



深入探究
0~6岁
孩子内心的
秘密花园



读懂孩子的敏感期

让孩子走好第一步

水淼 / 编著

★ Understand the Children's Sensitive Periods ★

- ★ 资深心理专家最贴心的敏感期捕捉方案
- ★ 帮助父母走出孩子成长教育的困境
- ★ 全面解读孩子敏感期的9大典型表现
- ★ 让孩子走好人生关键的第一步

读懂孩子的敏感期

让孩子走好第一步

★ Understand the Children's Sensitive Periods ★

水淼/编著

图书在版编目(CIP)数据

读懂孩子的敏感期：让孩子走好第一步 / 水森编著 .

— 北京：中国铁道出版社，2017.3

ISBN 978-7-113-22278-9

I. ①读… II. ①水… III. ①儿童教育—家庭教育

IV. ① G781

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 203636 号

书 名：读懂孩子的敏感期——让孩子走好第一步

作 者：水森 编著

策划编辑：聂浩智

责任编辑：孟智纯

编辑助理：杨 旭

版式设计：彭伶俐

责任印制：赵星辰

出版发行：中国铁道出版社（北京市西城区右安门西街8号 邮码：100054）

印 刷：北京鑫正大印刷有限公司

版 次：2017年3月第1版 2017年3月第1次印刷

开 本：880mm×1230mm 1/32 印张：7 字数：260千

书 号：ISBN 978-7-113-22278-9

定 价：32.80 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书，如有印制质量问题，请与本社读者服务部联系调换。

电话：市电（010）51873170 路电（021）73170（发行部）

打击盗版举报电话：市电（010）51873659 路电（021）73659



Preface

前言

“敏感期”一词最早由荷兰生物学家德·弗里提出。他在研究中发现动物在成长过程中对环境具有一种特殊的敏感性，正是这种敏感性让其可快速掌握生存技能。后来，蒙台梭利在“儿童之家”学校的教育实践中，发现孩子的成长存在类似现象，因而提出了“儿童敏感期”的理论，并将它运用到儿童教育上。

从蒙台梭利之后，儿童敏感期越来越受到心理学家和教育者的重视。时至今日，“敏感期”已经成为家喻户晓的教育概念，为普通父母所熟知。孩子的成长是一个充满神奇的过程，让成人惊奇不已又无比困惑。

有不少父母发现，孩子刚出生时，对白色墙壁和天花板的注意力要远远大于五颜六色的玩具娃娃。但等孩子长大一些后，这种现象开始发生转变。他们将更多的注意力转移到玩具娃娃身上；孩子在2岁前总是喜欢把所有看到的東西放到嘴里，吸手指、啃脚丫都是乐此不疲的事情；稍大一些后，他们喜欢蹲在地上，这里瞅瞅那里瞧瞧，尤其是对各种孔洞非常感兴趣……

这些都是孩子在敏感期的表现，也是孩子在内在生命力驱使下的一种实践过程。正是在这样的实践中，孩子的认知能力得到逐步提升。所以每一位父母都应该留意孩子那些看似很难理解的行为，因为这正是孩子自我成长的表现。

孩子的生活能力、学习能力、思维能力基本上都是在敏感期建立起来的。敏感期是孩子一生中最重要的智力发育和潜能开发期。

蒙台梭利曾说：“经历敏感期的孩子，其弱小的身体接受到一种神圣命令的指挥，小小的心灵也因此倍受鼓舞。”敏感期还是孩子情感、个性等精神层次萌发的阶段。通过对“敏感期”的探索和感悟，孩子不仅学会了生活能力，还成为了一个会做出判断、情感丰富的小天使。敏感期不仅意味着孩子整体能力的提升，还事关孩子性格和品德的形成。

出于对孩子健康成长的考虑，每位父母都应该关注孩子的敏感期。如果不了解孩子的敏感期，就不能有针对性地对孩子进行教育，这对孩子来说无疑是一场灾难。通过研究发现，一个孩子某项能力缺失或有某种性格缺陷，大都能从敏感期中找到原因。在敏感期这一孩子发展的关键阶段，父母不仅要当好保护者的角色，更要承担起教育者的责任。

