

· 珍藏版 ·

斯托夫人的 — 自然教育全书 —

[美] 斯托夫人 著 周舒予 编译



The Education of
Mrs. Stoner

伟大始于家庭，成才源于自然！

改变全球孩子命运的自然教育法！

影响亿万母亲的伟大读物，历经百年而不衰的早教经典！

· 珍藏版 ·

斯托夫人的 —自然教育全书—

[美] 斯托夫人 著 周舒予 编译

The Education of
Mrs. Stoner

图书在版编目 (CIP) 数据

斯托夫人的自然教育全书:珍藏版 / (美) 斯托夫人著;周舒予编译. —北京:北京理工大学出版社, 2015.10

ISBN 978 - 7 - 5682 - 1184 - 0

I . ①斯… II . ①斯… ②周… III . ①早期教育 - 家庭教育 IV . ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 207321 号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

(010) 82562903 (教材售后服务热线)

(010) 68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京泽宇印刷有限公司

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 20.5

字 数 / 239 千字

版 次 / 2015 年 10 月第 1 版 2015 年 10 月第 1 次印刷

定 价 / 32.00 元

责任编辑 / 李慧智

文案编辑 / 李慧智

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 马振武

前言

斯托夫人，美国著名教育家，1870年出生于宾夕法尼亚州，毕业于拉德克利夫女子大学，后担任匹兹堡大学语言学教授。

在上大学期间，斯托夫人在著名哲学家詹姆斯博士的影响下，阅读了德国著名教育家卡尔·威特的著作——《卡尔·威特的教育全书》，深受影响，并逐渐形成了自己独特的教育思想。当时，斯托夫人为卡尔·威特提出的早期教育理念与方法所震惊。她认为，卡尔·威特对儿子教育的成功是让许多人难以企及的，但她也暗下决心：“如果我有孩子，就一定按照这种方法去教育他。”事实证明，这种教育方法是非常有效的。

后来，斯托夫人有了一个女儿，名叫维尼夫雷特。她一边按照老威特的教育方法来培养自己的女儿，一边研究并总结自己的教育方法。在她的训练下，她的女儿从3岁起就会写诗歌和散文；4岁时就能用世界语写剧本；5岁时就能熟练地运用8国语言，而且能将这些语言都翻译成世界语；从5岁起，她的诗歌和散文就被刊载在各种报刊上，并汇集成书，博得了读者的广泛好评。另外，让人惊叹不已的是，维尼夫雷特在数学、物理、体育、品德等方面，也都大大超过了其他同龄的孩子。斯托夫人的教育最终取得了巨大的成功。

有人认为，维尼夫雷特的成功完全来自于她的天才，但斯托夫人对此并不认同，她说：“这是一种误解，因为这不仅是对我的教育思想的否定，也是对人类伟大教育事业的否定。”

在斯托夫人看来，对孩子进行早期教育是非常重要的。

她认为，如果父母只注重孩子的身体，孩子可能就会变成一个粗野无知的人；如果父母只注重孩子的才能，孩子可能就会变成一个弱不禁风的人，或是一个不懂得是非观念的人。所以，想要把孩子培养成为合格的人、优秀的人才，必须要进行科学的早期教育。

在谈到对女儿进行早期教育的目的时，斯托夫人做了这样的表白：“我对女儿进行这样的教育时，绝不强迫她去做什么。孩子是活物，自然要不断地发挥她的能量。我只是为了不让她的精力白白地浪费掉，才努力进行各种有效的引导。由于实行了这样的教育，使孩子总有事干，她也绝不会因无事可做而去吃手指头，因无聊而沮丧、甚至哭泣了。”

斯托夫人也不满足于仅将自己的女儿培养成才，她也渴望让世人了解早期教育对孩子成长的重要性，于是在女儿12岁那年，也就是1914年，她写成了《斯托夫人的自然教育全书全书》一书。后来，这本书成为一本影响了全世界亿万母亲的伟大读物。

在书中，她结合自己教育女儿的亲身经历，阐明了自己的教育理念，详细地阐述了自己的教育方法。当然，斯托夫人是以生动的故事来说明方法的，其中的很多方法可以与卡尔·威特的教育方法相互印证，相得益彰，同样能给父母们很多启迪。她的很多教育观念，如“伟大始于家庭”等，非常深入人心，也使得越来越多的家庭从中受益。

斯托夫人对女儿施以的自然教育，构成了一个现代教育史上极具示范意义的价值模型。毋庸置疑，这本书对于那些渴望孩子能够成才的父母来说，是非常有帮助的。愿每一位父母都能从中获得启示，对孩子进行最好的教育。

第1章 做一个有智慧的好妈妈

每个孩子生来就有自己的特质，所以适合的教育方法也不尽相同。做妈妈的切不可照搬别人的教育方法，盲目地实践在孩子身上，而是要做一个有智慧的妈妈，根据孩子的性格特点，在实践经验中慢慢总结出一套适合自己孩子的教育方法。

