



| 原来教育如此简单 |

捕捉 0-6岁 孩子 敏感期

李芷怡◎著

训子千遍不如科学养育，虎妈猫爸的必读早教圣经
100个真实有效的案例，直观提炼中美先进教育精髓

留美早教专家教育实践手记



西苑出版社
XIYUAN PUBLISHING HOUSE

| 原来教育如此简单 |

捕捉 0-3岁 孩子 敏感期

李芷怡◎著



西苑出版社
XIYUAN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目（C I P）数据

原来教育如此简单：捕捉0~6岁孩子敏感期 / 李芷怡著. --
北京：西苑出版社，2014.11
ISBN 978-7-5151-0483-6

I. ①原… II. ①李… III. ①儿童教育—早期教育
IV. ①G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 133830 号

Copyright © 2015 GOLD WALL PRESS, CHINA

本作品一切中文权利归 **西苑出版社** 所有，未经合法许可，严禁任何方式使用。

原来教育如此简单

作 者 李芷怡
责任编辑 王秋月
开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16
印 张 18.75
字 数 245 千字
版 次 2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷
印 刷 北京佳信达欣艺术印刷有限公司
书 号 ISBN 978-7-5151-0483-6
定 价 35.00 元

出版发行 **西苑出版社** 北京市朝阳区利泽东二路 3 号 100102
发 行 部 (010) 84254364
编 辑 部 (010) 84250838
总 编 室 (010) 64228516
网 址 <http://www.jccb.com.cn>
电子邮箱 jinchengchuban@163.com
法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501

序 让孩子在爱和自由中度过敏感期

在一些认识我的父母看来，我是幸运的，因为我在教育孩子时具有很多“先天”优势：大学时读的是心理学，研究生时读的是教育学，后来又自学 NLP，还是一位幼儿园老师。

我承认，这些心理学和教育学知识在教育儿子 Jimmy 和女儿 Amy 时，给了我很大的帮助。而在蒙台梭利幼儿园担任老师的经历，也让我对教育学知识认识得更加深刻。

但是，我认为，不懂心理学和教育学知识，并不能成为没有教育好孩子的理由。孩子天生有其内在的成长秩序，父母只需提供适宜的环境，孩子便能自行发展。

在孩子的成长过程中，我认为最重要的阶段就是 0—6 岁阶段。孩子从对世界一无所知到逐渐学会探索和认识世界，该是多么巨大的进步啊。

由于对家庭教育感兴趣，我在去美国学习家庭教育之前，就开始接触敏感期相关的书籍。那时，我托人从国外买来蒙台梭利的著作仔细研读，第一次为儿童的内在力量震撼，为敏感期的行为感到惊讶。

