桑标和傅宏；《儿童心理十万个为什么》分册主编是刘电芝、邹泓、周宗奎和钱铭怡；《青少年心理十万个为什么》分册主编是卢家楣、李伟健、金盛华和樊富珉。参编人员由发展心理学、教育心理学、咨询心理学和社会心理学等领域的近百名专家组成。

本丛书在即将付梓之际，要感谢所有为丛书出版做出贡献的人们。

首先，要感谢中国心理学会对我们的信任、支持和鼓励。特别是中国心理学会原理事长杨玉芳研究员，是她将此重任交给我，并始终关心、指导我们的编写工作，几乎参加我们每一次的主编会议，还在经费上给予力所能及的支持。

还要感谢三个分册的主编，他们都是各自学科中的翘楚，在科研、教学和学术活动十分繁忙的情况下，仍义无反顾地参加本丛书的总体设计和分册的编委组织、稿件审阅、撰写与修改工作，为三个分册的出版做出了努力。这里特别要提到的是婴幼儿分册的主编张向葵教授和儿童分册的主编刘电芝教授，她们在后期担负起繁重的统稿、改稿、校对及定稿等工作，不辞辛劳、竭尽全力，为各分册的顺利出版发挥了极为重要的关键作用。

随后要感谢所有编委，这是一支专业化、高水准的庞大队伍，正是他们付出了努力，写出了一篇篇稿件，才为丛书的出版奠定了坚实的基础。

再要感谢同学们，跟着导师们完成资料的收集、整理，甚至某些初稿的撰写和润色工作，默默地在幕后付出了大量的智慧和精力，其中特别是陈叶梓博士还做了不少秘书工作。

还要感谢上海师范大学美术学院冯馥老师及其团队为丛书绘制所有的插图，使丛书达到图文并茂的效果。

^① 白春礼. 加强科学普及服务创新发展. <http://theory.people.com.cn/n1/2016/0617/c83846-28454401.html>. [2017-09-20].

同时要感谢中国科学技术协会在丛书编写过程中给予的经费支持。

此外，在本书撰写过程中有不少专家学者和教师、家长热情询问出版情况，对本书表现出关切和期待，给我们以鼓舞和鞭策。为此，对关心此书出版的所有人士也一并表示感谢。

最后要感谢科学出版社及其领导，特别是为本丛书从策划到具体落实过程中付出智慧、辛劳和耐心的教育与心理分社分社长付艳及责任编辑孙文影，以及付出专业化、高水平努力的文字编辑、封面设计、版式设计人员。

古希腊人将苏格拉底的一句名言“认识你自己”镌刻在德尔斐神庙的门柱上，作为千载不变的神谕，这恰说明了自我认识的重要与困难，两千多年来已成为警世之语。其实，人类对自身心理的认识又何尝不是如此呢？因此，虽然我们为本丛书的出版全力以赴，不遗余力，唯望读者有所裨益，对后代成长有所帮助。但终因心理现象的复杂和我们能力的有限，加上初次尝试，仅迈开求索历程的第一步，稚嫩乃至谬误等不尽如人意之处自当难免，敬请诸位批评指正，以冀不断改进，日臻完善。随着心理科学研究的不断推进和发展，对人类心理自我认识的不断深化和提高，心理科普之路将不断延伸和拓展，还有更多的科普高峰等着我们去登攀。

路漫漫，科普之途何其修远；心诚诚，上下求索乐在其中。

肖家楣

2017年9月



目 录

- 宝宝哭了，为什么？（001）
- 宝宝总是哭闹不止，为什么？（004）
- 宝宝喜欢面对面说话，为什么？（006）
- 宝宝口齿不清，为什么？（008）
- 宝宝说话结结巴巴，为什么？（011）
- 宝宝出现沉默，为什么？（014）
- 宝宝词汇贫乏，为什么？（017）
- 宝宝边玩边自言自语，为什么？（020）
- 0～1岁是宝宝语音发展的主要时期，为什么？（023）
- 1～2岁是宝宝词汇发展的主要时期，为什么？（026）

- 2～3岁是宝宝语句发展的主要时期，为什么？（028）
- 宝宝早期不接触语言，后天语言发展缓慢，为什么？（031）
- 宝宝“能文不擅武”，为什么？（034）
- 宝宝对音乐超敏感，为什么？（037）
- 宝宝左右脑发展不协调，为什么？（040）
- 宝宝识字早不一定智力高，为什么？（043）
- 宝宝“大器晚成”，为什么？（046）
- 宝宝说话晚，为什么？（049）
- 宝宝智力发展受环境影响，为什么？（052）
- 1岁前的宝宝大脑损伤后语言可恢复，为什么？（055）



