

JiaoChu Yige Congming Baobao

教出一个 聪明宝宝

李明辉 主编



让宝宝聪明就这么简单

如何发现和激发0~6岁宝宝的潜质

培养良好的性格、习惯，开发宝宝的智商、情商



YZLI0890113790

教出一个 聪明宝宝

图书在版编目 (C I P) 数据

教出一个聪明宝宝 / 李明辉主编. — 长春 : 吉林
科学技术出版社, 2011.11
ISBN 978-7-5384-5545-8

I. ①教… II. ①李… III. ①婴幼儿—智力开发
IV. *①G610

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第223306号

教出一个聪明宝宝



主 编 李明辉
出 版 人 张瑛琳
责任编辑 孟 波 解春谊
封面设计 欢唱图文制作室 吴风泽
制 版 欢唱图文制作室 吴风泽
开 本 720mm×990mm 1/16
字 数 600 千字
印 张 30
印 数 1—10000 册
版 次 2012 年 1 月第 1 版
印 次 2012 年 1 月第 1 次印刷

出 版 吉林出版集团
吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街 4646 号
邮 编 130021

发行部电话 / 传真 0431-85677817 85635177 85651759
85651628 85600611 85670016

储运部电话 0431-84612872

编辑部电话 0431-85635186

网 址 www.jlstp.net

印 刷 长春新华印刷集团有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-5545-8

定 价 29.90 元

如有印装质量问题 可寄出版社调换

版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635185

前言

婴幼儿时期是宝宝生长发育的重要时期。这一时期宝宝活动范围一天天增大，接触事物日益增多，宝宝的智能发育明显加快，语言和表达能力逐渐增强，但宝宝还没有识别各种危险的能力。宝宝的心理发展还仍处于萌动期，表现为意志较薄弱、注意力不易集中、兴趣易转移、做事不能持久等情况。

在宝宝的成长过程中，还会出现种种的健康问题。本书就宝宝早期教育及安全成长等方面提供了很多具体的解决方法，父母可按情况分析，对号入座，可根据书中给出的方法去解决，在父母对宝宝早期教育的问题上得到帮助。

宝宝的教育是一门综合性的科学，本书从0~6岁宝宝的生活细微处入手，解决父母最关心的问题，有助于父母掌握更多、更新的早教知识，从而提高宝宝的健康水平，给予宝宝全方位的精心呵护。本书将告诉父母如何用科学的方式爱宝宝，在后天启蒙中，给宝宝健康的思想、健康的心理、健康的身体，为他们日后智商、情商及良好性格的养成，奠定良好的基础。本书也将为父母解读如何早些读懂宝宝，了解他们，理解他们，并与他们一同成长。

第一章 性格篇

自信的性格/32

- 自信是成功的原动力/32
- 父母是宝宝的第一任老师/32
- 讲个有关自信的小故事/32
- 《胡萝卜种子》的故事/33
- 讲故事的时候应注意什么/33

培养宝宝自信从爱开始/33

- 宝宝经常发脾气怎么办/34
- 克服不自信的小妙招/34
- 父母要以身作则/35
- 诚恳、委婉地对待宝宝的顽皮/35
- 给宝宝减轻负担/35



让宝宝自信起步/35

- 让宝宝说话时直视别人的目光/36
- 用商量的语气和宝宝说话/36
- 宽容地对待宝宝/36
- 让宝宝感受父母的真诚/36
- 战胜困难可让宝宝自信倍增/37

