



数据加载失败，请稍后重试！

《望子成龙提高智商》系列丛书之一

提高智商小百科

张 帆 主 编



女子学院 0101137

中国少年儿童出版社

B848.5
4
1

望子成龙 提高智商
系列丛书之一

提高智商 小百科

张帆 主编

中国少年儿童出版社

(京)新登字 084 号

装帧设计 毕 竟
插图 王 彤
责任编辑 邵 宇

《望子成龙提高智商》系列丛书之一

提高智商小百科

张 旭 主 编

中国少年儿童出版社

北京东光印刷厂印刷 新华书店经销

*

850×1168 1/32 15.25 印张 350 千字

1995 年 4 月北京第一版 1995 年 4 月北京第一次印刷

印数 1—10000 定价 15.98 元(软精装)

ISBN7-5007-2448-9/G·1244

凡有印装问题 可向承印厂调换

主 编 张 帆

副主编 石纪慈 鲍木恩

张念礼 张树清

编 委 (按姓氏笔画为序)

丁志纯 方一知

石桂英 原海平

敖海涛 张信毅

吴晓风 晨 鹤

总 目

生存竞争与智商
智商并不神秘
神奇的大脑与智商
记忆力与智商
观察力与智商
注意力与智商
思维力与智商
想象力与智商
超常儿童的特征
家庭与智商
胎教与智商
婴幼儿教育与智商

小学生家教与智商
初中学生家教与智商
大脑保健与智商
饮食与智商
睡眠与智商
生物钟与智商
电视与智商
音乐与智商
情感与智商
意志与智商
品德与智商

序 言

张芬之

张帆，是我的好朋友。尽管，我们相识不长，交往不多，但每当相会畅谈，开怀畅饮时，我们就有相识恨晚之感，亦有许多谈不完的话题，真乃是一见如故，一谈“钟情”。

(一)

在我的印象中，张帆是一个勤奋刻苦，文思敏捷，善于言谈，心地坦诚的人。他小时候，家境不顺，身处逆境；上小学和初中时，因各种原因的限制，学习条件很差。在史无前例的“文革”中，又因出身不好不准参加“运动”，饱尝了人世间的世态炎凉，但他正是利用逆境中的时间和空间，如饥似渴地自学了小学、初中的课程，通读、硬背了《古希腊罗马哲学选》等许多有价值的书籍。后来，无论在农场放马，在农村种地，还是在煤矿做工，在学校教书，他都一如既往，坚持自学，并完成了省教育学院中文专科函授大专课程，取得了大专毕业证书。

张帆，从小天资聪慧，还在母亲的怀抱里就接受了音乐的熏陶。如今，从口琴、笛子、小提琴到手风琴、钢琴等乐器，他都能像模像样地摆弄一番。经过奋斗，他走上了教育战线，教过小学、初中、高中，还在师范学校和教师进修学校做过教师，多年的园丁经历，使得他有机会涉猎多方面的学问，积累和丰

富了多方面的知识。十一年前，他以“党外人士”的身份调入中共合江地委宣传部做党的宣传教育工作，不久被派到佳木斯市新华书店当副经理，后又调任大庆市新华书店副经理。大约与搞图书发行有关，自此，他与图书出版发行业结下了不解之缘，我正是在这个时候有幸认识了张帆。

（二）

写了上述有关张帆的生平履历，似乎与书的序言无关，其实不然。张帆，一个历经坎坷、刻苦自学，直到32岁才结婚成家的堂堂五尺男子汉，之所以能有信心和毅力，能有知识和力量，编写出数十万言的《提高智商小百科》一书，相信细心的读者看罢张帆的履历，会晓得这是有着深刻的历史渊源和扎实的生活基础的。

今年3月28日晚上，张帆像一位不速之客闯进我的新居，我以为他仍在大庆新华书店任职，等到酒过三巡，满面红光之时，他才告诉我已于去年初下海习文，编书立说，并要我为主编的《提高智商小百科》一书作序，言辞恳切，信誓旦旦，由不得你不答应。3月31日晚上，我应约来到张帆租住的中国青年出版社半地下室招待所，有幸领略了他的“写作间”，看到了他常常吃着方便面，就着炸菜喝着绍兴的花雕，编纂出来的心血智慧的结晶。原以为，编辑此类专门学科的知识性、实用性书籍，张帆如同众多编辑者一样，无非是报章加书籍，剪刀加浆糊，谈不上创作或再创作。但是，当张帆拿出他编写的厚厚一大摞书稿让我审阅后，我被他真诚和严谨的编辑作风感动了。洋洋洒洒三十五万余字。居然没有一段话、一个字是从报章书籍上剪贴而来，全凭自己一笔一划编写整理而成。他告诉我，由

