

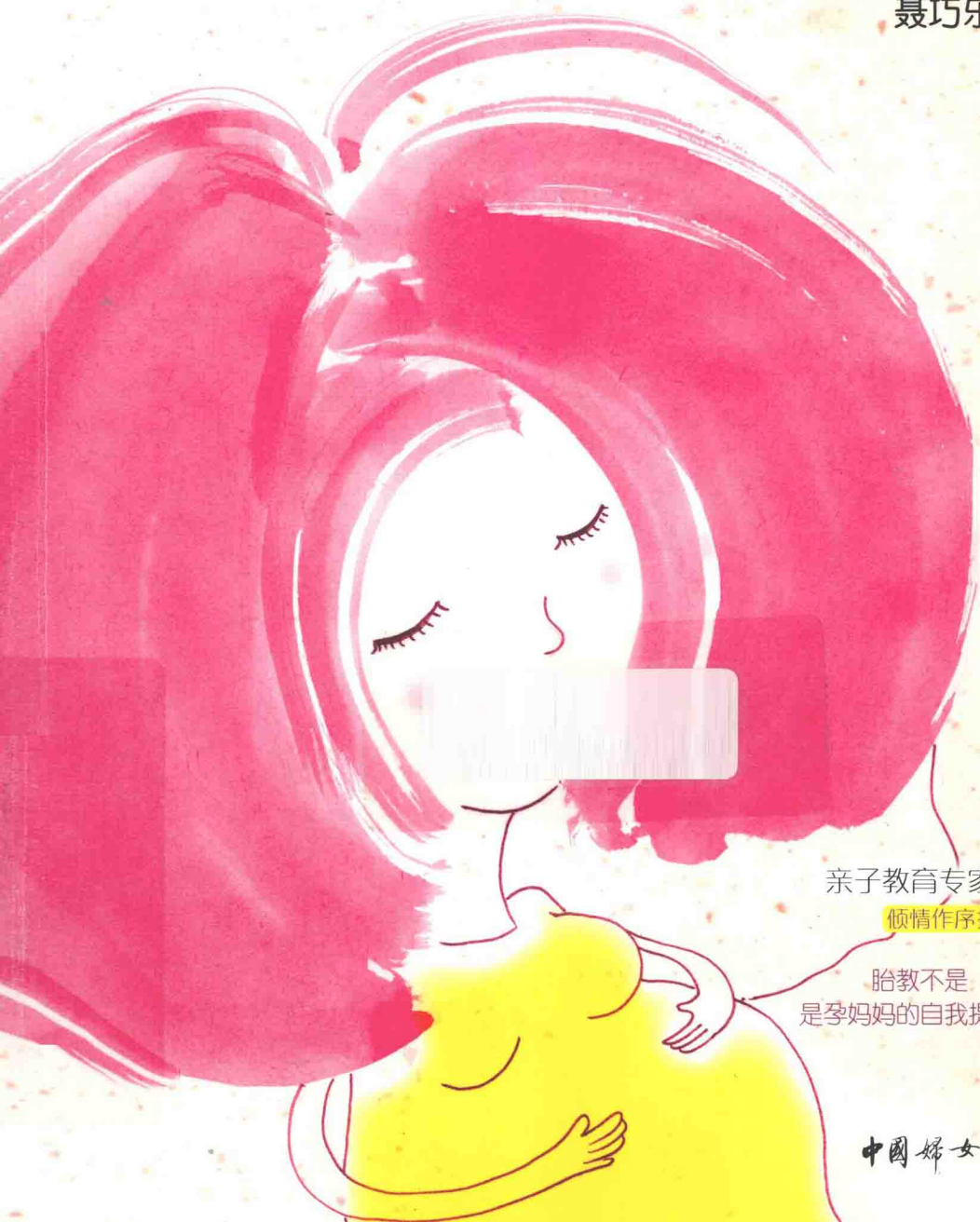
聂巧乐

| NIEQIAOLE
HUDONG TIYANSHI QINZI TAIJIAOFA

随书赠送
DVD光盘
婴儿抚触、游泳

互动体验式亲子胎教法

聂巧乐 著



亲子教育专家 陈禾

倾情作序推荐

胎教不是“教”孩子
是孕妈妈的自我提升与放松

中国妇女出版社

聂巧乐

互动体验式

聂巧乐 著

亲子

胎教法



中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

聂巧乐互动体验式亲子胎教法 / 聂巧乐著. —北京:
中国妇女出版社, 2014.2
ISBN 978-7-5127-0823-5

I. ①聂… II. ①聂… III. ①胎教—基本知识 IV.
①G61

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第310331号

聂巧乐互动体验式亲子胎教法

作 者: 聂巧乐 著

责任编辑: 刘 宁

封面设计: 吴晓莉

责任印制: 王卫东

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 170 × 240 1/16

印 张: 12.5

字 数: 250千字

版 次: 2014年5月第1版

印 次: 2014年5月第1次

书 号: ISBN 978-7-5127-0823-5

定 价: 36.00元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)