让宝宝走向自信/37

- 让宝宝由内向走向自信/38
- 宝宝太内向怎么办/38
- 让宝宝在成功的喜悦中走向自信/38
- 让宝宝从生活的细节走向自信/39

宝宝缺乏自信怎么办/40

- 宝宝缺乏自信的表现/40
- 女儿性格内向怎么办/41
- 帮宝宝克服心理障碍/41

宝宝攀比源自哪里/42

- 注意把握宝宝攀比的心理/42
- 瑶瑶妈的烦心事/43
- 测测你的宝宝是否有虚荣心/43
- 父母要正确地引导宝宝/44

怎样和宝宝说“不”/44

不要马上否定宝宝/45

别轻易否定宝宝的看法/45

让宝宝大胆尝试/45

答应宝宝的小要求/45

用角色互换的方式教育宝宝/46

什么时候要坚决说“不”/46

宝宝过于好强怎么办/46

说“不”三步走/47

让宝宝充分相信自己的能力/48

父母要注意对宝宝的评价/48

宝宝不自信，真愁人/48

让宝宝增长更多的见识和能力/49

女儿在旅行中更加自信了/49

信心，最易获得又最易失去/50

不要过度“保护”宝宝/51

那样很危险，不要学/51

关注宝宝的内心世界/51

你怎么这么笨/51

不要总对宝宝说“等一下”/51

不要说“你一定要，你必须”/52

培养宝宝多种兴趣和爱好/52

帮助宝宝克服自卑心理/53

自卑心理与性格内向是有区别的/53

父母不要诱发宝宝的自卑感/53

妈妈没本事，你是妈妈唯一的希望了/53

不提倡自卑的鼓励/54

自卑的鼓励不恰当/54

努力强化宝宝的自我肯定/54

自我肯定也不宜过度/55

今天让宝宝做“小主人”/55

父母的言传身教很重要/55

多了解宝宝的特点/55

宝宝会接待客人了/56

让宝宝当妈妈的小助手/56

改变宝宝胆小的机会来了/56

和宝宝做个招待客人的小游戏/57

乐观的性格/58

教宝宝学会微笑/58

让宝宝学会笑对人生/58

猫和老鼠也变成了好朋友/58

微笑是一种积极的人生态度/59

警惕侵袭宝宝的“抑郁”/59

玲玲的笑容不见了/59

让抑郁宝宝变得快乐起来/59

让宝宝感受生活中的快乐/60

家庭传统代表着快乐“长久”/60

和宝宝一起唱首歌/61

给宝宝讲乐观积极的故事/61

最后一周的粮食/61

快乐也可以放大/62

跟负面评论说再见/62

家庭气氛影响宝宝的性格/62

父母不要将压力传递给宝宝/63

家庭气氛对宝宝的影响/63

给宝宝一个好的成长环境/64

让宝宝快乐起来的法宝/65

学会欣赏自己的宝宝/65

不要朝着宝宝发脾气/65

让生活有整体平衡感/65

不要让宝宝失去快乐/66

运动的感觉真棒/66

兴趣爱好是永远的快乐/66

亲近自然最快乐/66

培养宝宝乐观性格的关键/67

让宝宝乐观的“关键能力”/67

宝宝的内心很脆弱/67

不代替,不迁就;不训斥,更不体罚/68

不向宝宝宣泄自己的“垃圾情绪”/68

让宝宝感受幽默的魅力/68

培养宝宝幽默感的重要性/69

怎样让宝宝更加幽默/69

在生活中让宝宝懂得幽默/70

果断的性格/71

让宝宝做事“快”起来/71

多给宝宝一些鼓励和奖赏/71

让宝宝知道拖拉要付出代价/72

让宝宝了解拖拉的后果/72

父母应改善评价角度,少说“慢”/73

培养宝宝自我决定能力/73

注重培养宝宝的自我决定能力/73

让宝宝自己做决定的好方法/74

让宝宝自己做决定/74

让宝宝做事更有效率/75

找出慢的原因,明确指示/76

交给宝宝有效率做事的方法/76

给予正面的赞美/76

不要对宝宝用否定的言语/76

培养宝宝的自理能力/77

增加与同伴相处的机会/77

培养宝宝的时间观念/77

为宝宝制定科学合理的作息时间表/78

让宝宝认识时间/78

时间有的是，为什么要抓紧/78

让宝宝拥有自己的主见/80

宝宝缺乏主见的原因/80

为什么宝宝做事情总是没有主见/80

怎样让宝宝有主见/81

鼓励宝宝自己拿主意/82

自强的性格/83

培养宝宝的自强心/83

怎样培养宝宝的自强心/83

出奇制胜的激将法/84

为宝宝树立优秀的榜样/84

塑造宝宝坚强的品质/85

父母不要过分包庇宝宝/85

宝宝的性格不坚强怎么办/85

培养宝宝建立自我心理防御机制/86

让宝宝受到小伙伴的积极影响/87

提高宝宝的自制力/87

别把宝宝当成弱者/87

相信宝宝并不胆小和懦弱/88

别把孩子当弱者/88

让宝宝更加坚强的方法/89

正确引导宝宝的好强心/90

引导宝宝明确是非观念/90

怎样引导输不起的宝宝/90

宝宝输不起怎么办/91