敏感期给我们提供了一个更深入认识孩子的窗口，只要我们细心观察和分析，捕捉到藏在孩子敏感期后的成长秘密，有针对性地改善教育孩子的方法，就能更好地促进孩子成长。给孩子一个充满爱和自由的空间吧，在这个空间里去发掘孩子成长的秘密，当孩子像花朵一样绽放的时候，我们的爱和付出就有了丰硕的回报。



目录

Contents

第1章

敏感期决定孩子的起点

神奇的敏感期行为	002
井喷式的智力发育	004
抓住敏感期教育	007
敏感期的发展阶段	010

第2章

儿童敏感期的9大类型

感官敏感——环境对孩子非常重要	016
语言敏感——神奇的沟通能力	020
动作敏感——“走”向世界的冲动	023
秩序敏感——孩子的哭闹有时很简单	026
细微事物敏感——孩子比成人更爱探索 ..	031
社会规范敏感——让孩子自立自律	034
书写敏感——写写画画的小天才	037
阅读敏感期——让孩子畅游书的天地	039
文化敏感期——让孩子在文明中沐浴	042

第3章

敏感期的早教重点

让孩子的感官更灵敏	048
培养孩子的语言能力	051
培养孩子的观察能力	053
让孩子自然成长	057
早教不仅只是学习知识	060
理解孩子的差异	064

第4章

0 ~ 2 岁儿童：走好第一步

孩子的特点	069
口的敏感期——什么都往嘴里填	072
手的敏感期——什么都爱抓来玩	075
行走敏感期——爬来跑去玩得欢	079
视觉敏感期——孩子眼里的世界很奇妙 ...	083
听觉敏感期——怎么说孩子才会听	087
语言敏感期——怎么上“嚶嚶学语课” ...	090

第5章

2 ~ 3 岁儿童：执拗初体验

孩子的特点	095
自我意识敏感期——孩子的“自我”诞生 ...	099
秩序敏感期——动一点孩子就会哭	103
细微事物敏感期——“观察欲爆发”的孩子	108
空间敏感期——垒高楼的“梦想家”	112
模仿敏感期——想学什么就学什么	117

第6章

3 ~ 4 岁儿童：开启天赋之窗

孩子的特点	123
新语言敏感期——表达能力大爆发	126
执拗敏感期——爱执拗的孩子	129
完美敏感期——孩子变得爱挑剔	133
色彩敏感期——我喜欢五颜六色	137
人际交往敏感期——找到一个好朋友	141

第7章

4 ~ 5 岁儿童：向大人看齐

孩子的特点	147
出生和性别敏感期——探索自己的身体 ...	151
婚姻敏感期——童年的“爱情”	155
绘画敏感期——涂鸦小画家	159
音乐敏感期——爱听爱唱的“小小音乐家”	163

第8章

5 ~ 6 岁儿童：走向大世界

孩子的特点	170
阅读敏感期——爱翻书的好孩子	173
社会规范敏感期——我要做个好宝宝	179
自然敏感期——爱往外跑的“冒失鬼” ...	184
数学敏感期——爱算数的小天才	187

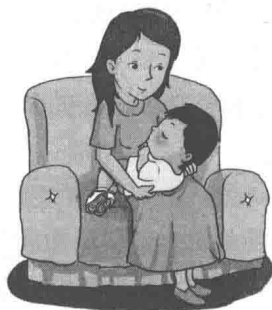
第9章

蒙台梭利的早教智慧

童年的秘密——孩子的敏感期	194
新教育——发现孩子	198
智力——孩子认识世界的强大工具	202
发展的歧变——偏离正轨的孩子	206
爱的智慧——聆听天使的心声	211