- 孩子的成功取决于妈妈的教育 _ 003
- 妈妈是最重要的教育者 _ 006
- 让自己做一个高品位的妈妈 _ 008
- 要努力给孩子理智的爱 _ 010
- 不要企图用权威和威严去教育孩子 _ 014
- 妈妈要有一个平和的心态 _ 016
- 相信自己能做个好妈妈 _ 019
- 用积极的人生态度去影响孩子 _ 022
- 教育孩子不是一件简单的事 _ 024
- 妈妈需要不断学习，不断成长 _ 026

第2章 培养孩子，从喂养开始

在孩子成长的初期，正确的饮食是保证孩子健康成长的关键，同时食物也是每个人赖以生存的必需品。那么，对婴儿来说如何搭配饮食才比较健康呢？这就需要妈妈了解一些饮食知识，从而正确地喂养孩子，让他能健康成长。

- 母乳是婴儿最好的食物 _ 031

- 不用食物奖惩孩子 _ 034
- 饮食营养搭配及饮食习惯 _ 037

第3章 重视训练孩子的感官能力

每个人都具有五官感觉，如果在婴儿时期尽早对孩子进行五官感觉的培养，就能使他的感觉变得非常敏锐。而这些敏锐的感觉又能帮助他从多种渠道获得更多的知识与能力。因此，父母不要错过训练孩子五官感觉的最佳时期。

- 用音乐、诗歌等唤醒孩子的听觉 _ 043
- 让孩子感受丰富的色彩 _ 048
- 在游戏中培养孩子的注意力 _ 052
- 用实物来训练感受能力 _ 057
- 用多种方式塑造孩子丰富的情感 _ 062

第4章 培养孩子的语言能力

语言是人类表达自身的最好工具，是人与人之间交往的最佳方式。很多时候，一个人的语言程度可能会决定他未来的成败。语言的发展不应该是顺其自然，父母要抓住语言发展的最佳时机，从孩子小的时候就积极帮助他发展语言。

- 一定要抓住语言教育的时机 _ 067
- 教孩子完整的语言 _ 071

- 用准确的发音、语法、词句跟孩子说话 _ 075
- 教孩子学外语要循序渐进 _ 078
- 用书信跟国外的孩子建立友谊 _ 082

第5章 游戏也可以发挥教育作用

尽管教育应该是一件严肃的事，但在教育孩子时，父母却并不一定要非常严肃。很多时候，游戏里蕴含的道理也同样能起到很大的教育作用，而且游戏也能调动起孩子的兴趣，让他感到快乐。因此，父母要善用游戏来开展教育。

- 巧妙地施展音乐的魔力 _ 087
- 学习语言要寓教于乐 _ 090
- 用打字机教孩子学拼写 _ 093
- 游戏让数学变得不再枯燥 _ 096
- “能听能说”的外语 _ 100
- 通过戏剧游戏学习礼仪 _ 103

第6章 打开孩子的想象力之门

没有想象力的人与机器没有太大区别，他们的人生也会和机器运转一样，单调乏味，直到最终报废。这样的人生毫无快乐可言，更没有幸福可言。所以，父母要注意呵护并培养孩子的想象力，要让他能拥有一个幸福美满的人生。

- 美丽星空带给孩子的新奇世界 _ 109

- 让想象力支配整个世界 _ 113
- 没有想象力，生活就是无聊的 _ 116
- 缺乏想象力的人是不幸的 _ 119
- 用表演来发展孩子的想象力 _ 123
- 不给孩子完整无缺的玩具 _ 126

第7章 好习惯影响孩子一生

良好的习惯对人的影响是巨大的，无论是在生活、学习还是事业上，好习惯都能使人事半功倍。父母不要忽略对孩子这些良好习惯的培养，否则孩子做起事来有可能会毫无章法，四面碰壁，他的一生也许就会一事无成。

- 培养孩子做事专心的习惯 _ 131
- 教孩子做事、求学问都要有恒心 _ 135
- 争取把事情都做到最好 _ 140
- 培养孩子良好的心态 _ 144
- 教孩子去追求精益求精 _ 148
- 培养孩子良好的生活习惯 _ 152

第8章 给孩子一个愉悦的成长环境

孩子情绪低落时，其潜能和智力都会大大降低，而心情愉悦时，思维就会更加灵活，思考问题也会比较全面。任何人都不喜欢受到他人的斥责，因此父母要给孩子创造一个愉悦的成长环境，让孩子能够身心愉悦地生活和学习。

- 一定要呵护孩子的自尊心 _ 157
- 父母要和孩子互相尊重 _ 160
- 孩子情绪失控时让他先“暂停” _ 164
- 孩子期待你的鼓励和表扬 _ 167
- 给孩子留一点“控制权” _ 170
- 磨炼孩子，让孩子变得更有耐心 _ 173
- 呵护孩子的好奇心和探索欲 _ 177
- 想办法化解与孩子之间的冲突 _ 181

第9章 培养孩子幸福的能力

人人都想要幸福，人人也都知道人活一生应该幸福。可是怎样做才能幸福却又是很多人都不知道的。所以，父母要从孩子小的时候，就积极对他加以引导，帮助他认识幸福，教会他如何正确去追求幸福，从而培养他幸福的能力。

