

世界经典
教育名著

THE NATURE EDUCATION
OF MRS STONER

斯特娜夫人的 自然教育法

(美) 维尼弗里德·斯特娜 著

王颖坡 译

老师只是教知识，
父母才决定孩子的一生。

母亲就像是陶瓷工人，孩子就像黏土。
孩子长成什么样，很大程度取决于母亲的早期教育。
——斯特娜夫人



YZLI0890169716

讲述如何教育女孩的教育经典，家有千金的父母必读
现代早期教育的里程碑，跨越时代的早教圣经
平凡母亲培养出不平凡女儿的传奇经历

华中师范大学出版社

THE NATURE EDUCATION
OF MRS STONER

斯特娜夫人的 自然教育法

(美) 维尼弗里德·斯特娜 著
王颖坡 译



YZLI0890169716

 华中师范大学出版社

新出图证(鄂)字 10 号

图书在版编目(CIP)数据

斯特娜夫人的自然教育法 / (美) 维尼弗里德·斯特娜著; 王颖坡译. —武汉:
华中师范大学出版社, 2013.3

(世界经典教育名著)

ISBN 978-7-5622-5868-1

I. ①斯… II. ①斯… ②王… III. ①儿童教育—家庭教育 IV. ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 305550 号

斯特娜夫人的自然教育法

(美) 维尼弗里德·斯特娜 著 王颖坡 译

-
- | | |
|---|-----------------------------|
| 出品人: 范 军 | 总 策 划: 段仁国 |
| 责任编辑: 胡 维 赵 瑜 | 责任校对: 李 玲 |
| 编辑室: 对外合作部 | 电 话: 027-67867370 |
| 出版发行:  华中师范大学出版社 | |
| 选题策划: 北京快乐共享文化发展有限公司 | 电 话: 010-63703381 (发行) |
| 社 址: 湖北省武汉市珞喻路 152 号 | 邮 编: 430079 |
| 电 话: 027-67863040 (发行) | 传 真: 027-67863291 |
| 网 址: http://www.ccnapress.com | 电子信箱: hscbs@public.wh.hb.cn |
| 经 销: 全国新华书店 | |
| 印 刷: 北京画中画印刷有限公司 | |
| 字 数: 180 千字 | |
| 开 本: 710mm × 1000mm 1/16 | 印 张: 13.25 |
| 版 次: 2013 年 3 月第 1 版 | 印 次: 2013 年 3 月第 1 次印刷 |
| 定 价: 22.80 元 | |

欢迎上网查询、购书

敬告读者: 欢迎举报盗版, 请打举报电话 027-67861321

推荐序



前几年，各大媒体都在关注孩子的早期教育问题。那些在早教中出现的神童们颇受人们关注，让人眼前一亮的是维尼弗里德。通过母亲的培养，她在3岁时就能熟练拼写、阅读，5岁时开始创作并在报纸和杂志上发表，9岁时顺利通过美国斯坦福大学和威斯康星大学麦迪逊分校的入学考试，10岁时能自由运用13国语言，并且会拉小提琴，会弹钢琴，在象棋上也成绩卓越。

人们开始提出很多问题，她有这样大的成就是由于具有天赋还是得益于早期的教育呢？到底什么才是成就她的因素呢？人们渴望得到这个女孩的教育方法。所以，维尼弗里德的母亲斯特娜夫人开始出现在人们面前。

我认为维尼弗里德能有所成就，毫无疑问是得益于斯特娜夫人良好的早期教育。1913年，当我在匹斯堡大学读书的时候，去过斯特娜夫人的家，看到小维尼弗里德我更肯定了自己的想法。然而令人惊讶的是，她是那么的活泼，并且很有礼貌。她接受了我们的要求，展示了她在语言、音乐和艺术方面的卓越才能，并且背诵了一些自己创作的用来帮助记忆历史事件、拼写韵律乃至数学知识的诗歌，同时，她在历史、自然、地理等各方面也拥有非常好的素养。

