

0~3 岁



马春亚 编著

幼儿情商

发展与培养

上海科学技术出版社

3岁

幼儿情商

发展 与 培养

马春亚

编著

上海科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

《中国新闻信息资源建设》/《中国新闻信息资源建设》编写组.
—北京:清华大学出版社,2005.8

ISBN 7-302-11890-X

I. ①中… II. ①中… III. ①新闻信息—资源—研究—教材 IV. ①D841.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 136288 号

新闻信息资源建设 / 中国新闻信息资源建设编写组.
—北京:清华大学出版社,2005.8
ISBN 7-302-11890-X
I. ①中… II. ①中… III. ①新闻信息—资源—研究—教材 IV. ①D841.6
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 136288 号
CIP 核字 (2004) 第 136288 号

2005 年 8 月第 1 次印刷

2005 年 8 月第 1 次印刷

16 开 850mm

印数 10000 册

定价: 35.00 元 (含邮费) (凡购书 10 册以上, 价格另议)

地址: 北京市清华大学学研大厦 A 座 邮编: 100084

电话: (010) 62770175

前言

以前,人们把3岁以下婴幼儿的生长发育,单纯理解为身体的发育,因而在营养保健方面呵护有加。随着早期教育各种知识的普及,人们逐渐了解0~3岁也是孩子智力发育的关键时期,这个时期是孩子大脑和智力发展最为迅速的时期。于是对婴幼儿的智力开发开始被全社会所关注,各种早期智力开发的图书、玩具、音像等资料充斥市场、涌进家庭。孩子还没出世,年轻的父母们就开始对宝宝进行胎教;出生后更是唐诗、宋词、音乐、舞蹈、数学、外语等全方位开发,多形式灌输,这样做的效果是显而易见的。大家都说,现在的孩子真聪明,懂的东西真多。

然而,人们又开始发现,孩子懂的知识是越来越多了,但坏脾气、坏习惯、坏毛病也越来越多的,有骄横无理的,有孤僻冷漠的,还有胆小自闭的。孩子越来越难以与人交往,大人的教育也越来越难以奏效。而且一些小时候看起来很聪明的孩子,长大以后却并没有大人们所期望的那样成功。问题出在哪里呢?

这就是本书要探讨和回答的问题。

人的一生是否能有所成就,不仅取决于其智力因素即智商水平,还取决于除智商以外的一些非智力因素,特别是在情感、意志、情绪、耐受挫折、适应环境等方面的品质,心理学家们把这些称为情商。爱因斯坦曾说过:“智力上的成就在很大程度上依赖于性

格的伟大”。对于培养孩子而言,引导他们养成良好的意志品格,比提前教他们一些知识技能更为重要,而且要重要得多!所谓知识易学,本性难改。人不成器,学有何用? 0~3岁正是孩子的精神胚胎期,是奠定情感性格根基的关键时期,这时候的情商培养对孩子的一生将产生深远的、决定性的影响。

纵观我国社会的早期教育现状,已到需要大声疾呼重视情商教育的时候了。否则,早慧儿童越来越多,问题儿童也越来越多;考试分数越来越高,家庭和社会问题却越来越多。这决非危言耸听。

本书首先告诉大家什么是情商,情商包含哪些内容,重要性在何处,对0~3岁的婴幼儿来说,情商发展有哪些特点;着重阐述了该年龄段孩子必须重点培养的几种情商,如:依恋感、安全感、信任感、自制力、同情心、自信心、好奇心、独立性、亲和力,培养这些情商必须遵循保教结合原则、快乐至上原则、顺其自然原则、重视个性原则和游戏为主原则,具体可采用赏识教育法、行为训练法、环境熏陶法、榜样示范法、自然后果法、挫折教育法、延迟满足法、婴儿抚触法等。这些分类和阐述充分吸取已有的科研成果,结合长期的教育实践,有所取舍,有所创新,力求用最平实浅显的语言,说清道理,讲明方法,为0~3岁幼儿家长对孩子的情商培养提供参考和借鉴。