第1章

敏感期决定孩子的起点





神奇的敏感期行为



婴儿期孩子的学习能力和成长潜能是非常让人惊叹的。实际上其他生物在幼小状态时的生命活力和成长“速率”也是最为旺盛和迅猛的。大自然是一个极为复杂的生态系统，更是所有生物赖以生存的空间，每一个“新生者”基于生存所需，会本能地对所处环境做出最迅速的反应，这正是“敏感期”的由来。

人类是高度发达的“动物”，更衍生出了一个完善的文明社会体系。某种程度上说，文明已经是人类社会“遗传”的一部分。孩子在出生时会表现出对物理环境的敏感，同时对“文明环境”也会做出迅速的反应，以迅速获得生存的必备“技能”。

发展心理学认为，0~3岁的婴幼儿时期有着让人称奇的敏锐反应力和主动探索世界的能力，这是婴幼儿敏感期的第一个阶段；3~6岁是敏感期的另一个阶段，这个阶段孩子的学习能力变得更加强大。父母应该通过合理的早期教育，让孩子学习探索外界的潜能得到充分发展，这将为孩子的成长奠定良好的基础。

孩子的敏感期表现

人们通常认为新生儿是没有任何认知能力与学习能力的个体。其实，新生儿从出生的那一刻起，就具有相当惊人的反应和学习能力，下面我们看一些情况：

对光敏感的婴儿：光线的明暗变化会让孩子迅速做出反应。即使孩子刚出生不久，如果在其闭眼时开了灯，他会立即睁开双眼寻

找光源，这就是婴幼儿时对光线的本能反应。

3周左右的婴儿，开始凝视视野中出现的物体，并追随物体的移动而转移视线。很多家长都注意到，新生儿童会经常盯着天花板看，实际上那是孩子在确认空间感和存在感，如果在孩子面前放一张黑白相间的纸张，会发现孩子会在不同颜色之间反复确认。

对声音敏感的婴儿：人们很喜欢对正在哭闹的新生儿摇铃铛或拨浪鼓，“叮叮当当”的声音很容易就让孩子安静下来，一下子眉开眼笑甚至手舞足蹈。正是对声音的敏感，让婴儿在成长中逐渐学会分辨不同的声音。

例如，在给婴儿喂水之前，先拍一下手，几次以后，婴儿听到拍手声就会主动扭头伸手要水喝。实际上即使没有刻意声音，孩子也会通过观察和学习对一些现象做出迅速的反应。比如不管冲奶粉的声音多轻微，孩子在看到这个动作的一刹那，就会迅速做出要吃奶的动作，这也是对婴幼儿具有学习能力最好的佐证。

触感发达的婴儿：婴儿一般都是通过嘴和手去触摸感知外界的刺激。现代研究发现，婴儿把东西抓起来放嘴里啃咬不仅是出于“吃的本能”，更是他们自主感知物体的手段。在这个过程中，他们会逐渐对物体软硬、轻重、质感以及冷热等感官反应形成认知。比如婴幼儿会通过哭闹来对抗洗澡水过冷或者过热带给自己的不适感。

研究发现，婴儿的早期触摸感觉的发展与长大后手的灵巧程度有很大的关系。若是让婴儿睡在宽松的婴儿床上，手脚和身体不受束缚，双手能自主地从袖口伸出触摸各种东西，就会大大提升孩子手眼协调以及认知新事物的能力。而经常将婴儿捆绑成一个“蜡烛包”，孩子的手眼协调能力以及认知能力就会弱很多。

敏感期孩子的模仿能力

模仿能力是婴幼儿与生俱来的。做个小小的试验，在婴幼儿清醒、不哭闹的时候，把脸靠近他的脸，当他直视你的时候，伸出你的舌头，



重复几次，你会发现他会本能地像你一样伸出舌头，这就是婴幼儿模仿能力的一种表现。除此之外，他还会模仿张嘴、噘嘴等他感兴趣的表情。

其实新生儿会模仿面部动作，是一件很了不起的事。他需要在看到你的动作时马上联想到自己身体的具体部位，这是一个联动的过程。正是凭借与生俱来的模仿能力，孩子得以迅速地发展自己的认知能力。