宝宝总是“怕怕”，为什么？（058）
宝宝总是“暴跳如雷”，为什么？（061）
宝宝新入园爱哭闹，为什么？（064）
宝宝闯祸后会“百爪挠心”，为什么？（067）
宝宝犯错后“执迷不悟”，为什么？（070）
宝宝也会“察言观色”，为什么？（073）
宝宝会“感他人之所感”，为什么？（076）
宝宝常常说“瞎话”，为什么？（079）
宝宝常常骗大人，为什么？（082）
宝宝心中“有鬼”，为什么？（085）

宝宝“为所欲为”，为什么？（088）
宝宝“望而却步”，为什么？（091）
宝宝也有计划性，为什么？（094）
宝宝“迫不及待”，为什么？（097）
宝宝会磨人，为什么？（100）
宝宝会模仿父母的行为，为什么？（103）
宝宝“心不甘情不愿”，为什么？（106）
宝宝总是违规，为什么？（109）
宝宝会“听音辨人”，为什么？（112）
吃母乳的宝宝“母婴情深”，为什么？（115）



- 宝宝对亲子游戏“一往情深”，为什么？（118）
- 离异家庭的宝宝烦恼多，为什么？（121）
- 宝宝对父母也“偏爱”，为什么？（124）
- 宝宝喜欢和爸爸玩耍，但更依恋妈妈，为什么？（127）
- 宝宝“动手不动口”，为什么？（130）
- 宝宝“恋”着父母的床，为什么？（133）
- 宝宝会“吃醋”，为什么？（136）
- 宝宝喜欢玩电子游戏，为什么？（139）
- 宝宝喜欢玩“过家家”游戏，为什么？（142）
- 宝宝喜欢玩“幼稚”的游戏，为什么？（145）
-
- 宝宝喜欢自己挑的玩具，为什么？（148）
- 宝宝“朝三暮四”，为什么？（151）
- 宝宝有那么多“为什么”，为什么？（154）
- 宝宝“动如脱兔”，为什么？（157）
- 宝宝脾气急躁，为什么？（160）
- 宝宝过于敏感，为什么？（163）
- 宝宝“慢条斯理”，为什么？（166）
- 宝宝用哭达到目的，为什么？（169）
- 宝宝“三心二意”，为什么？（172）
- 宝宝“衣来伸手，饭来张口”，为什么？（175）



宝宝也需要被尊重，为什么？（178）
宝宝过度自信，为什么？（181）
宝宝不愿意表现自己，为什么？（184）
宝宝性格孤僻，为什么？（187）
宝宝腼腆害羞，为什么？（190）
宝宝对“奥特曼”等深信不疑，为什么？（193）
宝宝对陌生人也会微笑，为什么？（196）
宝宝认不出镜子里的自己，为什么？（199）
宝宝常用“宝宝”称呼自己，为什么？（202）
宝宝认为玩具能听懂他说的话，为什么？（205）

宝宝抢占排头，为什么？（208）
宝宝爱抢玩具，为什么？（211）
宝宝突然“不不相逼”，为什么？（214）
宝宝“一叶障目”，为什么？（217）
宝宝“视而不见”，为什么？（220）
宝宝对动画片“情有独钟”，为什么？（223）
宝宝喜欢咬手指，为什么？（226）
宝宝挑食，为什么？（229）
宝宝成了“小胖胖”，为什么？（232）
宝宝经常尿床，为什么？（235）