为了增强本书的可读性和可操作性,书中还专门辟出一个章节,介绍游戏对婴幼儿情商培养的作用,并分年龄段列举了一些有代表性游戏供家长们实际操作。“你问我答”章节,梳理出了0~3岁婴幼儿教育培养中最常碰到的17个问题,并一一作详细解答。本书最后还介绍了其他国家特别是一些发达国家在婴幼儿教育方面的经验和做法,让读者能从更深的层次、更广的领域汲取更多的信息和启示。

婴幼儿是祖国的未来、家庭的希望。家长不仅要培养孩子成为高智商、高学历的人,更要培养他们成为健康快乐的人、奋发进取的人、受人欢迎的人、事业有成的人,这是我们共同的目标。

马春亚

2005年3月

目 录

前言	1
----------	---

发展篇

一、 情商与智商对人生的影响

100% 的成功 = 20% 的智商 (IQ) + 80% 的情商 (EQ)	3
智商 (IQ)——聪明的源泉	3
情商 (EQ)——成功的基石	7
情商比智商更重要	10

二、 0~3 岁幼儿情商发展的特点

自我意识迅速萌芽	12
独立性逐步形成	13
主观意志开始出现	14
个性特征初步显现	14

三、0~3岁幼儿情感发展中的关键

0~1个月	16
2~3个月	17
4~6个月	17
7~9个月	17
10~12个月	18
13~18个月	18
19~24个月	19
25~30个月	19
31~36个月	20

培养篇

21

一、0~3岁幼儿情商培养的意义

二、0~3岁幼儿必须重点培养的几种情商

依恋感	28
安全感	31
信任感	33
自制力	36
同情心	39
自信心	42
好奇心	46
独立性	48
亲和力	50

三、0~3岁幼儿情商培养的基本原则

保教结合原则	55
--------	----

快乐至上原则	56
顺其自然原则	57
重视个性原则	59
游戏为主原则	60

四、0~3岁幼儿情商培养的基本方法

赏识教育法	61
行为训练法	65
环境熏陶法	67
榜样示范法	69
自然后果法	72
挫折教育法	74
延迟满足法	76
婴儿抚触法	78

五、0~3岁幼儿情商培养与游戏

新生儿	83
2个月	84
3个月	85
4个月	86
5个月	87
6~7个月	88
8~9个月	90
10~12个月	91
13~15个月	92
16~18个月	93
19~24个月	94
25~30个月	95
31~36个月	96

六、0~3岁幼儿情商培养释疑与解惑

宝宝为什么总哭闹	98
孩子哭闹怎么办	99
幼儿总爱吃奶不吃饭怎么办	100
宝宝挑食怎么办	101
幼儿吮吸手指需要纠正吗	102
为什么2~3岁的孩子喜欢说“不”,爱与家长闹别扭?如何 对待这一时期的孩子	105
孩子太任性怎么办	108
孩子“人来疯”是怎么回事	110
孩子胆小怎么办	112
孩子不肯上托儿所怎么办	114
孩子孤僻、不合群怎么办	116
孩子太粘人怎么办	117
孩子为什么总喜欢咬人	120
孩子不讲文明礼貌怎么办	122
孩子老是破坏东西怎么办	124
宝宝“说谎”怎么办	126
怎样培养有快乐性格的孩子	129

七、国外0~3岁幼儿情商培养的现状与方向

重视情感能力的培养	132
重视亲子感情的互动	133
重视独立人格的塑造	135
重视传统文化的熏陶	136
重视诚信品德的培育	138
重视吃苦精神的锻炼	139
重视创新智慧的启迪	140
后记	142



发展篇

发展篇

一、情商与智商对人生的影响

 100%的成功=20%的智商 (IQ)+ 80%的情商 (EQ)