这些只是很常见的行为，实际上孩子的敏感期要更丰富和多彩。当然，孩子的这些敏感期行为也往往让父母感到好奇或担忧，更多的还是被麻烦得“头疼不已”。但是，敏感期对孩子来说实在是太重要了，因为万物始于最初，孩子对这个世界的学习探索、感悟等任何技能，都将在这一时期初形成。在孩子敏感期的时候，父母要主动关注孩子成长的方方面面，积极引导，这对孩子的健康成长非常重要。

井喷式的智力发育



智力是一般性的精神能力，主要指人认识、理解客观事物并运用知识、经验等解决问题的能力。同时还包括记忆、观察、想象、思考、判断等基本生理技能。这个定义看起来非常“唬人”，但实际上一点都不神秘，因为它所关联的不过是人的日常行为。

0~6岁的孩子，正是对所有的环境都充满好奇之心和探索之欲的时候，让这些“小小探险家”到哪里都有新发现，不仅实现了智力从“无”到有的飞跃，其全面发展之态更像是“井喷”。也正

是如此，无数的家长才会为孩子那强大的学习能力而惊喜不已。

研究发现，在敏感期，尤其是0~3岁，正是孩子大脑发育的关键时期。这一时期内，宝宝的脑重量快速发展，大脑重量可从出生时的370克，增至1岁时的900克，已经达到成人75%的水平，此后脑容量的增加速度明显放缓。

人的智力高低是由大脑树突网络的密集程度决定的，而树突网络就主要源自婴儿时期所接受的感官刺激的结果。

在孩子的敏感期，大脑的可塑性较大。这时健全、良好、丰富的环境刺激可以充分激活其脑神经细胞，促进大脑结构和身体整个功能的发育，建立高度复杂、功能强大的网络。如果缺少适当的环境刺激，婴儿的脑部树突网络发展就会受阻，由它支配的语言、动作情绪等能力的发展也会受限。

在孩子的敏感期，尤其是最初的3年，是一生智力发展最为迅速关键的时期。这个时期，很多家长会发现，1~2岁的孩子都会拿着笔到处点点画画；到了3~4岁，这种行为更是一发不可收拾，这就是孩子智力发展的一个重要表现。在孩子智力发展的“井喷”和关键阶段，除了后文专门的介绍外，这里先给家长们支些“小招”。

和孩子“聊天”

如果说孩子的视觉发育更多是自发的，那么听觉发育就更多的是“被动的”。不要小看孩子的“听力”，当孩子还是5个月大的胚胎时，他们就开始倾听外界的声音了。

对于孩子来说，妈妈的话语是他们最爱听的声音。但是跟孩子说话时，快速而含糊不清的话是没有用的，温和慈爱的声音对孩子才是最有吸引力的。绝不要忽视婴儿的语言学习能力，孩子在5个月大的时候，就能对外界声音做出主动的反应，比如回应父母喊自



己的名字。同时，和宝宝多“聊天”还能锻炼孩子的语言表达能力，也是安抚孩子哭闹的好方法。如果在说话时，能够配以丰富的表情，孩子会更乐意与父母交流。

给孩子做榜样

孩子的模仿能力是他们了解世界和自主学习的法宝。父母可以利用这一点来开发孩子的智力。比如，婴儿对看父母尤其是妈妈的脸很感兴趣。从刚生下来开始，他们就会模仿微笑、皱眉等表情。对着刚出生四五周的婴儿做鬼脸、吐舌头，他们也会伸出自己的舌头来！所以，当想让孩子做什么时，自己先做示范是非常有效的方法。

当孩子年龄更大一些，孩子还会主动模仿父母的行为，这时父母要重视自己的榜样作用。有一句古话“有其父必有其子”，说的正是父母的榜样作用。父母是孩子最亲近的人，所以父母更要注意自己的言行，因为很可能一个不经意的行为就会影响孩子的一生。

多带孩子“运动”