宝宝喜欢问“我是从哪里来的？”，为什么？（238）

宝宝更愿意与爷爷奶奶在一起，为什么？（241）

宝宝没有安全意识，为什么？（244）

宝宝易跌撞、不怕疼、拒触摸，为什么？（247）

宝宝总把东西往嘴里放，总爱到处摸，为什么？（250）

宝宝迟迟不会走路，为什么？（253）

宝宝能“拿起西瓜”却很难“捡起芝麻”，为什么？（256）

宝宝喜欢爬，为什么？（259）

宝宝喜欢爬上爬下、跳来跳去，为什么？（262）

宝宝是个“近视眼”，为什么？（265）

宝宝没有良好的阅读习惯，为什么？（268）

宝宝自己也会选书，为什么？（271）

宝宝不爱阅读，为什么？（274）

宝宝受到表扬却不开心，为什么？（277）

宝宝迷恋图画书，为什么？（280）

宝宝1岁左右就能学英语，为什么？（283）

宝宝识字容易写字难，为什么？（286）

宝宝会“分苹果”，却不会“ $1+1=?$ ”的问题，为什么？（289）

宝宝对撕书、撕纸乐此不疲，为什么？（292）

宝宝喜欢画画，为什么？（295）



2岁前宝宝记住的东西到6岁后就忘了，为什么？（298）

宝宝睡前喜欢让父母讲故事，为什么？（301）

宝宝“人来疯”，为什么？（304）

宝宝喜欢攀比，为什么？（307）

宝宝常常好心办坏事，为什么？（310）

宝宝“出口成脏”，为什么？（313）

宝宝总是有过分的要求，为什么？（316）

宝宝一上幼儿园就生病，为什么？（319）

宝宝不希望有个小弟弟或小妹妹，为什么？（322）

宝宝喜欢玩沙，为什么？（325）

宝宝喜欢抱着布娃娃睡觉，为什么？（328）

宝宝常常“破坏”东西，为什么？（331）

宝宝喜欢帮大人做家务，为什么？（334）

宝宝爱告状，为什么？（337）

宝宝不会合作，为什么？（340）

宝宝被“拒之门外”，为什么？（343）

宝宝总是被欺负，为什么？（346）

宝宝“护玩具”，为什么？（349）

宝宝生活在自己的世界里，为什么？（352）

宝宝分不清性别，为什么？（355）



宝宝喜欢异性小伙伴，为什么？（358）
宝宝玩玩具“男女有别”，为什么？（361）
宝宝喜欢“男扮女装”，为什么？（364）
宝宝喜欢“扒裤子”，为什么？（367）
6个月左右的宝宝爬到床边就停下了，为什么？（370）
3岁的宝宝总说自己有好多姐姐，为什么？（373）
哭泣的宝宝的胃贴向母亲的胸部时就不哭了，为什么？（376）
宝宝喊电视屏幕上的白头发男人“我爷爷”，为什么？（379）
宝宝3岁时就爱做“鬼脸”，为什么？（382）
当宝宝玩新玩具时总爱看妈妈的脸色，为什么？（385）

宝宝有时独自在角落里一个人“发呆”，为什么？（388）
宝宝“偷拿”小朋友的东西，为什么？（391）
宝宝玩游戏“怕输”，为什么？（394）
宝宝出生不久就对味道有偏爱，为什么？（397）
1岁前宝宝就喜欢看布满图案的布，为什么？（400）
半岁的宝宝在黑暗中能抓到发黑的物体，为什么？（403）
2岁宝宝想从微型滑梯上滑下来，为什么？（406）
宝宝出生不久就能和妈妈咿咿呀呀，为什么？（409）
宝宝出生后几乎天天酣睡不醒，为什么？（412）
宝宝的记忆容易被改变，为什么？（415）



- 胎宝宝没出生前听到爸爸的声音就“陶醉”，为什么？（418）
- 5～6岁宝宝喜欢“比一比”，为什么？（421）
- 宝宝认为“太阳总是围着自己转”，为什么？（424）
- 日常生活中，宝宝喜欢把东西搬来搬去，为什么？（427）
- 宝宝吃饭喜欢自己动手，为什么？（430）
- 爱活动的宝宝更聪明吗，为什么？（433）
- 准妈妈的“坏情绪”对胎宝宝至关重要，为什么？（436）
- 宝宝的小拳头也会“咿咿呀呀”，为什么？（439）
- 宝宝在幼儿园和家里表现不一致，为什么？（442）
- 宝宝能说出皮球的多种用途，为什么？（445）

宝宝哭了，为什么？

佳佳只有6个月大，他总是会不分时间、不分场合地哭。有时候家长哄一哄，他就会很快停止哭泣，但有时这样做完全于事无补，佳佳反而哭得变本加厉。这常常弄得家长束手无措。宝宝为何哭呢？

