



白宫“结束成绩差距”项目发起人、克林顿-希拉里基金会活动顾问
 “3000万词汇倡议”负责人、芝加哥大学教授30年研究成果
 献给科学育儿的新世代父母

Thirty Million Words

fù

父

mǔ

母

de

的

yǔ

语

yán

言

3000万词汇塑造更强大的学习型大脑

5000本学术期刊转载，引起白宫重视的学术研究
 一本送给父母的语言教育启蒙书

达娜·萨斯金德 (Dana Suskind)

[美]

贝丝·萨斯金德 (Beth Suskind)

◎著

莱斯利·勒万特-萨斯金德 (Leslie Lewinter-Suskind)

任 忆◎译



Bui

in



机械工业出版社
China Machine Press



Thirty Million Words



3000万词汇塑造更强大的学习型大脑

Building a Child's Brain



[美]

达娜·萨斯金德 (Dana Suskind)

贝丝·萨斯金德 (Beth Suskind)

莱斯利·勒万特-萨斯金德 (Leslie Lewinter Suskind)

◎著

任 忆◎译



机械工业出版社
China Machine Press

图书在版编目 (CIP) 数据

父母的语言: 3000 万词汇塑造更强大的学习型大脑 / (美) 达娜·萨斯金德 (Dana Suskind), (美) 贝丝·萨斯金德 (Beth Suskind), (美) 莱斯利·勒万特-萨斯金德 (Leslie Lewinter-Suskind) 著; 任忆译. —北京: 机械工业出版社, 2017.7

书名原文: Thirty Million Words: Building a Child's Brain

ISBN 978-7-111-57154-4

I. 父… II. ①达… ②贝… ③莱… ④任… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 146506 号

本书版权登记号: 图字: 01-2017-2547

Dana Suskind, Beth Suskind, Leslie Lewinter-Suskind. Thirty Million Words: Building a Child's Brain. Copyright © 2015 by Dana Suskind and Beth Suskind.

Simplified Chinese Translation Copyright © 2017 by China Machine Press.

Simplified Chinese translation rights arranged with Dana Suskind and Beth Suskind through Brockman Inc. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only, excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan.

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or any information storage and retrieval system, without permission, in writing, from the publisher.

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Dana Suskind 和 Beth Suskind 通过 Brockman Inc. 授权机械工业出版社在中华人民共和国境内 (不包括香港、澳门特别行政区及台湾地区) 独家出版发行。未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

父母的语言: 3000 万词汇塑造更强大的学习型大脑

出版发行: 机械工业出版社 (北京市西城区百万庄大街 22 号 邮政编码: 100037)

责任编辑: 方琳 陈慧

责任校对: 李秋荣

印刷: 北京文昌阁彩色印刷有限责任公司

版次: 2017 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 165mm × 205mm 1/20

印张: 12⁸/₁₀

书号: ISBN 978-7-111-57154-4

定价: 49.00 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

客服热线: (010) 68995261 88361066

投稿热线: (010) 88379007

购书热线: (010) 68326294 88379649 68995259

读者信箱: hzjg@hzbook.com

版权所有·侵权必究

封底无防伪标均为盗版

本书法律顾问: 北京大成律师事务所 韩光 / 邹晓东

Thirty Million Words

推荐序

2016年我在看一篇儿童心理发展的文章时，无意中接触到“3000万词汇倡议”，这个倡议是由美国芝加哥大学妇科及儿科教授达娜·萨斯金德博士发起的。

达娜·萨斯金德博士和她的团队发现，在孩子三岁前，父母对他们说的话直接影响其大脑发育。换句话说：父母的语言，直接塑造着孩子的大脑。

这个研究非常有意义，如果能够在全世界推广，也许能够直接改变很多孩子的命运。看完这个项目的详细介绍以后，我感觉如获至宝。

“三岁定八十”的真相是什么

国际上很多亲子研究都着眼于父母对子女性格、品德等外在表现的影响，很少涉及对子女大脑发育的影响。实际上，我们的祖先早就发现了这一点，中国有句老话说“三岁

定八十”，似乎就在揭示这个现象。虽然这句话并不被所有人接受，接受的人也有各自的解读，但看完了萨斯金德博士的研究后，我才真正明白“三岁定八十”的真相是什么。

人类的大脑是唯一在出生后还具有可塑性的器官，尤其是在三岁前。三岁前，大脑会发育到成熟期的 80% 左右，这三年里，使大脑建立神经连接的条件是什么呢？是语言，具体来说，是父母的语言。