胎教让妈妈和宝宝更出色

接受过胎教的孩子具有以下特点：

1. 不爱哭。
2. 发音较早。
3. 心理行为健康。
4. 对音乐敏感，有音乐天赋。
5. 能够较早地理解语言，显得非常聪明可爱。
6. 学说话较早，入学后成绩也比较优秀。
7. 能较早与人交往。
8. 双手的精细运动能力发展良好。
9. 有浓厚的学习兴趣。
10. 运动能力发展很好。

通过这几年的临床实践，我发现，接受过胎教指导的准妈妈也非常优秀，初步总结了一下，她们具有以下特点：



1. 孕期情绪非常稳定，心态比较积极、乐观。
2. 对胎儿的接受度非常高，能很用心地关爱胎儿、感知胎儿，并能很好地与胎儿进行交流。
3. 对新生儿的熟悉度、接受度较强。
4. 产后能很快地进入新妈妈的角色中。
5. 与新生儿的交流非常默契和自然，能非常容易地理解新生儿的表情和肢体语言，能更好地照顾好新生儿。
6. 与家人关系协调，能很快适应月子期间的的生活。





自序·关于“母亲”的感悟

母亲——天底下最伟大的称谓！到底做一个什么样的母亲才是最合格的母亲？这是几千年来一直都有人讨论的话题。

小时候，听说“坏人”这个词时，我才四五岁。我搂着妈妈的脖子，问她：“妈妈，什么是坏人啊？坏人是从哪里来的啊？”虽然妈妈当时告诉我的答案我已经忘记了，但是，从那以后，印象中，我会经常一个人坐在地上守望着天空，独自问星空：“能不能有一种方法让每一个人在妈妈的肚子里就能学好，出来以后就不会做坏人了呢？”带着这个幼稚的想法，我已数不清与天空中的星星有过多少次对话，而且这个情结一直伴随着我成长。我带着梦想，由偏远的山区来到北京，学习音乐教育，后来又学习音乐治疗。毕业之后，我无数次地思考如何把自己的专业和所学运用到工作中去，实现儿时的梦想，我开始了自己漫长的探索。

我是从2007年中期开始考虑做胎教和音乐镇痛分娩的。当时我面临着职业选择，让我想起了和先生第一次见面时两人不约而同地想到把母亲教育作为自己的事业。但我俩都觉得这件事情太大了，如果能从孕期开始，解决孕期抑郁、产后抑郁，然后延伸到亲子教育可能会比较好。2007年9月，我们为自己的母亲教育体系起了个名字，叫“悦迪”——音乐启迪智慧的意思。2007年秋，我们遇到了我国著名妇幼保健专家、原北京海淀妇幼保健院业务院长赵天卫。赵院长给我们很大的鼓励，也使我们找到了进入这个行业的第一个突破口。在以后的几年里，赵院长一直是悦迪母亲教育事业的有力推动者，也是布道者！



2008年2月，春节刚过，在回北京的路上，我接到了赵院长的电话，成为我能进入音乐镇痛分娩和胎教服务行业的关键。赵院长介绍我到北京市海淀区妇幼保健院进行音乐镇痛课题的临床研究。在赵院长的支持下，我一边在先生帮助下成立了悦迪亲子胎教工作室，一边在海淀妇幼保健院进行为期半年的课题研究，在那里完成了300多例音乐镇痛研究。

2008年9月，经赵天卫院长介绍，我来到了北京玛丽妇婴医院，开始了真正意义上的以音乐分娩与音乐胎教指导为主要内容的工作实践。在这期间，我亲自指导并服务过几千例准妈妈，见证了每一位准妈妈的成长与变化，也收获了她们的喜悦与丰收。因此，我要由衷地感谢北京玛丽妇婴医院各位领导的大力支持，感谢这个平台为我提供了实践的机会！

