



請抱抱你的寶貝 這個時刻

寶寶出生前，在媽媽的子宮裏，感受母體的圍繞。出生後，父母的擁抱能讓他感受到相同的親密感，有助於培養孩子的安全感。

華人首富李嘉誠先生在回憶自己幼年時，曾深情地說：“最難忘記的是父親的擁抱。我至今還清楚地記得，穩健而富有涵養的父親與我親密接觸時，常常會忍不住緊緊擁抱我，並把我舉得很高……”寶寶出生前，在媽媽的子宮裏，感受母體的圍繞。出生後，父母的擁抱能讓他感受到相同的親密感，有助於培養孩子的安全感。

心理學上有一個名詞——皮膚饑餓，是指小時候極少得到父母擁抱的孩子，在長大後容易形成的一種潛在的對被愛、被關心、被撫慰的渴望。當這種渴望過於強烈時，可能就會導致一種病態的情感需求。而從小能夠充分享受皮膚接觸的孩子，長大後在獲得愛的滿足、平衡情緒、擁有自信和關愛別人等方面會做得更好。另外，擁抱是一種天然的減壓良藥，美國埃默裏大學發現，多擁抱孩子可以使其進入成年後更好地應對各種壓力。意大利一項研究顯示，孩子經常得到父母的擁抱，不太容易抑郁，並有信心來解決各種問題。美國心理學家赫洛德·傅斯博士則發現，擁抱能提高孩子的心理素質，讓他們變得更堅強。尤其在以下幾個時刻，孩子最需要父母的擁抱。

1. 剛出生時。

國外研究發現，寶寶出生1小時內，母親就應抱抱他，進行親密的肌膚接觸。這樣做可以減少寶寶的應激反應、減少哭鬧、增加睡眠，有利于嬰兒的生長發育。另一項研究顯示，出生後0-2個月就接受撫觸的兒童，智能發育指數(MDI)比不做

撫觸的兒童高7.4分。

2. 哭泣時。

哭泣是人類本能，其背後隱藏著複雜的情緒，可能是恐懼、受傷，也可能是饑餓、委屈等。孩子的表達能力不完善，很難讓父母及時、正確地理解其哭泣的真正原因。嬰兒哭泣時，家長要檢查孩子是否有生理需求要滿足，比如餓了、需要換尿布等。大一點的孩子哭了，父母要問清楚他們的需要。如果受了委屈，不妨蹲下身，將孩子擁入懷中，給他們安全感。

3. 剛睡醒時。

大人們睡醒都有“起床氣”，孩子剛睡醒時，也可能不適應，難免會產生失落感，周圍熟悉的世界也似乎變得陌生。此時，家長可以抱著寶寶四處看看，幫他們盡快擺脫剛睡醒的懵懂狀態。

4. 受挫時。

當嬰兒突然被巨大的聲音嚇到時、走路摔倒時，當幼兒在學習、人際交往等方面受挫時，家長的擁抱就是最好的心靈港灣，能讓幼小的心靈

得到撫慰，盡快忘記剛剛發生的不愉快。如果得不到家長的及時擁抱，孩子就不得不獨自面對難以承受的壓力。久而久之，他們可能會養成冷漠、自私等不良個性。

5. 面臨陌生環境時。

6個月左右的寶寶開始怕生，他們對陌生人或陌生環境都可能產生抗拒心理。而即將上幼兒園的孩子，面對陌生的環境、夥伴和生活方式，更像是面對一場“劫難”。這些時刻，家長都要抱抱孩子，等他熟悉之後，再鼓勵他離開大人的懷抱。

6. 與孩子分別時。

現代社會流動性強，親子間難免面臨或長或短的分離。比如家長出差、過年一方要加班等，就不得不與孩子分別。從心理學角度講，分離是孩子遭遇的較為嚴重的心理危機，如果家長處理不好，孩子容易出現分離焦慮，長大後也難以信任他人。分別時，父母要給孩子一個擁抱，告訴他們爸爸媽媽不是拋棄他，只是短暫地離開，而且父母會一直想著他，愛著他。