我们都惊讶于小维尼弗里德的这种难以置信的能力，都很想了解斯特娜夫人是怎样教育孩子的，所以我提出让斯特娜夫人把发生在自己和孩子身上的事都记录下来。

众所周知，在过去的两年里，教育界重提了“早期教育”的话题，人们都认为现行的教育方法比较滞后，在某种程度上阻碍着孩子们的发展。但

是，除了指责和咒骂，却没有人告诉我们该如何改变现状。究竟该如何对孩子实行早教呢？

在人们的强烈要求下，斯特娜夫人试着整理她和小维尼弗里德从婴儿时期到10岁之间的真实的生活，她就像记日记那样来描述过去的生活，很真实、很平淡地讲述她是怎样帮助女儿打开一扇扇知识和智慧的大门。

斯特娜夫人的每一个教育观点，都通过事实来证明。我们都知道卢梭笔下的爱弥儿，这个想象出来的孩子承载着卢梭伟大的教育思想，对教育发展起了举足轻重的作用。但我们应该认识到，爱弥儿这个想象的孩子仅仅活在卢梭的教育计划里。与其截然不同的是，斯特娜夫人的维尼弗里德和她的教育方法，是通过现实生活的验证，是真实而存在的。

斯特娜夫人可以把孩子在成长过程中所接触到的所有东西变成她们学习知识或技能的工具。她通过有意思和探索性的游戏，让小维尼弗里德不自觉地学会了拼写、语言、地理、数学。

我认为孩子从什么时候开始接受教育并不是最重要的，重点在于他们受到了怎样的教育。所以我力荐这本书，因为拥有一种能让父母事半功倍和让孩子快乐地学习的教育方法是多么的重要啊！

然而有些父母认为维尼弗里德继承了斯特娜夫人聪明的基因，才能具有非凡的才能，她的成功源于天赋而非后天培养的结果。在我看来，这种想法实在荒谬，虽然继承和遗传也很重要，但后天教育的重要性是不能忽视的。本书会充分说明这一切。

