

# 拥抱能提供最好的触觉感受 能帮助孩子建立自信与自尊 今天，你拥抱你的孩子了吗？

## 在拥抱中建立自信与自尊

“婴儿通过哭、笑、动作、声音来表达需求，而爸妈也自然地会给予回应。”据张瑞麟分析，“拥抱”是稳定宝宝情绪，安抚焦虑、紧张、不舒服感最直接的方式。父母的主动拥抱，能建立宝宝的自信和自尊。

心理学专家认为，宝宝一出生便开始学习如何信任别人，与这个世界建立坚固的、安全的关系。而这样的经验，也将影响他以后如何看待自己与他人，以及与他人建立正向、互信的基础。

## 拥抱提供最好的触觉感受

从感觉统合的观点来看，“触觉”是感觉系统中发展最为快速的，在宝宝的视觉、听觉系统还没健全成熟时，他已能够透过触觉经验与外界连接。

科学研究发现，宝宝还在妈妈肚子里的时候，就能感觉到抚摸的触感了。当爸妈摸着肚皮时，或许会惊喜地发现，宝宝正在以踢脚来响应，这是他对外界互动的第一步。出生后的几个月，宝宝借由身体的平衡感，能粗略地了解身体的一些感觉，并做出本能的反应。此时宝宝最喜欢爸

## 细心体会用心拥抱孩子

张瑞麟建议家长，在宝宝心情好的时候，也要与他玩玩“抱抱的游戏”。抱着孩子轻轻地左摆右摇，或柔柔地按摩手脚；大一点了，抱着他转小圈圈，不但有趣，也是很好的身体刺激。还可以让他看四周好玩新鲜的事物，说给他听、指给他看，满足好奇心，促进认知发展。

“接近一岁的宝宝，对陌生人、陌生环境通常会愈来愈显得害羞、焦虑，这时，父母的一个拥

尤其是拥抱和对话，能提供宝宝正向的刺激，建立心理上的安全堡垒，营造丰富的感官情境。同时，也让宝宝体验到人际互动的模式——拥抱。

张瑞麟就这个问题作了进一步的解释：婴儿和主要照顾者之间，如果是亲密、有安全感的关系，便能够帮助他建立对他人的信任，并协助他在身处的环境中，找到自己的位置和自我认知的基础，来进行更多的自我探索。

妈用手轻轻地摸他、摇他，透过皮肤的接触，可以让他感觉到安全与温暖，同时促进大脑与身心的发展。

“无论在妈咪肚里或来到世上，拥抱是提供给宝宝最好的触觉感受。”张瑞麟认为，宝宝通过身体接触，不论是喂奶、听妈咪对他说话、歌唱，或安静地听妈咪的心跳，都能带给他舒适的触觉刺激，而触觉刺激足够的孩子，感觉统合也发展得更完整。

抱、眼神，就是他勇气的来源。”张瑞麟认为，尤其是宝宝闯祸后，父母在用严肃的方式指导如何避免危险时，千万别忘了给他一个拥抱，让他知道，你的爱不会因为他的犯错而减少。

“做爸妈的要不断地聆听宝宝传达的信息，不断地与他进行‘沟通’和‘对话’。”张瑞麟说，父母要做的是细心体会，学会用“心”来拥抱孩子。

## 父母要把握好拥抱的时机

采访中，张瑞麟又提出了一个问题：“宝宝哭了，要不要立即抱抱？爸妈给宝宝的拥抱是不是搔到痒处，满足了他的需要？”

“研究发现，哭时立即收到响应的婴儿，一岁后还哭闹的比率比较低。妈妈对婴儿的需求愈是敏感，婴儿就愈有安全感。”张瑞麟说，当宝宝伸开双臂要“抱抱”时，想要传达的可能是“我想要靠近你”、“我想要你的安慰”、“我想要更舒服一点”、“我想要安心地睡”、“我想要喝奶”……此时，爸妈将宝宝一把抱起，伴随着一连串比“抱抱”更多的动作表情：甜蜜的亲吻、热情的笑容、温柔地喊宝宝、轻拍爱抚……这些累积了亲子间的默契与了解，巩固了亲子间的亲密与爱的关系。

张瑞麟特别提醒一些家长，宝宝哭了，抱抱他、逗逗他、与他说说话，或找出不舒服的原因，都能让他感觉爸妈随时陪伴着自己，获得更多的刺激与安全感。如果只是将宝宝抱起来，不寻求沟通方式，了解哭闹原因，而是继续自己的工作或与别人交谈，宝宝或许被暂时安抚，但他学到的便是用哭闹来博取注意的制约行为。

“拥抱孩子并不是时刻都把孩子抱在怀里，什么都不让他做。”张瑞麟特别强调，不让宝宝到处爬或到处摸，不仅增加了父母的负担，更剥夺了孩子探索与培养独立的机会。



两岸教育张瑞麟教授

“当宝宝哭了，拥抱是稳定情绪、安抚焦虑和不舒服感最直接的方式。而开心时的拥抱，更可以建立起宝宝的自信及情商的发展。”5月27日，当两岸教育教授张瑞麟与记者谈到亲子教育的方式时，他强调，拥抱是情感流露的方式，做父母的能不能增加对孩子的敏感度，对孩子未来的自信、智力、情商等开发起着关键性作用。

晚报记者 唐善普 夏琳



两岸早教  
CROSS-STRAIT EDUCATION

来自台湾与世界同步的婴幼儿早期教育专家！

我们的教育不仅针对孩子，更重要的是指导家长！

## 只有足够专业，一切才有可能！

2010年6月，两岸早教开幕一周年，两岸在这年中，已在郑州成功打造三家总面积超过5000平方米的大型早教中心，会员已达1800名左右，为郑州的家庭提供科学、专业的早教指导，是您最可信任的早教机构。

2010年底前，将再打造三个大型早教中心，两岸早教坚持做郑州最大、最专业的早教机构，今年年底前将扩展至6家，每个早教中心均达1500平方米的大面积并成立河南总部，期为宝宝创造一个自由、宽松、温馨的大家庭！



# 明星宝宝



## 明星宝宝选拔赛开始了。。。.

豪礼一：免费获得印有宝宝照片的珍藏版高级T恤一件！

豪礼二：免费获得价值300元的台湾早教专家讲座门票和亲子体验课程一节！

豪礼三：活动当天，享受超值亲子游园会！

豪礼四：参加比赛就有机会赢取高级时尚挎包一个！

豪礼五：入围家庭将获得三个月、二个月、一个月等价值千元早教课程！

## — 选拔赛 —

(凡报名参加活动,就有机会获得以下豪礼)

报名时间：2010年6月1日-6月19日 决赛时间：2010年6月20日

详情请登陆 [www.lazjedu.com](http://www.lazjedu.com)

媒体支持：郑州晚报 商都网育儿频道 聊宅网

网络报名：两岸早教官网 [www.lazjedu.com](http://www.lazjedu.com) 商都网育儿频道 [aibao.shangdu.com](http://aibao.shangdu.com) 聊宅网 [www.liaoing.com](http://www.liaoing.com)

本此次活动最终解释权归两岸早教所有！

中心 农业路中心60980000 地址：农业路与政七街交汇处省汇中心B座6层 紫荆山中心66810000 地址：紫荆山路与顺河路交汇处新月大厦3-4层  
报名 东风路中心60920002 地址：东风路与天明路交汇处天旺广场A区3层 大学路中心66266000 地址：大学路与政通路交汇处升龙国际广场3层  
(7月底即将开业，敬请关注！)