那时候，我经常看到这样一幕：孩子在吃手时，父母会阻止，有时还会打一下孩子的小手，以示惩戒。这时，我就感觉很痛心：

孩子吃手，是在锻炼嘴巴，同时也是通过嘴巴来认识手。不仅不应该阻止，反而应该得到支持才对。

我对传统育儿观点产生了深深地怀疑，这也是我在做过了一段时间的心理咨询师后，又独自一人跑到美国学习和工作的原因之一。

通过学习，我发现，孩子的敏感期比我认为的重要得多。孩子在敏感期得到充分发展，智力会迅速发育，快速形成自己的思考能力，同时拥有很强的安全感，对自己也充满信心。

更让我惊讶的是，孩子在敏感期学到的一切，成人即使花上 50 年的时间，也未必能学好。可以说，敏感期影响孩子一生的发展。

那么，什么是敏感期呢？

敏感期，是指孩子在 0—6 岁期间的某些阶段，会由于内在发展的需要对外在的刺激感到敏感，从而努力从环境中吸收、学习，以满足成长的需要。

换句话说，在敏感期里，孩子可以轻松地获得各种能力。比如在手的敏感期，孩子会不断使用手，以发展手的能力。

在敏感期里，当孩子想要发展一种能力时，我们就要提供合适的环境和条件，也就是给孩子提供便利，让他们更好地发展这种能力。

遗憾的是，很多父母没有注意到孩子的敏感期，有的父母注意到了，反而在敏感期里成了孩子发展的最大阻碍。这对孩子来说，真是太残忍和不公平了。

我同情不被父母理解的儿童，也希望自己能为儿童的成长做出一分努力。抱着这样的想法，我投身于幼儿教育工作者，在国内外蒙台梭利幼儿园工作的同时，还为父母提供咨询服务。

在这个过程中，我还认识到，很多青春期问题不断的孩子，很大程度上是因为在敏感期内没有得到相应的帮助，导致内在发展受到了阻碍，所以才会在青春期以逆反的形式表现出来。

我知道，现在的父母越来越重视孩子的教育问题，并且努力反省自己，在改变自己不当教育方式的同时，努力修补与孩子之间的关系。

然而，我却以为，如果孩子造成了伤害，尤其是对0—6岁的孩子造成了伤害，父母以后不管如何努力，都很难让伤害留下的疤痕消失。

与其在伤害孩子后努力去弥补，不如一开始就给孩子爱和自由，让孩子在敏感期里努力发展自己的各项能力，按照内在的成长规律健康成长。

为了帮助那些想要抓住孩子的敏感期，让孩子在爱和自由下长大的父母，我特地写了这本书。我相信，通过一个个生动有趣的小故事，父母在感到温馨快乐的同时，也能领会到敏感期教育的真谛，找到最适合自己的教育方法。

我衷心希望，每个孩子都能快乐度过自己的敏感期，每位父母都能在教育孩子的过程中不断完善自我，与孩子一同成长。

- 第1章 发现儿童敏感期，让孩子无阻碍地度过0—6岁 1
- 什么是敏感期？首先要从“生物敏感性”说起 2
 - 敏感期，给孩子的成长增添更多动力 4
 - 让人感到有趣而又抓不到头脑的敏感期行为 6
 - 每个孩子都拥有神奇而又奥妙的“九大敏感期” 7
- 第2章 抓住视觉敏感期，否则视觉功能就会丧失 13
(0—2岁半)
- 孩子的视觉发展很早，需要及早了解视觉敏感期 14
 - 孩子喜欢彩色？NO！孩子对明暗相间的地方最感兴趣 15
 - 利用孩子喜欢的视觉道具，创造好的视觉环境 17
 - 时间参照表，帮你了解孩子视觉发展的过程 18
- 第3章 抓住听觉敏感期，让孩子生活在有声音的环境中 21
(0—2岁半)
- 听力不好？这是误解了听觉敏感期和发展过程 22
 - 给孩子能发声的玩具，创造有声音的环境 24
 - 孩子对噪音也敏感，故意制造噪音，锻炼听力 25
 - 孩子喜欢妈妈用清晰、缓慢、重复、简短的语言说话 27

第4章 口腔敏感期，放心让孩子“品尝”世界的味道	31
(0—2岁半)	
○0—2岁半孩子的口腔不简单，肩负着认识世界的重要使命	32
○孩子喜欢“尝”东西，实际是在探索	33
○咬手指很正常，孩子是在练习使用牙齿和舌头	35
○孩子突然咬人没恶意，满足口腔需要便会消失	37
第5章 手的敏感期，在抓、捏、扔的过程中锻炼手指	41
(0—2岁半)	
○0—2岁半孩子手有敏感期，看看动手能力的发展过程	42
○孩子喜欢抓、捏、扔东西，体验手的功能	43
○用手打人，不是爱暴力，而是想以此引起注意	45
○遇到水、沙子就高兴，那就让孩子尽情地玩	47
第6章 行走敏感期，让孩子学会用自己的腿走路	51
(0—2岁半)	
○0—2岁半认识行走敏感期，了解孩子学步“四步走”	52
○喜欢上下坡、走楼梯，探索腿脚的功能	54
○专走不平路，以体验和探索未知的世界	56
○用了学步车，孩子反而不会走路了？	58
第7章 语言敏感期，从咿呀学语到简单表达的过程	61
(0—2岁半)	
○在语言敏感期，0—2岁半孩子的语言发展从何而来？	62
○重复和模仿不是淘气，是觉得句子表达很有趣	63
○爱骂人和说粗话，是在验证语言的力量	65
○什么话都悄悄“说”，是在感受语言魅力	67