让宝宝从吃苦走向自强/92

家长不要怕宝宝吃苦/92

宝宝怕吃苦怎么办/92

让宝宝学会吃苦/93

给太好强的宝宝“降温”/94

了解原因，讲清道理/94

宝宝过于好强怎么办/95

提高宝宝挫折时的承受力/96

游戏中平衡输赢心态/96

让宝宝学会勇于承担责任/96

让宝宝为自己的行为负责/97

对宝宝提适当的要求/97



让宝宝战胜困难学会自强/98

让宝宝养成自强的性格/98

让宝宝学会克服困难/98

宝宝害怕困难该怎么办/98

自立的性格/100

培养宝宝的独立意识/100

怎样培养宝宝的独立意识/100

宝宝独立性差怎么办/101

引导宝宝合理安排生活/101

让宝宝学会生活自理/102

如何培养宝宝的生活自理能力/102

宝宝自理能力差怎么办/103

让宝宝多干一些力所能及的事/103

如何培养自主的宝宝/104

循序渐进培养宝宝独立自主/104

不会自理的龙龙/105

拒绝也是一种爱/106

看看国外宝宝的自立教育/106

美国宝宝的自立教育/106

日本宝宝的自立教育/107

日本宝宝的自立生活/107

瑞士宝宝的自立教育/108

培养宝宝独立思考的能力/108

了解宝宝思维发展的规律/108

在游戏中学会思考/109

从思考中得到乐趣/109

无微不至的照顾妨碍宝宝自立/110

过分保护是限制/110

我自己会想办法/111

引导宝宝体验生活/112

让宝宝爱上独立思考/112

亲子阅读多向宝宝提问/113

让宝宝在游戏中动动脑/113

小小“机灵鬼”/113

谦虚的性格/114

谦虚是开启成功之门的金钥匙/114

谦虚的表现/114

让宝宝学会谦虚/114

正确面对批评/115



谦虚是进步的动力/116

父母教宝宝学会谦虚/116

如何教育骄傲自满的宝宝/116

不要骄傲自满/117

帮助宝宝设定更高的目标/118

相互比较要有限度/118

引导宝宝到更高目标/118

我是最棒的！我要做第一/119

虚心向别人学习/121

不要不懂装懂/121

培养宝宝虚心好问的学习态度/121

虚心学习不同于施压/122

自满会让你失去动力/123

宝宝自满的原因/123

亚历山大的故事/124

帮宝宝树立一个努力的目标/125

鼓励和引导相结合，因势利导/125

不急于批评，客观评价宝宝/125

帮助宝宝克服浮躁心理/126

宝宝都有浮躁心理/126

鼓励宝宝立长志/128

怎样帮助宝宝克服浮躁心理/128

勇敢的性格/129

怎样教宝宝练胆量/129

从小培养宝宝的独立能力/129

鼓励宝宝独立做事/129

多鼓励宝宝与他人交往/130

用游戏的方法培养宝宝的表现力/131

正确对待宝宝的退缩行为/131

帮宝宝培养勇敢刚毅的个性/132

过度保护扼杀了宝宝的探索欲/132

社会衡量宝宝优秀的标准摒弃了探索的重要性/132

社会不安定因素使父母不放心，令宝宝心理压力/133

独立活动，树立信心/133

增加交往，多见世面/133

多种方法，有勇有谋/133

内心有爱，个性坚强/134

父母当先，行为表率/134

鼓励宝宝做勇敢的孩子/135



有主见的宝宝更勇敢/135

允许宝宝做他自己/136

相信宝宝能够做好自己/136

对宝宝晓之以理,提高他们的认识/137

给宝宝自主决定的权利/137

让宝宝养成勤于独立思考的习惯/138

创造让宝宝“自我作主”的机会/138

勇于尝试,才能把握机会/138

鼓励宝宝勇于尝试/139

教宝宝学会面对失败/139

勇于尝试/140

鼓励宝宝战胜羞怯/141

家庭原因/141

学校环境/142

多给宝宝抚慰/142

多给宝宝以鼓励/142



支持宝宝参加有益的活动/142

鼓励宝宝交朋友/142

给宝宝一个温馨的家/143

与宝宝讲条件/143

带宝宝“周游列国”/143

为宝宝制定特别“条约”/143

害羞的宝宝/144

让胆小的宝宝勇敢起来/144

坦然接受宝宝的恐惧/144

用事实来说服宝宝/145

给宝宝一些合理而简单的解释/145

让安慰物带给宝宝安全感/145

冬冬的恐惧/146

帮助宝宝认识他恐惧的事物/146

不要在宝宝面前表现得很胆小/146

培养抗挫折精神/147

父母要树立挫折教育意识/147

父母要给宝宝设置一些挫折障碍/147

父母要鼓励宝宝克服困难和挫折/147

训练宝宝的忍耐力,学会等待/148

欣赏胜利者,提高自己/148

在宝宝失败后,要温情地鼓励宝宝/148