威斯康星大学麦迪逊分校 迈克尔·文森·奥谢博士



目录



第一章 他们的故事给我的启示



早教适时得当，每个孩子都是天才/2

孩子一出生，教育就开始/4

早教不会影响到孩子的健康成长/6

教育孩子，必须先改造母亲/8



第二章 做好充足的准备成为母亲



为孩子树立良好的榜样/12

健康的母亲才能生出少生病的孩子/14

父母应该有一套适合自己孩子的教育方法 /16

高度重视自己的饮食/18

孩子就该父母自己带/20

把好的情绪传递给孩子/23



第三章 重视孩子的健康



用母乳喂养孩子/28

对于好吃的食物要有个度 /30

把饮食变得有规律/32

兼顾孩子的快乐和健康：从控制零食开始/34

不要让孩子“与糖为敌”/36



第四章 合理利用大自然的馈赠



别让神童因为缺少早教而变得平庸/40

培养孩子敏锐的观察力/42

用音乐和诗歌训练孩子的听力/45

帮助孩子感知色彩世界/47

通过游戏提高孩子的注意力/50

5岁的女儿能把书本整页背下来/52



第五章 营造好的成长环境



让孩子在美丽的环境里成长/56

育儿室一定要打造得温馨惬意/59

漫画读物是培养孩子艺术品位的有效方式/61

家庭和睦孩子才会幸福/64



第六章 对孩子的品德教育要从小开始



孩子的品格取决于父母 /68

被溺爱的孩子会缺乏自制力/71

没有孩子是天生的自我主义者/74

让孩子懂得服从自己内心的声音/77

教育孩子不要成为可怜的吝啬鬼/80

拥有尊严的前提是拥有礼貌和智慧/83

女儿谦逊的品质源于知识/86

“可爱的谎言”或“善意的谎言”/89



第七章 怎样教女儿学习语言



我用纯正的英语和女儿交谈/94

请别用语法规则和字母表折磨孩子/97

先打好母语基础，再学习外语/99

在游戏中学会多种外语/101



第八章 通过游戏激发孩子的学习兴趣



“照料游戏”让女儿爱上学习/104

“寻找音符”帮女儿学会多种乐器/106

让女儿通过打字熟练掌握拼写技巧/109

加强孩子的动手能力/111

数字游戏让数学学习变得有趣/113

不要忽视训练孩子的触觉/116



第九章 自制的玩具和有趣的游戏



适合1~6岁孩子的玩具/120

各式各样的游戏/122

一些很好玩的视觉游戏/124

女儿最喜欢玩的颜色游戏/126

其乐融融的亲子游戏/127



第十章 与巨额财物相比想象力更有价值



- 努力开发孩子的想象力 /130
- 童话是陪伴孩子的天使/132
- 女儿从神话中感知到了对与错/134
- 玩具也是打开想象力的钥匙/137



第十一章 我教育孩子的一些小观念



- 身体健康是最重要的/142
- 不必做费德博士/144
- 填鸭式的教育只会事倍功半/146
- 从孩子出生就认为他会思考/149
- 允许孩子提各种各样的问题并认真回答 /151
- 轻易不在孩子面前掉眼泪/153
- 鼓励孩子多说“我试试” /155
- 千万不要取笑孩子/157



第十二章 教授孩子更高效的学习方法



- 讲故事是学习历史的好办法/160
- 顺口溜能够让孩子的记忆更加牢固/163
- 我是这样引导女儿爱上读书的/165
- 鼓励并帮助孩子成为“作家” /168
- 我学老卡尔的方法教女儿认识大自然/170
- 从两岁起，我就要求女儿坚持写日记/174



第十三章 让孩子听话的诀窍



- 说教远比体罚更有效果/176
- 不要体罚更不能“心罚”孩子/179
- 要诚信对待自己的孩子/182
- 品行记录激励女儿表现越来越好/184
- 学会转移孩子的注意力/186
- 让孩子自愿变得顺从/188



第十四章 我个人的自然教育理想



- 我个人的自然教育实践/192
- 自然教育的宗旨/196
- 自然教育的目标/198

后记 祝福所有的孩子都像我女儿一样快乐成长/199

第一章



他们的故事
给我的启示

早教适时得当，每个孩子都是天才

我始终相信一件事：每个正常的孩子都与生俱来地拥有其与众不同的天赋和才能。事实并不像人们想象的那样：天才是获得了上帝的特别眷顾。回顾那些成就伟业的风云人物，我们不难发现，激发他们与生俱来的天赋和才能的正是恰如其分的早期教育，这使得他们年少时就表现出了出众的禀赋。

卡尔·威特是一个举世公认的货真价实的天才。他能自如地运用德语、英语、法语、意大利语、拉丁语和希腊语等 6 国语言时才八九岁，其时他已经通晓动物学、植物学、物理学和化学，尤其擅长数学。他 9 岁考入了哥廷根大学，14 岁就拿到了哲学博士学位，年仅 16 岁就获得了法学博士学位，并受聘为柏林大学的法学教授。不仅如此，他 23 岁出版了著名的《但丁的误解》一书，一举成为研究但丁的权威人物。后来他终生都在德国一些著名的大学里教学，直到 1883 年辞世。而这所有的一切，都必须归功于他父亲老卡尔·威特在他小时候实施的早期教育。

小卡尔出生时早产，脖子被脐带缠住了，幸而在医院得到及时抢救，才捡回了一条小命。因为早产，出生后的小卡尔反应迟钝，神情呆滞，属于典型的智障儿，所有见过他的人都以为他这辈子就这样毁了。但老卡尔·威特没有放弃自己的孩子，坚持用自己独创的方法教育小卡尔。他没有白费心血，在他的悉心教育下，小卡尔最终取得了上述成就。