○抢着接电话，一口气说完“你好！你是谁？再见！”	69
○逻辑思维能力发展不足，孩子说话容易口吃	71
第8章 渴望爱的敏感期，永远给孩子无条件的爱和支持	75
(0—2岁半)	
○爱是最美好的，0—2岁半孩子天生渴望得到爱	76
○给予孩子无条件的爱，让孩子敏感的心不受伤	77
○说千万句“我爱你”，不如让孩子感知你的爱	79
○爱孩子，也要让孩子懂得如何正确表达爱	81
第9章 自我意识的敏感期，理解与尊重让孩子快乐成长	85
(2岁半—3岁)	
○自我意识产生，进入自我意识敏感期	86
○“不给就不给”，不懂分享不代表自私	88
○孩子不听话、开始说“不”，是“自我”的表现	90
○孩子公然抢别人的玩具，是霸道吗？	91
第10章 空间敏感期，让孩子眼中的世界变得富有立体感	95
(2岁半—3岁)	
○解读空间敏感期，不干涉孩子对空间的正常探索	96
○带孔的东西感兴趣，喜欢不停地插钥匙、盖瓶盖	98
○爱好捉迷藏，享受空间探索带来的快乐	99
○垒高，推倒，再垒高，建立对三维空间的感觉	101
○不呵斥孩子移动物体、爬高旋转等行为	103
○“你扔我捡”的游戏，让孩子体验更多空间快感	106
○喜欢玩搭积木等具有空间感的游戏，感知空间	108

- 第11章 秩序敏感期，帮孩子保持内在与外在秩序的统一 111
(2岁半—3岁)
- 生命需要秩序，了解秩序敏感期是怎么回事 112
 - “各人用各人的”，坚持物品归“主人”所有 114
 - 喜欢做整理工作，什么东西都应放回原处 115
 - 没有按照顺序做的事情，必须重新再做 117
- 第12章 模仿敏感期，孩子在不断模仿中学习和进步 121
(2岁半—3岁)
- 你做什么孩子都跟着做，意味着模仿敏感期的到来 122
 - 模仿所见的言行举止，不论好坏 123
 - 孩子每一次模仿，智力便能得到一次开发 125
 - 引导孩子正确模仿 127
- 第13章 关注细小事物的敏感期，让孩子发现微小世界的美好 131
(2岁半—3岁)
- 大人眼中“微不足道”的小东西却是孩子的宝 132
 - 孩子关注细小事物，是有原因的 133
 - 孩子观察小东西，正是培养专注的好时机 135
 - 盯着纸屑看一上午，这是非常正常的 137
 - 小蚂蚁、小石子，都是孩子很好的观察对象 139
 - 带孩子亲近自然，让孩子发现更多的细小事物 141
- 第14章 执拗的敏感期，给叛逆的孩子多些理解和包容 145
(3—4岁)
- 孩子变得叛逆，是因为迎来了执拗的敏感期 146
 - 执拗期，孩子对洗手有一种本能的排斥 148

- 孩子太固执，让他往东他偏偏往西 150
- 孩子施展“暴力”，可能是受到了暴力教育 152

第15章 审美和完美的敏感期，让孩子的眼睛发现更多的美 155 (3—4岁)

- 事情必须做完美，了解孩子的审美和完美敏感期 156
- 拒绝吃不完整的食物，是追求完美的体现 158
- 孩子爱“臭美”，是对自我产生了审美要求 159
- 教孩子认识美，建立正确的审美观 161

第16章 色彩敏感期，孩子的世界变得多姿多彩起来 165 (3—4岁)

- 孩子对鲜艳色彩很敏感，意味着色彩敏感期的到来 166
- 抓住色彩敏感期，健全孩子的智商和情商 167
- “这是蓝色”，孩子开始在生活中寻找不同的颜色 169
- 喜欢涂色，给孩子色彩鲜艳的涂色笔、涂色书 171