经过几年的工作实践和思考，我越来越体悟到：女人，由女孩过渡到真正的妈妈，一定需要一个平台和契机，需要经历一些坎坷和感悟，最佳的时机就是孕期！能做天天给她们提供支持和陪伴的工作，让她们体验到真正的爱与美好，正是胎教师这个职业的魅力所在！在她们怀孕的过程中，陪伴她们一起成长，陪伴她们一起体悟，同时启迪她们学做智慧女人、智慧妈妈！

我在工作中发现，从孕期开始进行母亲教育，必定会影响到每一位准妈妈的心灵，一定会为她们播撒下成长的种子，唤醒她们母性的智慧，帮助她们在孕期获得真正的成长，圆满她们的家庭，帮助她们呵护与陪伴宝宝的成长，成就孩子幸福的一生！

我经常会憧憬，假如每一位妈妈的心里都充满了美好，假如每一位妈妈的内心都充满了智慧，假如每一位妈妈都有足够科学的方法，充满了对家人、对孩子的慈爱、慈悲、宽容与理解，充满了力量和阳光，孩子一定会感到幸福、温暖。假如每个孩子的心灵都如此美好，假如每个妈妈都能将美好带给孩子，我们的社会就一定充满爱的阳光！

聂巧乐

2013年于北京



推荐序 · 陈禾/亲子教育专家

认识聂巧乐老师是从微博上的文字交流开始的。那是在一年前，我正在思考如何把爸爸和正在孕育的妈妈以及即将出世的宝宝“捆绑”，成为亲子成长的共同体。我想到了胎教，而聂巧乐——这位专业的音乐治疗专家也正在思考通过胎教建立她的促进孕期妈妈心理健康和亲子共同成长的“互动体验式胎教”理论。我知道她正在总结多年来的临床经验，并结合胎教理论撰写《聂巧乐互动体验式亲子胎教法》，于是就围绕科学胎教的话题展开探讨。

聂老师的关注点在准妈妈的修行。她借助音乐，力求证明胎教对准妈妈的正面作用——心态平和，情绪稳定，了解并接受胎宝宝的特点，体验和胎宝宝交流……这样，就能够更早地进入妈妈的角色，懂得如何照顾宝宝，并在处理与家人的关系上做得更好，对于妈妈和宝宝的身心健康都有莫大的好处。

这正是吸引我关注的亮点。多年来，我几乎阅读了中外有关胎教的论著和教材，也曾经针对接受胎教辅导的准妈妈做过调研，总觉得许多胎教专家的言论不着边际，在胎教方法上故弄玄虚，重点都在催销他们的胎教产品。毫无疑问，胎教是有科学根据的，但过度强调接受胎教的宝宝出生后如何超凡脱俗、智能超常，总觉得很不靠谱。

聂老师的观点和我颇为一致。为了进行深入探讨，2013年7月，我接受了聂老师的邀请，前往悦迪亲子胎教会所拜访，和聂老师及桑肇君老师会面，并成为本书的第一位读者。那时，聂老师正在亲身体验她自己创立的胎教法，对于孕育有了更深的体会。她表示，在宝宝诞生后，他们夫妇将继



续思考，把胎教、育儿和亲子早教结合起来，发展出一个系统化的科学育儿工程。

在本书中，聂老师把胎教的作用定义为“心灵交融，亲子共同成长”，我完全同意。但针对胎教的五大目标，我认为不够全面，建议她进一步思考我提过的“三头四脚”亲子共同成长的理念，把爸爸拉入亲子生活圈，和妈妈、宝宝构成一个有机的生命共同体。

“三头四脚”的理念是我在两年前应中国城市出版社之邀，为他们出版的译著《爸爸读的胎教童话》写推荐序时提出的。当时我正在思考一套合理可行的方法，目的是让爸爸在迎接宝宝到来之前就主动进入亲子成长生活圈，至少保证从孕期到宝宝一岁下地行走这段时间内，扮演共同成长的积极角色，在长达两年的岁月中，和妈妈、宝宝心灵相通，建立起不可分割的关爱情感。这样，以后便不会以繁忙或厌烦为借口，缺席宝宝的成长岁月。在“三头四脚”这一理念的引导下，爸爸一开始便养成每天和宝宝亲切说话的习惯，心系宝宝的发育成长，自然而然地和妈妈、宝宝形成三位一体的亲密关系。