刚出生不久的宝宝时常哭闹是一种非常普遍的现象。当语言还无法表达自己的心声时，笑和哭就成为他们主要的表达方式。宝宝的哭声含义丰富，在不同情况下传达不同的意义。为了能及时提供一个贴近宝宝心声的照顾，家长需要学会听懂宝宝的哭声。如果在宝宝哭闹时，家长没有敏锐地了解宝宝为什么哭，就很难顺利安抚宝宝的情绪，若安抚无效后再对宝宝失去耐性，一味采取忽视甚至责备的态度，就可能会导致宝宝和家长之间形成不安全型依恋关系。



那宝宝究竟为什么会哭呢？通常，宝宝哭泣的原因分为三类：生理需求、心理需求和病理状况。不同原因引发的哭泣，其表现是不一样的，主要体现在哭声特点、脸部及肢体活动上。

首先，宝宝哭闹最常见的原因是表达生理上的需求。生理需求种类繁多，宝宝哭的表现也是非常多样的。例如，如果宝宝饿了或渴了，哭声会短而有力，比较急促；如果宝宝累了，他的哭声虽然也比较有规律，但是音量明显就会比较小；如果宝宝所在的环境太吵、光线太亮或太暗等，他的哭声和动作就会显得烦躁不安。宝宝饿了、渴了、累了等需求容易被注意到，而对环境和光线的生理需求往往容易被忽视。宝宝从来到这个世界开始，他的感知觉就已经较为敏锐了，他可以感知到环境中的刺激并做出相应的反应。比如，宝宝一般偏爱暖色调及温柔的声音，如果将宝宝放在又吵闹又黑暗的环境中，他就会感到不舒服。

其次，宝宝哭闹较为常见的原因是表达心理上的需求。初生的宝宝偏好熟悉的人和物，如经常陪伴和照顾他们的大人、他们常玩的玩具、他们常穿的衣服和常用的毛毯等，宝宝从这些熟悉的人和物中可以获得安全感。一旦宝宝感受到了威胁，安全感没有得到满足，宝宝就会开始哭闹。这种哭闹并不难辨别，因为他们往往在哭的同时会伴有一些指向性的肢体动作，如头转向照料者、手伸向他需要寻求安慰的人或物等。

最后，宝宝生病时也会哭，这时他们的哭声通常比较尖锐而凄厉，并伴随握拳、蹬腿等动作，无论家长怎么抱或者哄也无法使他们安静下来。最常见的引发宝宝异常哭泣的病理状况有消化系统、呼吸道、皮肤等方面的疾病。

要懂得分辨以上几种类型的哭，家长需要长期与宝宝相处，在照顾宝宝的过程中多多留意宝宝的表现。以下建议可供参考。

- 如果宝宝是因生理需求而哭，那么在排查出具体原因后，应及时给宝宝喂奶、喝水或哄宝宝睡觉等，注意不能忽视宝宝对于周围环境的需求。

心视界

婴儿的哭声实验

有研究者将婴儿因饥饿、痛、生气而发出的哭声录下来，放给不知情的母亲听。当这些母亲听到因痛而发出的哭声时，她们都冲进房间去看自己的孩子是不是发生了意外，而听到另外两种哭声时，她们都不紧不慢地做出反应。由此可见，经常照顾宝宝的人是能够分辨宝宝的哭声所表达的意思的，起码能够从众多哭声中分辨出病理状况的哭。

- 如果宝宝哭是因为心理需求没有被满足，那么在宝宝哭后，家长不能让宝宝长时间等待，要及时去抱或安抚宝宝。
- 如果宝宝是因病理原因而哭，则要及时送医院检查。
- 虽然医学上认为啼哭有助于宝宝的呼吸系统和肌肉的锻炼，但不管宝宝是因为何种原因哭，家长都不宜长时间后才给予反应，更不能失去耐性而责备宝宝。

名言录

饥则为之食，寒则为之衣，疲乏劳苦则使之愉快，总之小孩子哭的原因不一，做父母的止哭的方法亦随机而变罢了。

——教育家、儿童心理学家陈鹤琴

宝宝总是哭闹不止，为什么？

朱朱已经3岁了，却还总是爱哭，动不动就哭起来。有时候，他吃饱了不安心睡，蹬蹬腿就开始哭，家长抱着就不哭，一放下就又哭个不停。要睡了哭，晚上睡到半夜也会突然哭起来，醒来还哭。有时候，朱朱哭得歇斯底里，家长却不知道怎么回事，无论搂抱还是喂吃的，统统没有用，一家人被朱朱折腾得心力交瘁。