21 世纪是一个竞争激烈的世纪。每位家长都希望自己的孩子在竞争中获胜,将来能靠自己过上幸福美满的生活,并成就一番事业,为国家和社会作出贡献。为了实现这个目标,从孩子呱呱坠地甚至还在母亲腹中之日起,家长们就为孩子殚精竭虑、煞费苦心地“策划未来”。然而,家长的良苦用心却往往得不到所期望的回报,不少家长因此而烦恼和困惑,到底是什么在影响着孩子的成才和健康发展?研究发现,智商和情商是人生的两大基石,是决定一个人能否取得成功的两大因素。因此,要使孩子未来取得成功,必须在婴幼儿阶段注重孩子智商和情商的培养。

 智商 (IQ) —— 聪明的源泉

人们较早认识的是智商,即智力商数,表示智力发展的相对水平,就是人们在日常生活中所说的“这个孩子灵”、“那个孩子笨”等。智力又称智慧或智能,虽然用词不同,但其含义都是指人的聪明才智。人们普遍认为智商决定着孩子将来成就的大小,智商成为测量个人聪明才智的指标,这个指标已经存在近百年了。

最早用来测量智力的工具是比纳 - 西蒙量表。1904 年,法国教育部要求比纳研究一种办法鉴定那些学习能力有问题、需要特别辅导的小学生的智力高低,他因而发明了一套与教学内容没有关系、只测试学生推理能力的试卷。到 1911 年比纳去世时,他共

发表了三种智力测试的版本。1905 年发表的第一版把测试问题按从易到难排列。在 1908 年发表的第二版中,比纳把这些问题按“心理年龄”排列。对每一个问题,智力正常的小孩能够回答的最小年龄被当做“心理年龄”。受测试者从为最小的心理年龄设计的问题开始测试,难度逐渐增加,与受测试者所能回答的最后问题相对的心理年龄就是该受测试者的心理年龄。受测试者的心理年龄减去其实际年龄,即是其智力水平。如果心理年龄低于实际年龄,说明其未达到同龄人的学习能力水平,那就需要特别辅导。经过比纳与同事西蒙的进一步精心研究,他们在第二版基础上最终确定了一套用以测量儿童智力高低的问卷,这就是世界上最早的智力测验科学量表——比纳-西蒙智力测验量表,由此智力测验便开始用来帮助预测儿童和学生的能力。1912 年,德国心理学家威廉·斯登提出,将心理年龄除以实际年龄,更能准确地反映智力水平,“智商”(Intelligence Quotient,简称 IQ)由此诞生。

传统的智力测验计算智商的公式是:

$$\text{智商} = (\text{心理年龄} / \text{实足年龄}) \times 100$$

例如,一个 10 岁的儿童能顺利地通过测试表中 10 岁年龄组的试题(但不能通过 11 岁年龄组的题目),那么他的心理年龄就等于 10 岁,运用以上公式 $[IQ = (10/10) \times 100]$,便可求得他的智商为 100。

通常,智商在 90 ~ 110(平均数为 100)的人为“中等智力”的正常人,这一类人约占总人口的 50% 左右;智商在 110 ~ 120 的人为“一般聪明”,约占 16.1%;智商在 120 ~ 130 为“优秀智力”,约占 6.7%;智商在 130 以上者为“超优智力”,约占 2.2%;智商在 140 以上者被称为“天才”,据统计,这类儿童约占儿童总数的 0.5%。

有人还对一些历史名人进行了追溯性的评定,试图估价他们在现代智力测量中可能得到的智商分数。国外曾公布过这样的历史名人智商分数研究成果:富兰克林 160 分,伽俐略 185 分,牛顿 190 分,笛卡尔 210 分,康德 190 分,华盛顿 140 分,林肯 150 分,拿

破仑 145 分, 伦勃朗 155 分, 达·芬奇 180 分, 莫扎特 165 分, 歌德 310 分, 伏尔泰 190 分……虽然这些估测的科学性还有待论证, 特别是歌德的 310 分, 但我们可以看出, 过去人们普遍认为人的成就与智商高低有关。