聂老师提出将胎教及育儿、亲子早教有机结合是科学育儿的合理做法，也正是现代优生优育理论的一个合理可行的实践方案。我期待她的努力能够尽早实现，并撰写成第二本著作，影响和帮助更多的年轻夫妇。

本书的特点是不空谈理论，也不堆积文字。作者简明扼要地阐释互动体验式亲子胎教法之后，立即将重点放在实际操作上，并配合需要提供音乐素材。还有一点：出版社为了体现作者“让每一位妈妈的心里都充满了美好”的愿望，在排版和艺术设计上下大工夫，让版面赏心悦目，准妈妈们在没有压力的情境下轻松阅读，保持美好的心情，这是必须大力表扬的。



引言 · 升起心中大爱，采撷梦想云彩

2007年9月7日，“悦迪”的名字第一次出现在我们的谈话中。那时我和巧乐正在筹备结婚，在北京西三旗附近遛弯儿的时候，我问巧乐结婚后准备做点啥。她说：“还记得我们第一次见面时的谈话吗？”我记得，当时我们从下午两点一直谈到复兴门的星巴克打烊，整整八个小时。记得当时的话题是母亲教育和家庭教育。巧乐很坚定地说：“我要做把音乐治疗用于孕产期的工作，想做胎教、音乐分娩，用音乐启迪智慧，就叫‘悦迪’吧。”

从此，我的生活便和这个主题分不开了。以后的两次创业和短暂的打工生涯，我无论走到哪个城市都要抽空去当地的妇产医院和早教中心转转；对各地的人文、社会风貌进行观察和思考，都围绕着家庭教育对人和社会的影响而展开，始终对“什么是教育的终极目标”这一问题非常着迷。

言归正传，为聂巧乐写序，我想最合适不过的就是讲讲她的故事：她为什么会做胎教？为什么是她？为什么她能做好？那我就回忆一下其实并不轻松的过程。

缘起

巧乐毕业于中央音乐学院，学音乐教育。但是，由于母亲出身中医世家（外公曾是当地著名的中医），再加上从事的是乡镇卫生院的妇产科工作，巧乐小时候常常跟着母亲去医院，看着母亲帮人接生。于是童年时的巧乐就有一个纯洁、简单的梦，那就是“长大了学医，让女人生孩子不疼”！童年



的梦会让人终生难忘，只要有机会，总想采下梦想中的那块云彩！所以当她的梦考入中央音乐学院，就学期间发现居然还能用音乐治疗疾病和痛苦的时候，她的梦想又被点燃了。从此，音乐治疗系的本科生、研究生各年级的课堂上总少不了她的身影。一贯治学严谨的系主任高天教授看到这样一位旁听生居然也开了绿灯，我想一定是巧乐那纯净、好学的眼睛感动了教授。

佛说，凡是有慈悲梦想的人，总会有金刚护法加持。不得不信，当我们发愿做这件事没多久，经朋友介绍就遇到了贵人。巧乐今天能做这件事就因为生命中的贵人——赵天卫院长。彼时，赵院长刚刚从海淀妇幼保健医院退休，匆匆一见谁也没想到这是终生的缘分。

经过半年的精心筹备，2008年大年初八，我们从山东老家结婚后准备回北京开始做这项事业。大巴还没开进北京，我们就意外地接到了一个朋友的电话，他说有一位妇产科专家想开展音乐分娩，想通知聂巧乐去海淀妇幼医院做音乐镇痛分娩的课题。之后，便是与赵天卫院长的见面。仅仅一次见面，巧乐便得到了赵院长的信任与真诚的帮助，非常意外和惊喜！这种大爱和信任感动着我们，让我们六年来始终不敢对事业有任何随意。赵院长的社会责任感和严谨的治医精神一直鞭策和鼓励着我们，影响着我们的家庭和现在从事的事业。

奥运前夕

2008年是奥运年，伴随着进驻医院后的激动心情，我们在充满了喜庆的春天开业。随着“5·12”的巨大震动，我们迎来了工作室的第一个胎教学生，6月份迎来了第一个早教的宝宝（星星，小小音乐家，在2015年的家庭亲子早教的书中，我们会详细介绍）。

7月份，奥运会倒计时一个月，随着全国人民喜迎奥运，我们也不得不按照市容要求，不能再去医院门口招生了。索性停了招生，专心看奥运。我们陪着几位孕妈妈和胎宝宝度过了一个快乐的夏天。