宝宝偶尔哭一哭、闹一闹不算是坏脾气，可是有的宝宝每天会大哭大闹好几次，稍不满意就会眼泪汪汪，又踢又闹，而且似乎不管怎么哄都没有效果。宝宝长期哭闹不止，不仅会让家人心情烦躁，无法安心休息和工作，而且不利于宝宝发展良好的情绪管理及冲突解决能力。

那么，宝宝为什么总是哭闹不止呢？一般来说，宝宝爱哭的原因有两大方面：一是先天原因，二是后天原因。

先天原因指的是宝宝天生的气质比较敏感和爱哭。这是由基因遗传导致的。这种类型的宝宝情绪敏感性比较强，对别人来说无足轻重的小事，在这类宝宝身上却可能会成为一个比较大的触发点。例如，走路摔倒了，虽然没有受伤，但敏感的宝宝也会觉得很疼；即使是对突然的敲门声或铃声，敏感的宝宝也可能仿佛受到惊吓一般。不过，哭对敏感的宝宝来说并不全是坏事。哭是一种释放的方式，可以使他们感觉更轻松，但这并不代表长时间或高频率的哭闹对他们没有危害，毕竟在成长过程中宝宝需要学会更有效地调节自己的情绪，需要更勇敢地体验新的事物。

后天原因是指家庭教育方式的不恰当。有的父母很害怕宝宝哭，只要宝宝一哭，就

心视界

宝宝气质、母亲教养与宝宝情绪自我调节的关系

心理学研究表明，3岁宝宝的气质、母亲的教养方式均与宝宝的情绪自我调节有关：在气质评分的平静维度得分越高的宝宝的情绪自我调节能力越好，而在敏感和回避维度得分越高的宝宝的情绪自我调节能力越差；在教养方式评分的回避维度得分越高的母亲，其宝宝的情绪调节能力越差，而在温和维度得分越高的母亲，其宝宝的情绪自我调节能力越好。此外，母亲的教养方式会对宝宝的气质与情绪调节能力的关系产生影响：对于低平静气质、高敏感、反应性强的宝宝，母亲采取高温和的教养方式会加强宝宝的情绪调节能力，母亲采取低温和的教养方式会降低其情绪调节能力；对于高平静气质、低敏感、反应性低的宝宝而言，不管母亲采取高温和还是低温和的教养方式，都不会影响宝宝的情绪调节能力。

会马上去满足他的需要，而这很容易强化哭闹行为，让宝宝感觉到用哭这种方法来达成心愿或目的非常行之有效。哭的有效性让宝宝逐渐放弃其他表达方式，更加习惯仅仅依靠哭来表达自己的需要，而这也会导致宝宝的语言表达能力得不到良好的发展。此外，有的父母对宝宝的态度太过严厉，或者经常忽略宝宝的基本心理需求，这样宝宝总体体验到焦虑不安，也会形成爱哭的性格。

对于总是哭闹不止的宝宝，如果不及时进行干预和教育，宝宝将来可能会保持或形成过于敏感爱哭的性格，情绪调节能力变差，患情绪障碍的风险增高。因此，面对无休止地号啕大哭的宝宝，家长需要注意以下几点。

- 如果宝宝属于敏感爱哭的气质类型，请理解宝宝的敏感性。敏感的宝宝对疼痛的感觉比其他宝宝更强烈，家长不应该在他们哭时进行呵斥，应该更理解、体谅和鼓励他们，让他们学会坚强地面对疼痛等。

- 听到宝宝哭后可以稍微等一下，判断宝宝哭是出于什么原因，然后再去处理，不要不管什么情况都立即去满足宝宝的需求。

- 鼓励宝宝用语言替代哭闹来表达自己的感受和需要。比如，在宝宝饿时可以教宝宝指着饭说“饭饭”；在宝宝能够用语言而不是哭闹表达需求的时候，及时表扬和鼓励，增加宝宝表达的信心。

名言录

小孩子常常哭泣是不好的，我们应当设法把它免除才好。

——教育家、儿童心理学家陈鹤琴

宝宝喜欢面对面说话，为什么？

小宝快1岁了，他很喜欢面对面地坐在爸爸妈妈的腿上，听爸爸妈妈说话。每当爸爸妈妈这样跟他说话时，小宝的眼睛总是变得格外明亮，只见他紧紧盯着爸爸妈妈的脸，聚精会神地听着，很容易就笑起来。有时候他还会边听边用手摸爸爸妈妈的脸，表现出一副享受的神情。