社会科学家们对人类智商的具体构成仍有争议, 但大多数人都认为智商可以由标准的智力测试来测定。1910 年, 一个叫戈达德的美国心理学家将比纳 - 西蒙量表译成英文, 引进美国。当时心理学上把精神发育迟滞分成两种: 心理年龄不到 3 岁, 不具有完备的语言能力的被称为白痴; 心理年龄在 3 ~ 7 岁, 有语言能力但没有阅读、书写能力的被称为痴愚。戈达德认为, 在痴愚和正常人之间, 还应该存在一个心理年龄在 8 ~ 12 岁的等级, 他称之为愚鲁。愚鲁的人能够学会阅读、书写, 但是其能力达不到正常人的水平。在戈达德看来, 愚鲁对社会的危害更大, 许多犯罪分子、酗酒者等不适应社会的人, 都是愚鲁者。我们很容易识别白痴和痴愚, 他们一般没有生殖能力或无生殖的兴趣, 有兴趣的话也难以有机会, 因此其劣质基因难以遗传。但是愚鲁在表面上难以与正常人区别开来, 他们有正常的生殖能力, 甚至生殖力旺盛, 其劣质基因将会遗传下去、扩散开来。鉴别愚鲁者并防止其生殖, 是当时“优生学”运动的主要目标。戈达德认为, 比纳测试就是鉴定愚鲁者的一个好办法。

在今天的西方世界几乎没有一个人在他一生中能逃脱一个或更多个这种智力的测定, 智力测验已渗透到各行各业、各个年龄阶段中, 学校也把它作为考核学生水平的一个依据。

虽然智力测验有许多不科学的成分, 但由于它多少反映了智力情况的一个侧面, 所以在许多有关教育、心理和智力开发等研究工作中, 仍常常使用。我国当今社会也很热衷于智力测验, 甚至还有主要为孩子测智商的心理测验门诊。

聪明与否虽然有了智商作为衡量的指标, 但我们还是觉得很难把握。家长应从哪些方面来培养孩子的智力, 要了解这方面的问题, 首先必须了解什么是智力, 智力包括哪些内容。

在科学上给智力下定义是个非常复杂的问题,有关智力的定义达一百四五十种之多,1921年美国《教育心理学》杂志邀请了当时17位知名的心理学家,请他们每人为智力作出一个定义,以期集思广益,一锤定音。然而事与愿违,他们各抒己见,结果在对智力的看法上有很大的分歧。至今国内外心理学界对智力的本质仍是众说纷纭,概括起来有以下几类意见。

(1) 认为智力是学习的潜能。如杜尔邦和考尔菲把智力看成容易并迅速地学习知识的能力。

(2) 认为智力是对新环境的适应能力。如斯特恩提出智力是指个体有意识地以所谓活动来适应新环境的一种潜力。

(3) 认为智力是抽象思维能力。如推孟将智力定义为在解决问题时运用语言和符号等抽象表征的思维能力。

(4) 认为智力是一种集合或综合的能力。如韦克斯勒认为智力是个体有目的地行动,合理地思考,有效地适应环境的综合能力。

(5) 认为智力是一般能力,是人们认识性活动所必需的心理条件的总和。前苏联心理学家把智力看成是一般能力或一般能力中的认识能力。

(6) 认为智力是智力测验所要测量的特质。阿特金森等人在《心理学导论》第10版中给智力下的第一个定义就是“标准的智力测验所要测量的特质。”

我国较早接受了前苏联的智力理论,把智力看作是人们在获得知识和运用知识解决实际问题时所必备的心理条件或特征。又称一般能力或认识能力。它包括人的观察能力、记忆能力、想象能力、理解能力、创造能力等,核心是人的思维能力。

智力既受遗传控制,又受环境的影响。父母智力高,子女智力往往偏高;父母智力有缺陷,子女智力发育就可能不完全。利用双生子法对122对单卵双生儿(自幼分居两地,生活环境、教育条件均不同)的调查研究发现,他们的智力才能相当接近,这充分证明智力有其遗传基础。天赋极佳和极差者都是少数,大多数人的智