9月份，奥运会结束了，心情有点慵懒。又是赵院长！赵院长7月份被聘请到玛丽妇婴医院做业务院长，从此，音乐的“玛丽”和音乐的巧乐结缘，音乐也成为“玛丽”的特色：音乐胎教、音乐分娩、胎教音乐会。聂巧乐于2008年9月在“玛丽”开始了她真正如鱼得水的医院工作。9月9日是“玛丽”的生日，感恩“玛丽”、祝福“玛丽”！

梦魇——因怀孕恐惧症而灰暗的两年

经过2008年下半年的共同努力，赵天卫院长提出的以音乐为特色的产科新模式也逐渐被广大孕产妈妈接受，音乐胎教、音乐镇痛分娩、胎教音乐会等新型的产科服务新模式使人眼前一亮。也可能2009年是北京所有高端妇产医院的井喷之年，私立医院突然迎来了巨大的人流量。

因为巧乐的音乐治疗被广泛认为有心理调节的作用，所以各种有小概率状况的家庭都被推荐到音乐胎教教室来。那段时间我们的家庭受到很大冲击，不胜其烦，甚至有时候紧张得失眠，经常半夜12点以后还会接到孕妈妈或家属的电话，描述着各种孕期的情况和需求：早孕反应太大、太难受想流产的；怀孕后夫妻吵架吵得要离婚的；半夜夫妻产生矛盾，孕妈妈要跳楼的；产后抑郁想自杀的，等等。还有一些极端案例就不一一列举来刺激大家的神经了。巧乐在这种义务咨询服务中和孕妈妈及其家庭都保持了长久的良性互动，她用自己的爱心和专业知识帮助了这些家庭。因此，很多会员在这个过程中成为巧乐的好朋友，我们甚至和有的家庭建立起了终生的友谊。

本来我们打算结婚第二年就开始准备要自己的小宝宝的。2010年是虎宝宝，我们兴致勃勃地准备，甚至还算好了星座、清宫表（哈哈，真的，大家是不是也曾有过？）但是发现，一到我们商量好的备孕时间，巧乐总是身体不舒服，不是吃中药就是出现各种身体状况。我们做的是优生优育的工作，这种情况肯定是不能要小孩的！不得已，我们只好再往后推迟，从2009年备



孕虎宝宝、2010年备孕兔宝宝、2011年准备龙宝宝，哇！属相越来越好，心情却越来越焦急！严重的时候巧乐甚至还脱发，导致头上出现了一小处斑秃！2011年，我的坏脾气和忍耐达到了极点，因为情绪不好、心情急切，连我都出现了身体问题，甚至一度怀疑自己是不是有病了，还偷偷去医院检查了一次。

上帝给人关上一扇窗的时候，也会给人打开一扇门！

我的压力大，其实想想，巧乐的压力更大，因为医院业务持续增长，有各种需求的客人越来越多。她后来告诉我，越来越觉得，人们普遍认为的胎教会提高智商、让宝宝更聪明，这种观点肯定是有问题的，至少在当今中国这不是目标，胎教的目的应该是追寻教育的最终目标。所以，她在日常的胎教实践中特别用心地思考、探索、观察、分析，不断地进行总结、提炼，以寻找真正的胎教目标。

当你百思不解的时候，一定要多观照自己的内心，往往答案就在自己的心里！

现在的中国，独生子女的现象让大多数“80后”妈妈的忍耐力、承受力、包容心等较之前的妈妈，都会偏弱一些。这点从剖宫产率过高、孕妈妈大多数情绪不好等各方面都能体现出来。从众所周知的孕期紧张、焦虑、抑郁，以及产后抑郁对妈妈的不良影响，产后角色无从适应，到以上因素导致的产后家庭矛盾增多等工作中出现的问题不断地刺激着巧乐，让她不得不重新思索孕期胎教的真正意义是什么，胎教到底是为了什么，孕期胎教到底要解决什么问题。

后来，巧乐和我都平静下来，一起仔细分析了这个问题。分析与探讨中，我们不约而同地又想到了初次见面时提到的话题：家庭教育，母亲教育。那一夜的卧谈让我们又一次彻夜无眠（我们结婚后经常遇到灵感碰撞而通宵畅谈）。当时，也正好进入2011年9月，也即悦迪诞生满四周年时，聂巧乐决定重新将她所做的胎教进行定位，提出了“互动体验式亲子胎教”的概念。从“音乐胎教”到“亲子胎教”是巨大的飞跃，脱离了单纯以艺术形式命名胎教的局限性，打开了胎教更加需要关注的领域！那一夜，我们揭开了