一个正在迅速发育的大脑，会通过听觉和视觉接收到大量的信息。如果把大脑比喻成一台机器，父母的言行就是在为孩子创造超级机器的过程。

婴儿们生下来什么都不懂，什么都不会说，然而这只是表象，他们的大脑正在迅速发育。一直要到孩子较大甚至入学之后，父母才会发现，有些孩子似乎特别聪明，反应敏捷；有些孩子即使很努力，成绩也无法提升；有些孩子对艺术敏感，有些孩子对音乐敏感，等等。

遗憾的是，当父母足以发现这些特点之时，孩子的大脑已经基本定型了。不同的大脑或者利于学习理工科，或者利于学习艺术专业，或者什么也不擅长。然而这台大脑机器，恰恰是父母以每一句话为材料，亲自搭建的。

为什么“输在起跑线”上

“3000 万词汇倡议”还发现了一个秘密，即低收入家庭的孩子为什么“输在起跑线”上。调查显示，低收入家庭的孩子在三岁前听到的单词数量远远少于高学历家庭的孩子。

调查数据显示：

靠救济金生活的家庭，孩子每小时听到的单词数是 616 个

工薪阶层家庭，孩子每小时听到的单词数是 1251 个

高收入的家庭，孩子每小时听到的单词是 2153 个

低收入家庭的小孩不仅听到的单词数量少，而且会接收到很多消极的单词和粗鄙的俚语。在出生的头几年，高收入家庭的孩子听到的包含积极、正面意义的单词数比低收入家庭的孩子多 56 万个。

“赢在起跑线”上的孩子，并不是他们家境富有，或者报了多少课外班，而是他们一出生，就能够在语言丰富、积极正面的环境中熏陶。

美国很多研究儿童发展的心理学家已经指出，社会所谓的学前教育期，在时间上实际已经晚了。真正的教育，从孩子刚出生的第一天就开始了，学校并不是教育的起点。从某种程度上来说，孩子在学校的表现，是父母对孩子早期教育的一种检验。

研究还发现，孩子的数学能力、空间推理能力、毅力、自律性、道德感、同理心都和孩子早期听到的词汇有关系。

所以，当孩子正式进入学校以后，他们的学习能力便会体现出显著差异。有些孩子并非不努力，但是他们成绩就是不好，理解知识就是比别的孩子慢，等等。

“3T”原则法

这本书最重要的价值是告诉父母应该怎样和孩子对话，才能最大化

地激发其大脑潜能即“3T”原则法：

共情关注 (Tune in)：共情关注你的孩子在做什么

充分沟通 (Talk more)：与孩子讨论时使用大量的描述性词语

轮流谈话 (Take turns)：和孩子轮流参与谈话

这本书会指导父母如何在和孩子的对话中，“塑造”孩子的大脑。

我在公众号曾发表过一篇关于这个研究的文章，简要介绍过3T原则，但是很多父母觉得不够详尽。现在好了，机械工业出版社翻译引进了萨斯金德博士的书，大家可以详细阅读本书，按照书中的案例和理论，实践到自己的生活中去。

父母语言对孩子的意义，可能比任何昂贵的早教班都更加深远。推荐父母将这本书买来看看，参考这本书的方法，用“语言”帮孩子塑造更强大的学习型大脑。

小楼老师

小楼老师心理课公众号主编

Thirty Million Words

译者序

现在是2017年8月4日晚上6点半，烈日刚刚结束对重庆40度的炙烤，透过窗户我隐隐可以看到即将消失在天际的那一抹夕阳。整个城市仍然被热浪包裹着，闷热难耐，恐怕只有一场大暴雨才能给它带来一丝清凉。