不要緊著抱寶寶

新生兒的頭占全身長的1/4。豎抱寶寶時，寶寶頭的重量全部壓在頸椎上。寶寶在1~2個月時，頸肌還沒有完全發育，頸部肌肉無力，應防止這種不正確的懷抱姿勢對寶寶脊椎的損傷。這些損傷當時不易發現，但可能影響孩子將來的生長發育。所以抱寶寶要橫抱，不宜豎抱。

多與寶寶交流

父母要同寶寶說話、唱歌，用眼睛溫柔地注視寶寶，輕輕地撫摸寶寶，與寶寶有身體的接觸。這種感情交流，可以使寶寶的視野更開闊，受周圍環境的刺激更多，對孩子的大腦發育、精神發育以及身體生長都有著極大的好處。貼身撫抱寶寶是親子交往建立感情的第一步，對寶寶身心發育十分重要。

抱新生寶寶方法要正確

當你要抱起寶寶時，可先用眼神或說話聲音逗引，使他注意，一邊逗引，一邊伸手將他慢慢抱起。抱新生寶寶有兩種方法：

腕抱法：是指將寶寶的頭放在左臂彎裏，肘部護著寶寶的頭，左腕和左手護背和腰部，右小臂從寶寶身上伸過護著寶寶的腿部，右手托著寶寶的屁股和腰部。這一方法是比較常用的姿勢。

手托法：用左手托住寶寶的背、脖子、頭，右手托住他的小屁股和腰。這一方法比較多用于把寶寶從床上抱起和放下。

讓寶寶緊貼媽媽的左胸

抱寶寶時，應將他的頭部放在媽媽的左側，並有意讓寶寶的耳朵貼近父母的心跳處，讓他能聽到心跳的節律。國外曾有人做過實驗：當寶寶哭吵時，父母抱起他們，一組寶寶抱在懷裏，父母用手輕輕地拍他們；另一組寶寶傾聽父母的心跳，結果發現後一組寶寶比前一組寶寶更易安靜下來。這是因 胎兒在母體內聽慣了母親的心跳，出生後讓他再聽到這樣熟悉的聲音便 生一種親切感，很容易適應這種情境，而使情緒平靜下來。

尚未出月子的寶寶會養成非抱不睡、一著床就醒就哭的壞習慣。其實躺在大人的手上睡覺，對寶寶脊柱的正常發育是不利的。良好的睡眠習慣應該從新生兒起就培養，用搖籃、或搖晃著、哼著曲子催寶寶入睡，都是不良的睡眠習慣。

保險服務中心

代理多家公司・代尋最佳保費

直撥 314-363-8435 傳真 314-828-4008

2187 Pardoroyal, St. Louis, MO 63131

汽車

Auto

房屋

House

商業

Commercial

健康

Health

人壽

Life

餐館

Restaurant

紅藍卡長者保險

Medicare

奧巴馬醫保

Obamacare

陸勤

John Lu

通國、粵、英語

Email: johnlurx@gmail.com



RAYMOND CHANG

張良睿

Real Estate Professional

cell (314)275-0750

office (314)878-9820

email raymond.chang@cbgundaker.com

web RayMovesMO.com

COLDWELL BANKER

GUNDAKER

13718 Olive Boulevard, Chesterfield, MO 63017

★ 房屋買賣

★ 地產投資

★ 外州搬遷

★ 協助蓋新屋

誠信可靠 熱誠服務

卓越的售後服務

致力於為您和您的家人提供

最好的房地產經驗和最高質量服務



內餡鮮美道地・外皮勁道十足

不出門,也能享用相聚一堂的好滋味!



www.weichuanusa.com

山東手藝 水餃



Made in USA

美國農業部駐廠監督製造

Find us on