为什么连续两年备孕无果的秘密，原来为了思考、解决这些问题，巧乐在这两年里一直处于怀孕的焦虑和恐惧中。也恰恰在这漫长的两年里，她从在医院的大量胎教实践中提出了自己的理念——胎教不是教孩子，而是孕妈妈的自我提升与放松。

价值观——什么是亲子胎教

我们做教育的目标是什么？是让孩子成为天才吗？智商160就能保证成才吗？

亲子胎教属于家庭教育，主要关注家庭、母亲以及亲子关系，以家庭教育为目的，以父母亲教育为核心，帮助准父母尽快实现为人父母的角色转换，在孕期和胎儿建立起良好的情感互动，保障准父母在孩子出生后第一时间便有能力适应新的角色，并有效地与宝宝建立起良好的亲子关系与亲子互动。在孕期融入家庭成长、母爱成长两个系列的成长课程，首先保证妈妈的身心成长，以及夫妻的和睦、家庭的和谐，为宝宝创造良好的家庭环境及孕育环境，建立亲密的夫妻沟通模式，促进良好的夫妻关系及家庭关系。这才是孩子最需要的教育！这才是教育成功的根本保障！

这也是我们现在将机构的名字改为“悦迪家庭亲子教育”的原因，这是我们相识以来一直在追求的梦想，这成为我们的事业终生不可动摇的方向！

方法论——什么是互动体验式亲子胎教法

上文提到，现代社会是一个充满竞争、一个充满压力的社会，女性更多地参与了不同的社会分工活动，由此也增添了巨大的生活压力。再加上很多女性意外怀孕，面临升职冲突，甚至房子、户口等都是孕妈妈无形的压力来源。所以，孕期准妈妈需要的是快乐、是轻松，她们不可能再接受讲座式的填鸭教育。孕妈妈们需要的是一种互动，一种快乐、轻松的体验，并在体验中感悟，只有自己的感受和悟道才是最真实的体验与收获。因此在我们的



课堂上，除了快乐体验就是各种游戏互动、成长体验，老师不会告诉大家答案。我们经常看到的是，在互动游戏的过程中，突然某位孕妈妈流下了激动的泪水，突然感悟到了十几年来，甚至二十年以来想不明白的一些问题，体悟到了一些家庭、亲情成长的感动和奥秘。她们幡然悔悟，感叹原来很简单的道理，自己却被蒙蔽了几年、十几年，甚至二十多年！那种感动是一种生命的升华，是一种生活态度的彻底改变！

当她和他在我们的课堂上突然悟道的时候，是我们的课堂最温馨、最感人的时刻！那里充满了拥抱，充满了最美的微笑与最温和的声音！充满了无限的爱与感动！

她们真诚的分享、由衷的表达往往直达每一位孕妈妈和准爸爸的内心。一次次，最柔软的地方被触动的时刻，都是孕妈妈们感情升华的时刻，所以到今天您会看到我们的会员宝宝再来悦迪上早早教（0~2岁）课程的时候，她们久别重逢的拥抱、泪水、感动都是那段难忘的深情岁月的见证。

她们一起在悦迪的课堂上哭过、笑过、感动过、顿悟过，结成了任何场合都不能结成、不能替代的友谊，表达着任何语言都不能表达的感动。她们有着共同的价值观——爱自己、爱孩子、爱家庭、爱生活；她们有着共同的育儿理念——家庭和睦、夫妻关系和谐、亲子关系良好重于智力开发，她们承载着教育成功的责任！这就是她们产后不惜路途遥远再次带宝宝重聚在悦迪，而没选择其他早教机构的原因。因为家庭亲子教育已经深入她们的教育观和价值观，悦迪重视亲子关系，重视家庭教育，使她们成为育儿群里的意见领袖。

这就是互动体验式亲子胎教法的奥秘——重视家庭及夫妻关系、快乐、分享、积极、正向。

聂巧乐的互动体验式亲子胎教法融合了传统认识中的音乐胎教、美术胎教等，将各种艺术形式用于课堂互动体验。比如，聂巧乐提出的孕期音乐律动课程已经成为孕妈妈们最好的运动形式。悦迪的孕期音乐律动课程是不刻意编排动作的，是随意自然的，孕妈妈们不用记忆枯燥的动作要领，是根据自己的身体情况随着音乐而进行的自然舒展，以达到孕期身心放松的目的。