培养乐观向上的精神/148

引导宝宝多读一些伟人传记/148

认真的性格/149

培养认真仔细的性格/149

提醒宝宝认真做事/149

培养宝宝认真做事的好习惯/149

分析宝宝做事马虎的原因/149

从激发宝宝的各種兴趣出发/150

父母配合,让宝宝适当参加劳动/150

少了一个铁钉,亡了一个国家/151

如何改变粗心大意的毛病/152

为宝宝提供安静的环境/152

帮他树立责任心/153

家里别杂乱无章/153

把做功课的时间化成功课量/153

为宝宝准备一本错题集/153

要避免做作业疲劳/154

用目标激励宝宝上进/154

警惕几个小细节/154

小事入手,偶尔惩罚/154

说话最能反映宝宝内心的细节/155

说话的节奏可以了解宝宝的心理/155

说话的速度是了解宝宝心理的关键/155

说话的音调可以洞察宝宝的心理/156

宝宝如何听别人说话/156

不适应换保姆带来的环境变化/157

如何培养宝宝的耐心/157

要做出榜样/158

让宝宝明白耐心的重要性/158

三分钟耐性训练/158

三分钟耐性训练/159

让宝宝学会等待/159

从身边的小事来培养/160

认真强于聪明/160

让宝宝体验不小心所造成的后果/160

和宝宝比一比、赛一赛/160

用游戏引导宝宝做事小心、认真/160

与宝宝一同寻找学习的乐趣/161

制订学习计划,严格执行/161

与老师密切联系,耐心说服教育/162

数硬币/162

严于律己,善始善终/162

做能善始善终的父母/163

诚实无诈,身教重于言传/163

父母对宝宝要慎许诺言/163

不要对宝宝随便“爽约”/164

不要打断宝宝的正常活动/165

让宝宝自己做选择/165

让宝宝负一点责任/165

重视对宝宝自制能力的培养/166

鼓励宝宝善始善终/166



第二章 智商篇

开发智商/168

早教对智商发育不可低估/168

早教教育要科学/168

如何进行科学的早教/169

早教的艺术/169

正确看待宝宝的智商/170

宝宝智商发展影响因素/170

相信孩子是第一名/171

如何开发宝宝的天才潜能/172

善于抓住教育时机/172

潜能开发得抓时机/172

父母能为宝宝潜能开发做些什么/173

智力潜质的开发/174

父母正确引导的原则/174

父母要做“专业”的教育家/174

游戏中的识字经/175

宝宝笑脸多智商才更高/176

“笑”的奥秘/176

“笑”是宝宝交际的飞跃/176

如何培养爱笑宝宝/177

宝宝为什么不爱笑/178

智商和营养的密切关系/178

聪明宝宝的营养均衡/179

孩子的营养食源/179

平衡膳食提高智商/180

家庭和睦有助于提高宝宝智商/180

适合宝宝生长的环境/181

家庭环境的影响/181

张妈妈的小烦恼/182

语言智能/183

语言是宝宝的智力测量计/183

创造语言智能提升的环境/183

叮叮的外语求学经历/184

语言智能开发越早越好/184

让宝宝成为未来的雄辩家/185

让宝宝成为未来的辩论家/185

培养宝宝的语言天赋/186

语言智能讲究听说读写/186
让宝宝对于语言充满好奇/186
培养宝宝的听、说、读、写能力/187
专家支个招——在游戏中学写字/188

如何让宝宝会说话/188
要宝宝从小养成阅读习惯/188
让宝宝学习古诗词/189
一切从兴趣出发/189
交往是语言发展的有利空间/189
鼓励宝宝进行即兴演说/189
宝宝受委屈也有“话”/189

提升语言能力的趣味游戏/190
宝宝的语言智能测试/190
广播电台/191
宝宝童谣、诗歌选/191
传电报/192
童话小剧场/192
反义词游戏/192

观察力训练/193

宝宝能观察才会发现/193
能观察才能发现/193
陶陶的观察能力培养记/193
重视幼儿观察力的培养和训练/194

培养宝宝对生活的观察力/195
在宝宝的生活中发现世界/195
宝宝会观察并发现生活了/195
培养宝宝的观察力/196

提高宝宝观察力的方法/197
提高观察力要循序渐进/197
妈妈谈谈宝宝观察力/198
好方法帮宝宝提高观察力/199

宝宝的观察力游戏/199
玩拼图和选拼图/199
宝宝拼图记/200
小小饲养员/200
水到底少了/201
森林大聚会/201
西西的发现故事/202

记忆力训练/203

小宝宝也有记忆力/203
婴儿记忆延续/203
头三年的记忆无比重要/204
小宝宝有记忆力吗/204
宝宝的美好记忆时光/205
1岁前宝宝的记忆力发展/205