第17章 人际交往的敏感期，鼓励孩子自己建立和维护友好关系 175 (3—4岁)

- 开始寻找朋友，3—4岁孩子的人际关系进入敏感期 176
- 乐此不疲地交换，不管物品之间是否等价 177
- 遇到喜欢的东西就抢，不知道人际交往技能 179
- 孩子总被欺负，不要教唆孩子“以牙还牙” 181

第18章 婚姻敏感期，是孩子爱情观和婚姻观的初步建立期 185 (4—5岁)

- 进入婚姻敏感期，常听4—5岁孩子说“我要结婚” 186

○要和父母结婚，孩子在建立爱情观与婚姻观	187
○爱和小伙伴玩结婚游戏，父母不要阻止	189
第19章 性别和出生的敏感期，给孩子最正确的性教育初体验	193
(4—5岁)	
○孩子突然对自己的性别与出生感兴趣	194
○“我从哪里来？”坦然回答孩子的疑问	195
○开始探索人体，帮助孩子正确认识自己的性别	197
第20章 身份确认的敏感期，崇拜与模仿帮助孩子塑造自我	201
(4—5岁)	
○在身份确认敏感期，用爱帮孩子构建自我	202
○男孩崇拜象征力量的象征：奥特曼与孙悟空	204
○女孩喜欢美丽可爱的形象，并喜欢扮演公主	205
第21章 绘画和音乐的敏感期，让孩子自由地接受艺术的熏陶	209
(4—5岁)	
○4—5岁，迎来孩子绘画和音乐的敏感期	210
○从乱涂鸦到会画画，时间能提高孩子的能力	212
○学音乐环境很重要，创造良好的音乐环境	214
第22章 情感敏感期，孩子特别关注父母对自己的爱意	217
(4—5岁)	
○一直接受爱的孩子，终于进入了情感敏感期	218
○孩子变得特别粘人，特别依赖父母	219
○动不动就感觉到委屈，甚至哭鼻子	221
○在意周围人的举动，突然变成了小“醋坛子”	223

第23章 书写与阅读的敏感期，帮助孩子进入认知世界的新阶段 227
(4—5岁)

- 孩子的书写与阅读，同样具有不一样的敏感期 228
- 孩子吵着学习认字，尝试自己阅读书籍 229
- 孩子对写字感兴趣，写出的字东倒西歪 231
- 不管是墙上还是地上，拿笔随处乱写 234
- 孩子爱背广告词？尽快给孩子提供合适的书籍 236

第24章 社会规范的敏感期，孩子开始成长为小大人 239
(5—6岁)

- 了解社会规范的敏感期，帮助孩子社会化 240
- 父母要遵守规则，否则会给孩子带来痛苦 242
- 在意公平公正，开始要求维护自己的权利 244

第25章 数学敏感期，开发孩子数学潜质的最佳时机 247
(5—6岁)

- 解读孩子的数学敏感期，耐心等待其到来 248
- 喜欢玩加减法游戏，开始探索数字间的关系 249
- 开发孩子的数学潜质，一定要循序渐进 251

第26章 文化敏感期，与孩子一起探索文化的奥秘 255
(5—6岁)

- 解读文化敏感期，让孩子领略经典文化 256
- 对事物怀有强烈的好奇心，喜欢问“为什么” 257
- 让孩子了解中国文化和世界文化 259
- 让孩子学会自由表达，并进行自由书写 261

第27章 自然敏感期，让孩子在自然的怀抱中自由地嬉戏 (5—6岁) 265

- 孩子天生亲近自然，解读孩子的自然敏感期 266
- 让孩子走进大自然，在自然中有所感悟 268
- 爱上小动物，喜欢和小动物交朋友 270
- 喜欢却虐待小动物，到底是为什么？ 271