此时的我坐在书房里，正为这本书写序，编辑嘱咐我写得柔软一点，于是不禁想到内心深处最柔软的他——我那22个月大的儿子。他对一切事物都充满着无穷的好奇，仿佛要把这个世界统统探索一遍：大树上掉落的一片叶子，他会蹲下仔细看个半天；邻居家的狗狗出门，他紧跟着冲出门，追着小狗一路狂奔是他近来最爱做的事；早上我抹脸，他也要把我那堆女人用的瓶瓶罐罐——拧开，抹到自己的小脸蛋上。

孩子，你是如此天真活泼，招人喜爱。谢谢上天赐予我这么珍贵的礼物，我一定要好好陪伴你、呵护你、善待你。如今你正牙牙学语，每时每刻都迫不及待地想和这个世界对话，作为妈妈的我到底应该怎么配合你，为你营造适合你的

语言环境呢？

去年8月，我儿子差不多10个月大，那个时候我疯狂地浏览各大网站五花八门的早教论坛。因为随着孩子慢慢长大，我开始不安起来，我发现他的需求不仅仅是喝奶和睡觉，他还需要点别的什么，但是我完全不清楚这些“别的什么”究竟是什么。我几乎每天都在问自己：“除了给孩子生命，我还能给他什么？”正当我在孩子这件事情上极度无助的时候，编辑把这本书递到了我手上，让我先学习后翻译。初为人母、毫无育儿经验的我如获至宝，仅仅粗略翻看一遍后，父母对儿童进行早期语言教育的内容就印刻在我的头脑中。

这本书前后翻译了三个月。坦白讲，这三个月的确比较辛苦，我一边要照顾孩子，一边要搞好工作，一边还得兼顾翻译进度。尽管如此，我却获得了前所未有的翻译体验。以往翻译一本书，我仅仅把它当做一项任务。然而这次，我更多是以一个新手妈妈的心态去学习、去感悟、去实践这本书中提到的3T语言法。每天我都渴望多阅读一些，多翻译一些，迫不及待地想早点让更多处在迷茫中的父母体会这本书的非凡意义。

早期教育能促进大脑的发育

婴幼儿时期是孩子神经系统发育最快、各种潜能开发最为关键的时期，因此是进行教育的好时机。根据敏感期 and 大脑发育理论，人类对各种信息和各项能力发展的敏感期都集中出现在生命的最初几年，这个时期是人一生中独特和重要的发展阶段，也是宝宝获得智慧的最佳时机，

称为孩子发展的“机会之窗”。早期教育的核心在于提供一个教育营养丰富的环境，对孩子的大脑发育和人格成长进行最大化“激活”，从而为其日后的发展打下坚实的基础。

一些家长担心，对孩子实施早期教育，会累坏孩子的大脑，其实这种担心是不必要的。一些研究者曾经用动物的大脑和生化的变化证明，早期丰富的环境刺激与学习机会不但不会伤害大脑，反而会促进大脑的发育。人的智力或心理是遗传与环境交互作用的结果。

儿童的潜在能力遵循着一种递减规律，即生下来具有 100 分潜在能力的儿童如果一出生就进行理想的教育，就可以成为具有 100 分能力的人；若从 5 岁开始教育，即使是理想的教育，也只能成为具有 80 分能力的人；若从 10 岁开始教育，就只能成为具有 60 分能力的人。

3000 万词汇的差距

你相信吗？这个世界上没有那么多天生聪颖的孩子，更多的聪慧源自其善于沟通的父母。生活在贫困家庭的孩子由于缺少与父母的沟通，在 4 岁前比生活在中产阶级家庭的孩子少听了 3000 万词汇。是的，你没有看错，就是 3000 万个！

这么大的差距从何而来？

让芝加哥大学妇科及儿科教授，小儿人工耳蜗项目负责人，芝加哥大学医学院“3000 万词汇倡议”机构的创始人达娜·萨斯金德博士来揭晓答案吧。

达娜·萨斯金德博士致力于研究发育中的孩子早期接触的语言数量，是否会对其大脑构造和发展产生非常不同的影响，进而直接影响儿童的学习能力和性格塑造。本书是她 30 年复杂研究的结晶，书中提到我们天生拥有各种各样的潜能，但要下一番工夫才能挖掘出它们。正如每一颗种子都有潜力成长为玫瑰、牵牛花或绣球花，但最关键的一点，还得看它们是否得到了恰当的照料。大脑的发育也跟开花结果没什么两样。科学研究表明，大脑的发育依赖于适宜的环境带给它所需的养分。儿童的智力发育并不是自动发生的，它很大程度上依赖于父母能否提供一个良好的语言环境。

