



儿童年龄信息  
**出生到8个月**

## - 社交情感发展

### 孩子如何学习情感和关系？

#### 导言

孩子如何思考和处理

- 他们自己
- 他们的情绪和行为，及
- 他们之间的关系

…我们将之称为社会情绪发展。

这些技能的发展与其他技能，如语言，读写和数学能力一样，对于孩子在学校的成功同样重要。

五岁之前，孩子们学习如何

- 管理他们的行为
- 识别，表达和控制他们的感受
- 注意并对他人感受的关怀方式给予响应，
- 与朋友互动，
- 成为一个集体的一员，或者
- 与成人包括父母，其他家庭成员及老师发展亲密的关系。

通过相互沟通，经验分享及培养辅导等，孩子们可以与成人的亲密关系之中学习社会感受技能。玩耍同样对帮助孩子学习这些技能重要。通过玩耍，孩子们锻炼他们的社会技能，探索感受，尝试新的行为工作并从他人那里获得回馈。玩耍让孩子们对他们自己及他人了解更多，发展了他们的沟通和互动技能。



## 导言

我的孩子对于她自己及她的感受有何了解？

- 了解自己为一个人是从出生就开始了。孩子们与生就有着很多能力——会看，会听，会吃，会发声（哭及发出声音）——但是所有事物对于他们都是新的。
- 孩子们一来到这个世界，他们就已准备好与人们想出，与人们进行眼神接触，并微笑。
- 孩子们对他们周围的人们很感兴趣，并且通过与这些人们（这些关心他们的人们）互动来了解他们自己。例如，孩子感觉自己哪里不舒服，所以会哭喊。当她的父母给她牛奶，她便会感觉好些。很多她知道这个不舒服的感觉被人们叫做“饿”，而当喝了牛奶，这种感觉就会消失。
- 孩子也正在了解她周围的人们对她的感觉。当这些人们微笑，说话，听，对她的哭喊响应，并哺乳她是，她知道她受人们喜爱的，重要的。

孩子对于他人及他与他人之间的关系中会学到什么？

- 你的孩子同样也在了解与他一同生活的人们。他能认出他熟悉的人们，并向他们微笑，并看这些人们的时间会长于他们看陌生人的时间。
- 孩子会选择与他熟悉的人在一起，在新的或者不确定的环境下，孩子会寻找他熟悉的人。
- 孩子会仔细看他周围的人们的表情以寻找信息——他们在笑？他们紧张了？他们是悲伤的？而且他会用这些线索来了解他的世界。如果他的父母正抱着他，这时一个人走向他们，说“你好”，在他与这位新朋友互动之前，他会看着他父母的表情，看他们的响应。
- 他也在开始了解与人们的特定互动该如何进行。当他向你咧着嘴笑，他会期望地等你也向他回笑。当他向着你，他会希望你能抱起他。
- 他还不知道别人会有跟他不相同的感受，但是他开始更清楚地表达他的感受，并非常感兴趣地观察别人的表情。

如何帮助你的孩子了解他自己作为一个人，了解他的感受，了解其他人的诀窍：

### 了解自己为一个人

- 向你的孩子微笑，并经常对她讲话。听她说话，发声，并作出回应。

这些爱的互动会帮助你的孩子对她自己感觉良好，并知道她是被爱的，被尊重的。

- 当你孩子饿，瞌睡或者需要换尿布或要吸引你的注意的时候，要及时响应。

这样会让你的孩子感觉在这个世界是安全的，被爱的，可信任的。



- 跟你的孩子对话。这样让他知道他在做什么。
  - “我听到你哭了，是不是饿了。妈妈这就准备喂你。”
  - “你已经玩了好长间了，你在揉眼睛。是不是困了？我们去找你最爱的小毯毯，我们睡一会会，好吧。”
  - “我想翻身，但是那个胳膊卡住了，我还是一直努力。我知道你会想出办法的。”
- 和你的孩子一起玩游戏。
  - 和你的孩子一起玩躲猫猫对你的孩子来说是非常开心的，这会让他知道，你走开，但是你还是会回来的。
  - 给他的身体部位命名也同样是个好玩的游戏：“你的鼻子在哪？”然后当你说鼻子的时候，指着或者摸着他的鼻子。  
“你的耳朵在哪？”当你说道耳朵的时候，指着或者摸着他的耳朵。
- 愉快地与你的孩子进行日常常规，如换尿布，穿衣。
  - “妈妈拿着湿尿布的时候，你拿着干尿布好不好”“我们现在来穿裤裤，脚在哪里？在这里，藏在你的裤子里了”。
  - 这些游戏可以帮助你的孩子了解他的身体，知道它如果活动。这些游戏也可以让你的孩子感觉良好。

#### 了解自己的感受

- 你的孩子会通过哭，特别是在出生的头一个月，来与你沟通。当你的孩子哭叫或者表现难过的时候，用呵护，慈爱的方式回应。
  - 当孩子哭闹时，试着找出他想要什么，是很重要的。但是如果你尝试了所有事物，他仍然在哭，他可能希望你亲切地抱着他，告诉他你会一直陪着他。你安静的陪伴会让他感觉好些，即使他还没有停止哭泣。
- 跟你的孩子说话，这样让他知道他在做什么。孩子对叫喊及生气的表情会很敏感，看见这些表情，他会感到害怕或不安，即使你并不是对他们生气。
  - “怎么哭了？爸爸要出门，伤心了是不？”
  - 看见爸爸开心了是不，在给爸爸招手手呢。”
  - 注意你在孩子面前表达感受的方式。孩子对感受很敏感，看着你的表情，他会学习怎样表达他自己的感受。

#### 了解他人

- 在新环境下，花时间帮助你的孩子适应周围新的人们。有些还在在被不认识的人们抱之前，会喜欢盯着他们看一会。
- 如果你打算找一个新的孩子不认识的人照顾你的孩子，花些时间帮助你的孩子习惯与这位新朋友在一起。在你离开之前，你可以带着孩子拜访新朋友一个小时或更长时间。第一次把孩子留下与新朋友相处，一个或两个小时之后回来，这样你的孩子开始了解你会离开，还会回来。

[allaboutyoungchildren.org](http://allaboutyoungchildren.org)