这算得上是一个奇迹了。可是，我却认为这是每一个有爱心的父母都

能够达到的。一些历史上的伟大人物更是如此，他们受益于适当的早教而少年成才。例如，当普通小孩还在抹鼻涕的时候，3岁的孔子已经可以弹琴并与母亲的友人谈论孝道；4岁的弥尔顿已经创作出为人赞赏的拉丁诗文；5岁的汉尼拔举起了比自己体重还要重的巨剑，并发誓永远不会放弃对罗马复仇；7岁的康德已经掌握足够的知识来为周围的孩子授课，为人师表的气质已然显现出来；9岁的保罗·摩尔菲获得了国际象棋的世界冠军；12岁的罗马教皇就谱写出了著名的《孤独颂歌》；15岁的歌德就做了大量写作练习，因为他那有先见之明的父亲对他进行了良好的早期教育……由此看来，那些认为才能完全出于天赋的想法，显然是愚蠢而错误的。

当我生下小维尼弗里德的时候，我在书中已经读到了以上伟大人物的成长经历，所以无论她先天智力如何，我都会对她进行科学的早教，让她自身蕴藏的天赋和才能尽量释放出来。

事实证明，我对她如此用心良苦是正确的，并得到了很好的回报，小维尼弗里德随着一天天的成长逐步展现出了惊人的才能：她3岁已经能够使用打字机；9岁那年，她分别通过了美国斯坦福大学和威斯康星大学这两所大学麦迪逊分校的入学考试；不到10岁，她已经掌握了13种语言。此外，她还会拉小提琴，会弹钢琴，并创作了很多诗歌，出版了自己的童谣，还在国际象棋比赛中取得了优异的成绩。

我们周围的人都认定维尼弗里德是一个天才。然而，只有我知道，她不过是个普通的孩子，不过就是在她还是婴儿的时候，我给予了她语言、艺术、音乐等方面的训练。

事实上，凡是家长，都梦想着自己的孩子是一个天才儿童。这个愿望很美好，只不过家长们常常忽略了一个道理：天才往往源自早期开发，而不是来自上帝恩赐。

我一直坚信，无论哪个孩子接受到恰当的早期教育，都有成为一个天才的可能。

孩子一出生，教育就开始

外科医生 W.C.Rucke 在一篇论文中讲道，我们十分反感的寄生虫类曾经都有翅膀，后来它们变成血液里的寄生虫后，不必再为食物而工作了，久而久之翅膀就退化了。寄生虫丧失了飞行能力，这对人类来说是件好事，懒惰的寄生虫受到了大自然的惩罚。但是，我们应该看到这里面隐含着一个可怕的真理：某些身体机能要是不去使用就会退化。

同样的道理，如果没有及时开发孩子的天赋，时间久了它们就会像根本不存在一样，消失得无影无踪，到那时就悲剧了。出于一个称职母亲该有的责任，当小维尼弗里德还未曾降生时，我就做好了准备，一定不能让她天赋在沉默中消失。

事实上，我真的做到了。我对小维尼弗里德的早教从她一出生就开始了。我会尽量用一些伟大人物的艺术作品或者诗篇来养成她对追逐美好事物的爱好和兴趣。比如说，在维尼弗里德还是小婴儿的时候，她的育儿室就被我挂满了各种名画的复制品，我选择的这些作品主题都是表现美丽、圣洁或者勇敢的。我认为，这些作品可以帮助小维尼弗里德在内心里形成一种向美向善的审美倾向。

事实证明这个方法是有用的，5岁的维尼弗里德在一本画册里看到一幅卡拉瓦乔关于“圣母”的画作后，立刻表现出了十分厌恶的神情，因为她看到画作里的圣母光着巨大的脚躺在地上，像一位没有教养的洗衣妇一样。

尽管父亲向维尼弗里德说明，卡拉瓦乔的表现方式就是这样，但她仍

旧无法接受。等她了解了卡拉瓦乔的传奇生平后，她仍旧坚持说：“爸爸，他有那样糟糕地表现圣母的权利，但我也有表示厌恶的权利，我认为那不美丽。”她父亲对于小女儿坚定的审美判断力吃惊不已。