宝宝读唐诗/206

2~3岁宝宝的记忆力发展/207

3岁后,教宝宝强化记忆/207

妈妈日记/208

宝宝记忆的内容/209

宝宝记忆力培养法则/209

宝宝记忆的特点/210

晒晒宝宝记忆力/210

宝宝的记忆力培养法/211

读书是超强学习记忆法/212

读书其实是超强学习记忆法/212

小欣读书记/212

记忆力是培养和训练出来的/213

“玩”物有时也不丧“智”/214

认爸爸/214

考考霖霖的记忆力/214

看橱窗/215

好记忆力当然离不开好营养/215

提高记忆力,蔬果当道/216

增强记忆力,粮食不可缺/216

记忆力和其他食物也不可分家/216

排忧解难——小孩记忆力和食物究竟有什么关系/217

想象力训练/218

宝宝想象力演化史/218

童车里的宝宝/218

蹒跚学步的宝宝/218

2岁的宝宝开始想象了/218

3岁的宝宝联想正在进行/219

婕儿的想象生活/219

5岁的宝宝创造想象/220

妈妈讲故事,宝宝编结局/220

生活处处有故事/221

让宝宝发挥想象力/221

宁宁的想象力/221

故事接龙法/222

发掘宝宝想象力的十大准则/223

脚踏实地,基于生活/223

打破常规,更换角度/223

接触新物,拓宽思路/223

放弃旧想法/223

闭上你批评的嘴/224

珠珠妈妈谈想象/224

让你的宝宝自己做评价/224

创造新花样/225

宝宝的虚荣心理/225

打开你自己的思想/225

注重过程而不是结果/225

宝宝喜欢和你一起玩思考游戏/225

饥饿的玩具熊/226

想象力思维培养的小窍门/226

诊室医生/226

贝贝用手促进想象/227

给宝宝的想象王国/227

留一片天地，给宝宝涂鸦/227

猜谜语是培养想象力的良方/228

生活中处处有想象/228

玩具，帮你培养宝宝的想象力/229

创造力训练/230

每个宝宝都是创造天才/230

正确培养宝宝的创造力/230

创造性宝宝特征/230

宝宝的创造天赋/231

创造力无处不在/231

诱发潜藏创造力的四大技巧/232

鼓励宝宝尝试“新组合”/232

让宝宝多点儿“孩子气”/233

别小看了“过家家”/233

也不要问必答/234

亲子共读/234

别让右脑太清闲/234

右脑开发，宜早不宜迟/235

幼儿园老师谈创造/235

游戏，培养创造力/236

丰富艺术生活/236

语言能力的发展/236

管而不死，活而不乱/237

好奇心是宝宝创造力的基础/237

适时鼓励等于帮助孩子增长创造力/237

应该注意培养儿童的动手能力/238

创造管理的最高境界/238

你得学会放手让他做/238

破坏——孩子创造欲望的体现/239

游戏增强宝宝的创造力/240

自由玩耍可培养宝宝创造力/240

玩具增强孩子思考能力/241

小君的创造力/241

扮演角色/241

猜猜看/242

数学智能/243

宝宝天生就是数学家/243

哲哲的数学智能发育记录/243

父母要培养宝宝的数学能力/244

数学让宝宝更聪明/244

如何开发孩子的数学智能/245

开发数学智能从学数数开始/245

进行早期的数学启蒙/246

全家总动员/246

宝宝数学智能培养方案/247

用游戏培养宝宝的数学智能/247

日常生活中培养宝宝的数学智能/248

用动手操作培养数学逻辑能力/248

妈妈经验谈——贝贝认数字/248

应把握数字智能培养的关键期/249

专家坐诊/249

宝宝数学智能大测试/250

爸爸妈妈的数学智能测试/250

数学智能优势表现/251

谈谈宝宝的数学智能发育/251

兴趣是学习最好的老师/252

激发宝宝的好奇心/252

于宝宝学数学/252

让宝宝爱上学数学/253

学习数学给宝宝来点儿音乐/253

宝宝的数字化生活/254

给宝宝个数字化环境/254

学数学寓教于乐很重要/255

家里的数学思维训练/255

找出藏在角落里的数学/256

联联反反/256

缩缩扩扩/256

改改变变/257

加加减减/257

教宝宝要注意的问题/257

提高数学智能的亲子游戏/258

宝宝找形状/258

寻找宝藏/259

乐乐的数学日记/259

扑克牌接7/260

让你的宝宝成为数学专家/260

宝宝数学智能的关键期/260

宝宝数学智能的伊始期/261

宝宝数学智能的发展期/261

宝宝学习经验谈/261

宝宝数学智能的掌握期/262