- 不要让生活变得如此紧张 _ 187
- 教孩子学会转换自己的心态 _ 190

- 失败并不会是永久的 _ 193
- 放手，让孩子去面对失望 _ 197
- 怜悯是换不来幸福的 _ 201
- 要给予你的孩子真正的爱 _ 204
- 找到对孩子最重要的东西 _ 208
- 教孩子认识财富与幸福的关系 _ 211
- 怎样正确面对发怒的孩子 _ 213

第10章 从小培养孩子的良好品德

从孩子呱呱坠地那一刻起，父母除了要给他充足的营养、丰富的知识外，还应该重视培养他的品德。父母的一言一行都是孩子效仿的对象，因此，父母自身一定要具备良好的品行，这样孩子耳濡目染，才能成为一个有德之人。

- 品德教育掌握在妈妈的手中 _ 219
- 教孩子学会把握机遇 _ 221
- 父母要给孩子做最好的榜样 _ 224
- 从小培养孩子的责任心 _ 228
- 尽早去培养孩子节俭的意识 _ 231
- 给孩子战胜困难的勇气 _ 234
- 让勤劳成为孩子一生的财富 _ 237
- 把爱心种在孩子的心田 _ 241
- 巧妙地应对孩子的不良行为 _ 243

第11章 培养孩子的强大自信心

拥有足够的自信是一个人走向成功的先决条件之一。父母也都希望孩子能有更为广阔的发展空间，但却往往会在无意中限制孩子能力的发展，打击他的自信。所以，父母要知道在生活中怎样培养孩子强大的自信心，并努力去践行！

- 自信心有着神奇的作用 _ 249
- 别以爱的名义抹杀了孩子的自信 _ 251
- 对孩子千万不要过度保护 _ 256
- 任何时候都不要打击孩子的自信心 _ 259
- 要摆正对孩子的态度 _ 264
- 让孩子在做事中找到自信 _ 268

第12章 学点鼓励孩子的技巧

当孩子遭遇失败、不听话或有好的表现时，父母应该做出怎样的反应？对，要鼓励孩子。孩子失败时，鼓励会给他勇气；孩子不听话时，鼓励会帮他找到改进的方向，孩子有好的表现时，鼓励会让他更自信。所以，父母要学点鼓励孩子的技巧，给孩子最好的鼓励。

- 怎样鼓励失落的孩子 _ 275
- 要给孩子表现自己的机会 _ 279
- 用正确的方法夸奖孩子 _ 283
- 不要体罚你的孩子 _ 287

- 不要拿自己的孩子和别人的比 _ 291
- 用正确的方式奖励孩子 _ 295

第13章 因为爱孩子，所以要懂孩子

孩子的内心世界丰富多彩，感情也有脆弱而敏感的一面。要想了解孩子的内心世界，就需要父母放下架子，尊重孩子的独立人格，给他足够的爱和信任，孩子才有可能把心里话对父母讲，父母也才有可能了解孩子的真实想法。因为爱孩子，所以要懂孩子。

- 感受孩子的心灵世界 _ 301
- 要与孩子进行平等的交流 _ 305
- 要给孩子足够的信任 _ 308
- 把对孩子的爱大胆说出来 _ 311

第1章

做一个有智慧的好妈妈

每个孩子生来就有自己的特质，所以适合的教育方法也不尽相同。做妈妈的切不可照搬别人的教育方法，盲目地实践在孩子身上，而是要做一个有智慧的妈妈，根据孩子的性格特点，在实践经验中慢慢总结出一套适合自己孩子的教育方法。

孩子的成功取决于妈妈的教育

通过看一些名人传记或者回忆录，我发现世界上大多数取得成功的大人物，他们的家庭总会有些缺憾。他们的孩子大多是不肖子，后辈中也很少有人能取得和他们父辈一样高的成就。对此，我心中一直有一个疑问：如果从遗传法则的角度来讲，大人物的孩子也应该是大人物才对，可是他们的孩子为什么大多是不肖子呢？后来我才发现，其根本原因是伟人把时间和精力都放在了事业上，结果疏忽了对家庭和孩子的照顾。

通过观察这些伟人的经历，再加上做妈妈的亲身经历，我总结出了一条经验，即，孩子是否能在以后的生活中取得成功，很大程度上取决于妈妈的教育。

在生活中，很多妈妈都缺乏教育孩子的基本知识。因此，我认为社会有必要对所有妇女普及育儿知识，而且这种知识的普及最好在少女时代进行，因为那个时候是培养她们健康的身体、纯洁的心灵的最佳时机。而且我认为如何保持健康的身体和有关道德修养方面的知识要比数学、天文学、物理学等方面的知识更为重要。尽管数学、天文学方面的知识学起来要更有趣，但是两者相比，前者关系到一个新生命的健康成长。

尤其是胎教，这是妈妈们很容易忽略的一个细节，也是育儿关键时期。她们往往认为尚未见到孩子时，一切顺其自然最好，待孩子出生了再好好教育也不迟。殊不知这是一种十分错误的想法。

相信没有任何一个妈妈会在孩子出生之后，让他饮酒、抽烟，甚