聂巧乐互动体验式亲子胎教法的教育目标：三美、两优、一安全。

■ 三 美

美德。古人讲早教：蒙以养正、德教为先，蒙养教育以正为本、以德为基。巧乐的胎教课程奉行的是母亲的成长，提出“孕期胎教即是母亲的修行”；承以古人“宁静即胎教”之道，奉行“目不视恶色，耳不闻恶音，口不出教言；孕妇的言行举止、身口意念皆是胎教”，追求从孕期就开始的母亲的修为及成长，以自己的德行去承载孩子的孕育与成长。

美体。孕期早、中、晚三个阶段身体均会有不同反应，巧乐的课程通过优美的音乐，以及舒缓的身体运动与伸展，可以有效地缓解孕期各阶段出现的身体不适。同时，孕期身体需要丰富的营养供给才能保证胎儿健康成长，但营养过剩或不当则容易造成巨大儿或低体重儿。因此，适度的孕期锻炼有助于孕期的体重控制，也有利于顺利分娩，还可避免因胎儿过大而造成的剖宫产。因此，巧乐的胎教课程不仅帮助了更多的孕妈妈科学地度过了整个孕期，而且巧乐自己也遵循了自己的理念。她现在是孕34周，体重才增长了七斤，达到了许多孕妈妈梦寐以求的长胎不长肉的孕期体重增长目标。

美满。家庭教育是教育的真正根基，决定着未来的教育成功与否。美满的家庭关系、美满的夫妻生活、有效的家庭沟通模式都是在为未来教育打下良好的基础。聂巧乐创造性地将心理学工作坊的模式引入到胎教阶段，在女性最为敏感、最需要支持的阶段引入幸福成长课程。我们也曾在家庭教育论坛上提出“孕期是家庭教育的最佳时机”，这也是巧乐对胎教的又一贡献。

■ 两 优

智力优。“科学的胎教可以提高宝宝的智力”，这一结论得到世界各国有关专家的普遍认可！悦迪采用快乐的胎教体验方式，通过各种艺术形式，让孕妈妈在快乐、优美的环境中，获得良好的身心体验，融入积极的想象，在孕期植入积极的情绪资源，从而促进孕妈妈拥有良好的身体孕育环境，帮



助胎儿智力更好地发育。

性格（情商）优。“科学胎教过的孩子出生后性格平稳，不爱哭闹，心理行为健康，性格阳光，且能较早与人交往，社会交往能力比较强。”这也是世界各国专家论证后的结果。六年来悦迪在胎教课程中一直追求孕妈妈的情绪平稳，提倡孕期的亲子交流可以促进胎儿获得良好的宫内情绪体验以及建立良好的安全感，帮助胎儿出生后性格更加平稳、亲子关系更加良好。通过对这些年曾接受过悦迪胎教的宝宝进行追踪与评估，发现他们都具备上述性格特点。

■ 一安全

孕期是女人要经历的一个自然的生理过程，也是女人要经历的一个复杂的心理成长过程。因此，所有的胎教活动及孕期活动都必须遵循孕期的身体特点及心理特点。巧乐的胎教课程研发与实践于专业的妇产医院，得到妇产科专家的高度认可，得到孕妈妈及其家人的积极反馈！安全可靠是我们的孕期课程追求的最基本目标。

今天是2013年9月7日，回想六年来，我们经历过磨难，经历过心理的巨大折磨与诸多考验。虽然我们的宝宝比计划中晚来三年，但是她的妈妈在孕期比三年前更加从容、自信，心态更加平和。虽然创业辛苦，但我们是快乐的，我们有梦想支持着。虽然现在胎教还没被广泛认知，虽然亲子胎教理念才刚刚被大家接受，但我们相信，有梦想的人会坚持得最长久！我们怀着赤子之心，愿意坚持探索教育的本源，坚持探索人们幸福的根源，坚持用自己的内心升起大爱来投入到工作中。有这样的梦想，有这样的使命，有巧乐和她的课程，相信悦迪一定会越走越远！

以此为序，献给我和巧乐一个月后即将出生的宝宝：“宝宝，爸爸爱你！”

桑肇君

2013年9月7日凌晨

于北京新天第悦迪家庭亲子教育总部