这里所说的运动是广义的。其实多和孩子做游戏，让他动起来也是一种运动。现代城市家庭多是居于高楼之上，邻里之间交往很少，孩子的伙伴也非常少，很多孩子就是在婴儿车和家里度过了敏感期，这对孩子的智力发育非常不好。可以多带孩子去公园、学校旁、超市等地方，让孩子多接受新环境的刺激，通过好奇之心完成自我成长。同时，常“训练”孩子的身体，也有利于孩子的身体发育。

父母是孩子的第一任老师，如果父母能够运用科学的教育方法，抓住孩子智力发展最重要的“井喷”期，一定能奠定孩子身心健康发展的基础。

抓住敏感期教育



荷兰生物学家德·弗里在研究动物各项身体技能时，基于本能提出了“敏感期”一词，用来描述动物在成长初期，对与自身相关的技能（比如老鼠打洞）表现出的迅速反应。后来，意大利著名幼儿教育家蒙台梭利在长期的教学实践中，发现了儿童的成长也会产生类似的现象，因而在1936年正式将“敏感期”一词引入到教育领域，提出了敏感期教育理论，开创了全新的教育领域。

自此之后，敏感期教育就受到教育专家和父母们的重视，“敏感期”一词也成了家喻户晓的概念。正是在她的理论的影响下，敏感期教育成为儿童早期教育非常重要的部分。

蒙台梭利在自己的“儿童之家”学校，对孩子们进行细致耐心、理性系统地观察之后指出：儿童在某一个特定的时期有一种“敏感力”，这种力是一个人在其生命发展过程中，对外部环境的某些刺激产生特别敏锐的感受力，并最终影响到其心智的运作或生理的反应，而出现特殊的好恶判断和直观的感受。

当“敏感力”产生后，孩子的内心会产生一种内在的、无法遏止的动力。让孩子对他们所感兴趣的事物，产生浓厚的兴趣，进而产生尝试或学习的狂热愿望，直到内在的需求满足或敏感力减弱，这股动力才会消逝。蒙台梭利就将这段时期称为“敏感期”。

正是在敏感期内，儿童对某一种知识或技巧表现出特殊而高涨的热情，或者在生活中表现出某种执拗式的敏感反应。此时，孩子对周围环境中某个方面表现出强烈的兴趣，并且会出现大量有意识



或无意识的活动来释放自己的感受。在敏感期内对孩子恰当施教，能够收到事半功倍的效果，让孩子的心智得到迅速发展！无论是为了开启孩子的智慧之门，还是让孩子愉快地度过童年，都应该重视孩子的敏感期教育。

敏感期教育弥足珍贵

敏感期是孩子在生命本能驱动下的一个积极主动探索和学习的时期。一旦敏感期过去，孩子在心智上的进步，就失去了这种原始而深厚的动力支持，只能依靠主观的努力和外界的指导才能实现。

敏感期孩子的学习能力是惊人的，最明显的表现就是语言学习能力。在语言敏感期短短两三年间，孩子就能比较熟练地掌握一门语言。而想在学校期间再去学习另一门语言，即使付出很多的心血，也很难达到敏感期时的效果。

如果父母深深了解孩子敏感期的特点和巨大潜能，就应该学会如何利用好这一时期，实现孩子的快速发展。敏感期很短暂，并且在某个特定的敏感期中，孩子对一种特定的知识或技能的兴趣只会持续一段时间，然后这个时期就会消失，不会再出现另一个具有同等强烈兴趣感的时期，因此父母更应该珍惜。

敏感期教育是弥足珍贵的，然而当孩子表现出敏感期的行为特征时，很多家长都没有意识到，或者意识到了仍用成人的标准来判断，以致最终失去了教育的良机。

敏感期的发育

孩子一生下来，就进入了敏感期。这时候孩子是具有能力的天生学习者，他们遵循着自然成长法则，在身体发育的时候也不断发展着心智。很多人都意识到了，如果错过某一敏感期，会造成孩子某方面技能发展缓慢甚至是缺乏。但是很少人意识到，如