宝宝出生后，他们的眼睛就开始“工作”了。宝宝在看身边事物的过程中，除了会感知事物的形状、大小、颜色等特征之外，还会筛选出他们喜爱和感兴趣的事物，继而投以更多的注视。这种区别看待事物的表现叫作“视觉偏好”。而在他们喜欢看的事物中，人脸持续“榜上有名”，如故事中的小宝面对父母的脸庞如此兴致勃勃。这种现象可称为“面孔偏好”。

尽管婴儿早期的视敏度和视觉对比敏感性尚未发展起来，但是他们已经能分辨面孔与其他事物的差别。同时，与其他刺激相比，婴儿更喜欢看人的面孔图像，喜欢与人面对面地互动。心理学家认为，婴儿之所以能够这么早就辨别不同人的面孔并产生偏好，既有先天的种系进化和遗传的影响，又有后天环境的作用。

一方面，面孔传达了多种社会交流信息，识别面孔具有重要的进化意义，因此，儿童心理学家认为，在人类的进化过程中，面孔识别的机制已储存在人类的基因中，即在

心视界

婴儿学话更喜欢看嘴唇

心理学家戴维·莱夫科维奇曾观察了1岁之前的母语为英语的婴儿分别看别人说英语或西班牙语时的注视行为。结果发现：当说话者说的是婴儿的母语即英语时，4个月的婴儿更多时候看着说话者的眼睛，6个月的婴儿看说话者的眼睛与看说话者的嘴的时间差不多，8个月和10个月的婴儿更多时候看着说话者的嘴，12个月的婴儿更久看说话者的眼睛；而当说话者说的是婴儿的非母语即西班牙语时，12个月大的婴儿也和其他婴儿一样，更多时候看着说话者的嘴。戴维·莱夫科维奇认为，盯着说话者的嘴唇是婴儿学习如何发出他们听见的声音的方式。

出生时大脑中就有特殊的面孔识别机制，这些机制在婴儿早期引导他们在众多刺激中分辨出面孔；另一方面，在出生后，随着面孔刺激经验的累积，婴儿逐渐产生对面孔的持续关注，在大脑中形成了相应的神经中枢，产生了“面孔偏好”。

除了视觉，听觉也是大脑获得信息的重要通道。早在胎儿期第6个月的时候，宝宝的听觉系统就已发展起来。在照料者与婴儿面对面交流时，婴儿不仅能看到照料者表情丰富的面孔，还能听到从照料者嘴巴发出的丰富语言。虽然婴儿还不会回答，但婴儿开始逐渐整合听觉信息与视觉信息。同步的、饱含丰富情感的动态语言，为婴儿已倾心的静态面孔更增添了很多魅力。因此，对婴儿来说，和照料者面对面的说话变成了那般令人欢喜的事。

面对面说话是增强父母与宝宝的情感联结的一种重要方式。在面对面说话过程中，宝宝也会模仿他人的表情、说话的语音语调等，逐渐习得情绪表达和语言表达的方式。因此，恰当的面对面说话能促进宝宝情感的表达和语言的发展。为了给宝宝创造一个良好的对话环境，充分发挥面对面说话的作用，家长可以参考以下几点建议。

- 多与宝宝说话，不管宝宝是否能听懂。交流时，尽量保持与宝宝平视，如蹲下来或弯下腰使自己与宝宝面对面，引发宝宝的交流兴趣。
- 交流时尽量做到句式简短、语速缓慢、语音清晰、语气温柔，让宝宝能清楚地听到自己说的话，吸引和保持宝宝的听觉注意力。
- 每次对着宝宝说完一句话就可以停顿一下，用充满爱意和期待的眼神看着宝宝，当宝宝有所反应时，立刻做出积极的回应，增加亲密的情感交流。

名言录

面部可以表达大量我们用于引导社会交往的信息。

——澳大利亚心理学家琳达·杰弗里

宝宝口齿不清，为什么？

幼儿园中班的晨晨懂事乖巧，但幼儿园老师发现晨晨有个问题，就是经常说话含混不清。她说的话大家经常听不太明白。比如，她对老师说：“老机（师），咋（他）扛（抢）我的积木！”起初，老师以为晨晨只是说话有些撒娇，后来家长带她去医院检查，才发现晨晨存在发育性言语迟缓问题。