力属于中间型。智力发展虽有遗传基础,但同时受环境因素的强烈影响。遗传基础只确定了智力发展的可能性,即确定了智力发展的上限和下限,而智力的实际表现则受多种因素影响(如自身的学习态度和社会环境等)。如甲虽有比乙更高的智力发展潜力,但由于某种环境条件的存在,使乙的潜力得到充分表现,其智商则比甲更接近于自身潜力的上限,因而甲的智力的实际表现可能落在乙的后面。因此,后天教育对儿童的智力发展是极为重要的,社会、学校、家庭应协同一致,按儿童身心发育规律进行科学教育。

情商(EQ)——成功的基石

人人都希望自己的孩子成功,父母们重视孩子智力的培养,舍得在这方面下功夫、多投资。许多孩子从小上图画班、英语班、电子琴班、舞蹈班、奥数班等,真可谓全面开花。但值得重视的是,受教育的功利主义价值观的影响,在对孩子的教育培养方面存在着一个带有普遍性的且相当严重的误区,这就是:重理性知识的传播,轻情感经验的积累;重语言能力、数理能力的训练和提高,轻道德品质、良好个性的培养。

当代少年儿童确实比过去的孩子懂得多、见识广。但不少孩子虽智力发达、学习成绩优异,却品质低下,情感残缺。他们有的自私自利、惟我独尊,不懂得关心他人、帮助他人,不懂得尊敬老人、孝敬父母、爱护亲人;有的不辨是非、随波逐流,不知道社会上什么是对的,什么是错的,什么应该支持,什么应该反对,不懂得真、善、美和爱;有的品质虽不坏,但情感低能,无法理解别人正常的感情,因而与别人交往、沟通和合作都十分困难;还有的意志薄弱、感情脆弱,经不起困难和挫折的考验。这样的孩子不是现代社会需要的人才,他们自己也会在走上社会后因不能适应社会而出现多方面问题并影响身心健康。日本教育家井深大批评这种偏重智力的教育是“忘记了方向”、“丢掉了另一半”的教育。他认为:

“仅靠偏重效率和业绩的专门知识,很难产生真正闪闪发光的东西。有明确的目的意识,优秀的设定问题的能力和丰富的人生经验,才能够创造出丰富而又优秀的东西。”

孩子们知识丰富了却不能适应社会的现象促使科学和教育工作者思考,在智商之外还有什么影响着人们?现代西方一些杰出的科学家通过大量研究揭示,在人的智力商数以外,还存在着另一个超越人类智力的参数,即情商。情商也称情绪智力、情感智力、情绪智慧,是近年来心理学家们提出的与智力和智商相对应的概念。它主要是指人在情绪、情感、意志、耐受挫折等方面的品质。以往认为,一个人能否在一生中取得成就,智力水平是第一重要的,即智商越高,取得成就的可能性就越大。但现在心理学家们普遍认为,情商水平的高低对一个人能否取得成功也有着重大的影响作用,有时其作用甚至要超过智力水平。那么,到底什么是情商呢?

情感智力或称情商一词首次出现在1990年,由哈佛大学的彼得·萨洛瓦里和新罕布什尔大学的约翰·梅耶两位心理学家提出,用来描述对成功至关重要的情感特征,它们是:同情和关心他人,表达和理解感情,控制情绪,独立性,适应性,受人喜欢,解决人与人之间关系的能力,坚持不懈,友爱,善良,尊重他人。

EQ这一心理学名词自1995年起在国际上流行,一般通译为情商,起源于美国哈佛大学著名心理学家丹尼尔·戈尔曼的畅销书《情感智力》(又译《EQ》)。1995年之后“EQ”一词迅速风行世界。如果说智商是衡量人智力能力的指标,那么情商则是衡量人非智力能力的重要参数。如果说智商分数更多地被用来预测一个人的学业成就,那么情商分数则经常被有效地用来预测一个人职业及生活能否成功。

情商并不像智商通过测试可计算出来,但为了便于人们接受,仍旧沿用了“商”。戈尔曼对情商作了更明确的说明,他认为情商包括五个方面的能力。

一是了解自己情绪的能力;