在此，作为本书译者，我不得不强调，一个好的早教语言环境并不单单只跟词汇的输入有关。在这个环境里，父母要为孩子营造出亲密的关系。这里并不是要批评不善于表达的父母，相信他们也有其他的情感表达方式。不可否认的是，语言是一个强而有力的媒介。交谈时，人们通过它来显示自己对话题的热衷，此外，语言还可以让我们与他人建立情感的共鸣。

究竟如何为孩子构建一个好的语言环境呢？答案尽在这本书里。在翻译本书期间，初为人母的我已经非常认真地阅读完本书的所有理念，并将其贯彻到生活中去。渐渐地，我发现良好的语言环境，不但能开发孩子智力，还能改善亲子关系！相信你也可以做到！

任忆

高校英语教研组组长，儿童外语习得研究者

Thirty Million Words

目录

推荐序

译者序

1

第一章

缘分：儿童人工耳蜗医生眼中的大脑发育 | 1

扎克和米歇尔先后由我植入了人工耳蜗，但随着时间推移，他们的学习潜力和社会表现差距巨大。为何相同的年龄、智力和手术操作，产生了不同的结果？是因为扎克家境更好，先天条件更优吗？在追寻答案的过程中，我逐渐发现，父母的社会经济地位并不影响孩子学业的好坏，然而父母与孩子交谈中使用的语言，也就是说早期的语言环境直接决定了孩子日后的社会表现。

2

第二章

3000 万词汇：父母语言的力量 | 23

家长与孩子的对话越多，孩子词汇量会增长得越快，孩子日后测试出来的智商会越高。错过对儿童语言能力的培养就可能造成孩子以后在学业上和其他同学有差距。

不同家庭语言环境的差距可以达到 3000 万个词汇，如果稍不注意错过了句子中某个熟悉的词汇，孩子们就会难以弄清下一个词

汇的意思。研究人员称“仅仅几百毫秒的优势就为孩子赢得了学习的机会。”

3

第三章

神经可塑性：早期语言环境的决定性影响 | 45

宝宝一出生，每1秒都会产生700~1000条额外的类神经连接，其带来的让人难以置信、错综复杂的大脑回路便是大脑的构造，影响孩子所有的大脑功能，包括记忆力、情感、动手能力，当然还有语言表达能力。语言能力将为孩子日后的社交、情商和认知能力的开发奠定基础。

4

第四章

语言的力量：从思维能力到人生观 | 67

“父母语言”的定义具有迷惑性，因为“父母语言”的神奇作用远不止简单的词汇导入。根据父母对孩子说的词汇量和父母对孩子说话的方式，父母语言会影响孩子数学、空间推理和读写能力的发展，以及孩子约束自身行为和应对压力的能力；且孩子的毅力和道德品质也会受到影响。我认为所有的父母都应该知晓这一点。

5

第五章

3T原则：优化大脑发育的亲子沟通 | 109

不管父母在跟孩子谈论尿布的气味也好，花朵的颜色也好，或者三角状的物体时，3T原则都应参与其中。因为语料丰富的早教语言环境对于孩子的大脑发育有至关重要的作用。

3T原则即共情关注（tune in），充分交流（talk more），轮流谈话（take turns）。在数学概念、读写能力、自我管理、执行力、批判

性思维、情商、创造力和毅力培养等方面，3T 原则也能发挥相当的引领作用。

6

第六章

唤醒潜能：不一样的童年，一样的希望 | 173

有证据表明，贫富差距可能使孩子们学习效果的差距越来越大，这导致大量的公共资金流向了学前教育项目。但儿童教育的问题不单纯是个经济学问题，不论贫富，语言环境都只和家庭、父母相关。本书表面看来是在讲述孩子和智力的可塑性，但其核心是关于父母重要而强大的作用。孩子的教育并不是起跑线的抢夺游戏，而是终生你追我赶的竞技，是一个更美好的社会期许。