维尼弗里德在日后的生活中始终怀有追求美好事物的积极心态，正是源于她在幼年时期就已经形成的审美观念。

因此，父母们必须明白一个道理：小孩子是不懂得拒绝的，你给他们什么，他们就会接受什么。所以说，要是你什么都没有给他，那他可能会一无所有。

孩子一出生早教就开始，我想每一位父母都应该这样做。

早教不会影响到孩子的健康成长

很多父母认为早教会影响孩子的健康，所以坚持放任孩子7岁之前自由生长。更有守旧的人认为，那些早慧或者才华横溢的孩子年过半百的时候，身体就会垮掉。甚至还有人做了一个莫名其妙的预测，认为这些孩子从“拥有太多知识”起，就将变得精神失常，因而背负一生的可怕命运。更可笑的是，有人说那些少年奇才，他们想要成名，必须先接受斯提克斯河的考验（古希腊传说中的地狱之河，传说是诸神起誓的处所。神一旦食言，身体就会溺入此河，并且失去永生的神性）。

我也承认，一些早慧的儿童，特别是音乐神童，他们都是才华横溢的天才，但却在青年时期就已夭折。怎么会出现这样的情况呢？如果你知道了他们的父母对他们做了什么就一切都清楚了。

孩子杰出的天赋，往往变成了孩子的父母向人炫耀的资本。不仅如此，他们更禁不起外在的各种诱惑，让自己的孩子到处巡展，工作量达到了成人水平。这样下去必然导致这些天才孩子没有玩伴，睡眠不足，饮食没有规律，并且精神长期处在亢奋状态，他们所谓的天赋消耗过度必然会快速地消失掉。

由此看来，根本不是早教毁掉了这些神童，而是糟糕的境遇扼杀了他们。

我们可以想象一下，如果这些天才少年能够有一个良好的家庭，能够在有益、健康的环境中成长，像大多数居家孩子一样生活，同时备受父母长辈的关爱；如果父母能够在激发他们天赋的同时，帮助培养他们健康、强韧的人格，而不是一味地拿他们去炫耀，他们很可能就会赢得荣誉的同

时幸福地活到老，或者能够成就更加伟大的事业。

由此看来，就像过去所说的“美丽的女人无大脑”一样，早期教育会影响健康的观念没有任何根据，是完全错误的。

格拉斯哥大学的詹姆斯·汤姆生教授认为，孩子的教育应该从孩子对这个世界表现出兴趣的那一刻开始。他始终坚定这一信念，并开始对两个还在摇篮里的儿子进行教育。

对于他的做法，他的朋友们持反对意见，担心这样做会造成孩子们的思维紧张、损坏他们的智力成长。汤姆生教授对这种观点给予了强有力的驳斥：“胡说！恰恰相反，正是由于孩子的教育开始得过早，他们才会觉得获取知识的过程变得艰难，思维开始僵化。我们应该帮助孩子在少儿时期就学会如何运用思维，以使他们在以后的学习中不会感到劳累。不管怎么样，我必须这样培养我的两个儿子。”

当然了，汤姆生教授是对的。他的大儿子12岁考入格拉斯哥大学，在班级里各方便都表现得很优秀，并且活到了70多岁，成为一位杰出的大学导师。他的小儿子成就更高，他的名字与牛顿和法拉第等在自然科学方面做出重大贡献的巨人们列在一起，被誉为19世纪最伟大的物理学家，并且一直活到了83岁。显而易见，早期教育不会对他们的成长造成任何伤害。

我坚持并开始对婴儿时期的维尼弗里德进行早期教育。当她还在襁褓中时，她已经在我的帮助下看色彩鲜艳的气球、卡片，听优美的音乐，我想她的视觉和听觉由此得到了良好的激发。

我还有最重要的事，就是尽量多地抚摸和亲吻她。我还坚持每天早晚各给她做一次按摩。我尽可能多地让她接触新事物，以便让她学到更多的新词。例如，我把她抱到滑梯上，一边护着她慢慢滑下来，一边对她讲“滑”“光滑”这两个词。后来当她会说话的时候，她已经可以很准确地运用它们了。

维尼弗里德接受的早期教育效果很明显，她各方面的发育都比同龄的孩子快。还不到两岁的她就已经可以同6岁的女孩子进行搏斗了，我的意思是说，无论是身体的协调能力还是体力，她都毫不逊色。另外，在智力上，她也比同龄孩子高出一大截来。