3～6岁是宝宝掌握母语发音的黄金时期。一般情况下，宝宝的发音会随着年龄增长变得越来越清晰，这与发音器官的成熟及练习有关。但是，也有个别宝宝发展缓慢，在同龄宝宝已能清楚地说话的时候，他们仍发音含糊，让人听不懂他们在说什么。即使家长纠正过好多次，有的宝宝仍说不好。口齿不清阻碍了宝宝正常的社会沟通，不利于宝宝与他人建立良好的社会交往关系。



宝宝口齿不清的原因有很多，包括生理缺陷、心理因素及社会环境因素。

首先，值得注意的是，宝宝发音不清晰可能是由生理结构异常造成的。口齿不清的生理结构异常主要是指发音器官的构造或感知异常。发音器官的构造异常包括上前齿异常突出，超过下牙齿，使得说话时上下唇难以接触，还包括舌系带（俗称舌筋）过紧或过短、唇腭裂、咬合不正等。发音器官的感知异常，如口腔感受过于敏感或迟钝，过于敏感是指非常排斥异物进入口腔，而迟钝常表现为容易不自觉地流口水，这些会妨碍宝宝有效地运用口腔肌肉。除此之外，发音不清的宝宝也可能存在听觉器官缺陷，听力问题会阻碍宝宝接收声音刺激，不能准确分辨语音，进而造成发音不准。

其次，宝宝口齿不清有可能是由智力发育迟缓或退缩等心理原因导致的。智力发育迟缓的宝宝可能存在语言发育落后的问题，开始说话的时间较晚，发音也不清晰，通常还伴有认知、动作等方面的发育迟缓，如对外界反应迟钝、运动发育晚等。而有的宝宝可能过于害羞，对于在其他（尤其是大人）面前说话感到很大的压力，不敢说话，说话时习惯性地不把嘴巴张开，由此影响了正常发音。

最后，不能忽视的是，宝宝成长的语言环境等因素也会影响宝宝的发音。比如，如果家长本身就有发音不准的问题，那么宝宝不能轻松地习得准确的发音，因为家长没有为宝宝提供良好的发音示范。此外，家庭中的照看者对宝宝说两种或以上的语言或方言，也会给学说话的宝宝造成困惑或干扰。

家长都希望有一个口齿伶俐的宝宝，希望宝宝能准确地表达自己的想法，与人进行正常的沟通。面对口齿不清的宝宝，家长应该采用正确的方法。下面提供几点建议。

- 及时发现。2岁以下的宝宝发音不是很清楚，没有很大的问题，但一般3岁宝宝的发音应比较清楚了。如果这时候宝宝仍经常发音含糊，家长应加以注意，避免耽误矫正时机。
- 生理检查。当宝宝口齿不清时，家长应带宝宝去医院做全面的检查，如检查口腔与舌、检查听力等，看宝宝是否存在生理上的异常，如果有就及时让宝宝接受治疗。

心视界

双语学习

在宝宝出生后的第2~3年中，双语家庭宝宝的语言习得能力会比单语家庭宝宝的语言习得能力发展得缓慢一些，但是到了4岁或5岁时，双语家庭的宝宝不仅能够赶上单语家庭的宝宝，还能掌握两种语言。对此，一些研究者指出，虽然刚开始时宝宝语言发展慢，但既然后来两种语言宝宝都能说得好，那么从一开始家长就应当自然地对宝宝使用两种语言，不过他们建议，一个家长始终说一种语言，另一个家长始终说另一种语言。

- 有意识地纠正。家长可针对宝宝发音问题，准备一些有这类发音的实物图片，和宝宝一起看图片，练习发音。示范的时候要发音清晰、语速缓慢，让宝宝多看示范者的嘴型，保持耐心。如果宝宝羞于开口，要多多鼓励、表扬。

- 丰富语言环境。经常与宝宝进行交流或进行游戏，刺激并保持宝宝对语言的好奇心和敏感性。教宝宝说话时，尽量使用同一种语言，并保证发音的准确性和一致性。

名言录

假如一个人考虑到人类语言的魅力，那么他就必定会承认一个没有掌握正确口语的人是低级的、不完美的；如果不特别注意完善口头语言，就很难想象教育的美学观念。

——意大利幼儿教育学家蒙台梭利