第28章 独一无二的敏感期，让孩子实现突飞猛进的成长 275

- 敏感期最重要的原则：给孩子最大限度的爱和自由 276
- 敏感期父母要学会等待，等待孩子自己成长 278
- 观察孩子的言行，抓住从不守时而来的敏感期 280
- 敏感期也是学习期，不干涉，要提供学习条件 281

第1章

发现儿童敏感期，让孩子无阻碍地度过0~6岁

敏感期是指0—6岁儿童在成长中，因内在成长的需要，会在特定的时间段吸收环境中有利于自己成长的因素，并不断重复练习。每顺利度过一个敏感期，儿童的心智水平就会上升一个层次。

○ 什么是敏感期？首先要从“生物敏感性”说起

在我和年轻的父母交流时，最常被问到的问题是“孩子为什么总吃手？”“孩子为什么喜欢往嘴里塞东西？”“孩子为什么总爱问词语的意思？”“孩子为什么不接受不完整的东西”等。

在面对这些问题时，我通常都是先恭喜这些父母：“恭喜啦，这意味着你的孩子进入了敏感期。也就是说，孩子进入了一生中最重要的学习阶段。”

即使我这么说，大多数的父母还是一副疑惑不解的样子。看到这种情况，我微微一笑说道：“我来讲一个故事吧，听完这个故事，你们就懂得敏感期是怎么回事了。”

于是，我把荷兰科学家德弗利斯关于昆虫敏感性的研究，编成了一个简单易懂的故事，讲了出来。

有一个雌蝴蝶要产卵了，为了保证卵的安全，它在树枝与树干连接的隐蔽位置找到了产卵点，并小心翼翼地产下几十只卵。

在接下来的几天里，由于树枝和树干的庇护，这些卵安全地发育成熟了。一只幼虫在破壳而出后，迅速把卵壳吃掉，随后又吃掉了临近的几只卵，补充体力。

不多久，所有的幼虫都破壳而出，纷纷开始寻找新的食物。它们还太小，无法咀嚼周围的大大的树叶，只能依靠树梢的嫩芽为生。

这对于我们来说，是很容易理解的事情，可是幼虫是怎么知道嫩芽在树梢呢？而且，从树干跟树枝交接的地方到树梢，需要经过很长一段距离，而幼虫又没有导航仪，怎么能不迷路却安全到达呢？

这完全不用我们操心，没有一只幼虫会在寻找嫩芽的过程中迷路。这是为什么呢？答案很简单，就是敏感性。

实际上，这种蝴蝶幼虫对光有种本能性的敏感，出生后就会朝

着光线最充足的树梢爬去，而那里，就有让它们得以存活的美味，也就是嫩芽。

又过了一段时间，贪吃的幼虫渐渐长大了，这时候，它们除了吃嫩芽外，也可以吃大片的叶子了，而它们对光的敏感性也消失了。

尔后，幼虫开始不停地做茧，把自己包裹起来，在茧中等待。直到有一天，幼虫破茧而出，成为一只真正的蝴蝶。

听我讲到这里，这些父母似乎对敏感期有了一点认识，但仍有些疑惑地问我：“这和孩子的敏感期有什么关系？”

我说：“孩子就像幼虫一样，到了某一特定的阶段，内心也会产生一种本能般的力量，驱使孩子对感兴趣的事物进行探索和学习，这种狂热会一直持续，直到孩子的内在需求得到满足，或者敏感期结束，才会消失。

“孩子总吃手，喜欢往嘴里塞东西，是手的敏感期和口腔敏感期到了；孩子爱问词语的意思，是语言的敏感期到了；孩子不愿意要不完整的东西，是追求完美的敏感期到了。

“我们可以想象，孩子虽然对世界一无所知，却能在几年内学会比一生其他阶段都多的技能，显然是依靠了生命的本能，也就是敏感性。可见，敏感期有多重要！”

听完我的话，这些父母才意识到，自己差点成为扼杀孩子潜力的刽子手。

大自然充满神奇，所有事物都遵循着客观规律发展着，孩子也是如此。在孩子的敏感期到来之时，我们要敏感地捕捉到，并且提供最好的条件，让他们的内心需求得到满足，更好地发展与成长。