7

第七章

重视父母的语言，融入育儿文化 | 199

白宫技术政策办公室邀请我的团队帮助其组织一场名为“跨越3000万词鸿沟”的会议。我们预测3000万词汇项目的数据支持会由一个类似于可汗学院的交互网站提供，成为一股统一的社会思潮，融入文化之中。每一个父母的耳边都会回响着：“和你的小宝贝说说话吧，好好说，你的小宝贝会有所回应的。”

附录 幼儿教育组织和资源 | 221

后记 走过海岸线 | 236

致谢 | 237

注释^①

① 本部分内容上传至华章官网 www.hzbook.com。

1

第一章

缘分：儿童人工耳蜗医生眼中的 大脑发育

双目失明让我看不到世界，双耳失聪
让我听不见人心。

——海伦·凯勒 (Helen Keller)
(美国女作家)

父母的语言是世界上最珍贵的语言。不论他们来自哪个民族、不论他们使用怎样的词汇、不论他们的经济地位如何，他们的语言对开发孩子大脑潜能起着最为关键的作用。如果脱离语言，孩子大脑发育将会受阻。听力正常但语言环境不佳的孩子，与天生耳聋且未接收大量语言符号的孩子无异。如果不对这两类孩子进行干预，那么他们则很可能会终生保持沉默，这样的打击对孩子来说是致命的。当然，如果一个孩子（不管他是听力正常的孩子还是植入了人工耳蜗的孩子）生活在语言符号丰富的环境中，那么他的大脑发育一定可以得到促进和提高。

我的故事

一名负责儿童人工耳蜗植入的外科医生写了一本关于父母语言影响的书，我个人觉得这并没有什么好奇怪的。但在大众的心目中，外科医生是不善言谈的。他们擅长的不是嘴上的，而是手上的：外科医生不但能在手术室里用灵巧的双手完美地为患者缝合伤口，还能准确诊断出患者的病情并及时给出手术方案。对一个医生来说，没有什么比完成一台漂亮的手术更令人开心愉快的了。

人工耳蜗植入术可以帮助耳聋患儿重获听觉。耳蜗由一条骨蜗螺旋管环绕蜗轴旋转两圈半而成，这个器官就是听觉神经开始的地方。如果耳蜗受损，那么声音传到这里就戛然而止了。人工耳蜗的植入可绕过损伤的内耳毛细胞，直接刺激听觉神经，将听觉信号送到大脑。最终，聋儿能听能说，他们不管从学习层面还是从社会层面都能很好

地融入社会。我认为人工耳蜗植入术对完全丧失听力的孩子来说简直就是一个福音。

正是大脑赋予了我无穷的想象力。大脑有别于耳朵这样的器官，它似乎神秘莫测，掌管着生活中的一切未知之处。在医学院上学的时候，我就梦想有一天能成为一名神经外科医生，亲手解决患者所遇到的棘手问题。

然而，我在医学院经历的第一次神经外科手术——脑膜瘤切除术却并不那么顺利。当天由神经外科主任 R 博士操刀切除病人脑部的这个良性脑膜瘤。因为我当时正跟着 R 博士编写一本教材，“脑膜瘤切除术”就是其中一个章节，所以他叫我到手术室亲眼看看这个手术，还给我布置了一个清洗的任务。

进了手术室，R 博士就示意我往手术台上看。我看到手术台上躺着一个人，被剃了光头，头皮沾满消毒用的黄色必妥碘和刀口渗出来的鲜红的血。这个人的颅骨被切开了一个口子，里面灰色的凝胶状的大脑正在有节奏地跳动着，好像随时可能从里面蹦出来一样。病人整个身体被一块长长的蓝色无菌布遮住，看上去像在做魔术表演一样。

看着手术台上的病人，我突然想到自己脑袋里怦怦跳动的大脑。难道就是这一团黏糊糊的东西在掌管着我们的思想和行为？真的是这样吗？我开始手脚发软，伴着手术室耀眼的灯光，我感到一阵头晕目眩，R 博士在说着什么，可是我几乎什么都听不到了……最终，我被几个在场的护士从地上扶到椅子上。是的，你猜对了，我晕倒了。很难堪吧！

20 世纪 80 年代在神经外科界流传着这样一句话：“如果你的脑子被医生动过，你就不是原来的你了。”那个时候，但凡接受了脑外