于自己的专业知识和水平所限，要编写这么一部高质量、高品位的谈论“智商学”的专著必须“站在巨人的肩上”，参考并借鉴诸多专家学者们的研究成果。为此，他请教拜访了许多学有专长的师长，并永远铭记他们给予的支持和鼓励。但是，在学习参考乃至运用专家学者的研究成果时，他绝不生吞活剥地照搬照抄，而是调动自己的所有经历，所有知识和全部智慧，进行一番咀嚼、消化、理解、运用乃至再构思、再创作的工作。而且有许多篇章，诸如：父亲与儿童智商、夫妻关系与儿童智商、音乐与智商、电视与智商、情感与智商等等，大部分或完全是由他自己写作的。夜静更深，我仔细翻阅着这部颇有特色的书稿，心中油然升起一股敬意。张帆啊，张帆；为人为文，都应当这么坦诚、正直。唯有如此，才称得上编书立说；唯有如此，才经得起历史的检验；唯有如此，才对得起自己的良心。

（三）

《提高智商小百科》一书，其编写宗旨，编者在前言中写到：“首先是为识别、发现并培养超高智儿童提供有价值的参考，但最主要的是为了广大望子成龙心切而不得其法的家长提供有关儿童早期智力开发、家庭教育、营养、保健等一系列与智商有关的可操作性知识，为提高全民族及全人类的智慧尽微薄之力”。围绕这个话题，我询问张帆编写此书的缘由，他颇为动情地说，可怜天下父母心。作为人父，或作为子女，我都深深领受过父母的钟爱和对子女的舐犊之情。哪一位父母，哪一个家庭，不希望子女活泼可爱，健康成才？望子成龙，不仅是每个家长的心愿，也是国家富强、民族昌盛的希望所在，尤其是在市场经济和高科技迅猛发展的今天，加强对婴幼儿的智力培育，

已是当务之急。他又说，我曾当过教师，对儿童智力的早期开发、家庭教育等课题很早就进行过一些探索，也积累了一些这方面的知识，当我越来越意识到深入研究这个课题的重要性时，便毅然辞去公职，决意在有生之年编写出一套有关提高儿童智商的系列丛书。尽管，前程未卜，困难重重，我也义无反顾，奋力前行。

值得欣慰的是，粗粗读完张帆同志的《提高智商小百科》书稿后，我以为，他的这番良苦用心已经结出了丰硕之果。这部长达数十万言的专著，林林总总，有根有据，深入浅出地全面阐述了提高儿童智商的学问，是一部很有可读性，又很有实用价值的育儿百科全书。书中既讲了生活竞争与智商的关系，又讲了智商的培育与开发，讲了胎教与智商、家教与智商、饮食与智商、睡觉与智商、音乐与智商、意志与智商等等诸如此类的二百多个问题，而且每一个问题大多文字不长，简洁易懂，有的地方还配上了图表或古今中外的典型事例，读来饶有兴味，人们从中不仅可以学习有关智商方面的诸多知识，更重要的是它还教给你许多提高儿童智商的方式方法，具有很强的操作性。

人类的发展史是一部竞争史，实质上，人类的所有竞争又都是人的智商及身体素质的竞争。儿童是家庭的希望和未来，也是祖国的希望和未来。每一个热爱家庭，热爱祖国的人们，都来读一读《提高智商小百科》这部书吧，因为，眼前和下一个世纪，高科技将越来越多地充满人们的工作和生活空间。既使你是皇帝的儿子，你的智商不高，难以掌握高科技知识，无法操纵精密仪器，你也要坐冷板凳。有的人可能通过权力或其他因素获得某个肥缺或满意的职位，但你的智商不高，不具备一定的智力和实力，那也迟早要被炒鱿鱼，赶下台，到时候你说

你是总统的儿子，恐怕也无济于事。

(四)

《提高智商小百科》一书，是智商学的研究者张帆同志靠艰苦的自学编写出来的，尽管吸收了专家、学者的研究成果，尽管调动了他的全部智慧和生活积累，但对于一门新兴的智商学来说，毕竟还是初步的，也不可能达到很完美很周全的地步。加上，我本人也不是研究智商学的，对书中存在的不妥之处亦很难挑得出来，企盼专家、学者给予指正。这里值得一提的是，张帆同志在这部书的最后，附了一纸《信息反馈说明》，意在以“砖”引“玉”，以“树籽”企待“森林”，为此，他郑重请求广大专家、学者和读者，提出有关修改意见和“家教妙方”，并特制了“信息反馈卡”，愚相信这部书发行后，一定会得到很多很有价值的反馈信息，希望张帆同志集思广益，精益求精，力求把这部造福于儿童，选福于祖国的系列丛书，编撰得更好更科学。

1995 年 4 月 1 日于北京
方庄小区雅舍观远斋

(注：张芬之同志为国家新闻出版署《新闻出版报》副总编辑主持工作)

目 录

前 言	1
生存竞争与智商	
生存竞争与提高智商	6
生存困境与提高智商	7
强大的民族需要高智商	8
高智商儿童是家庭幸福的基础	9
高智商儿童是家庭欢乐的源泉	10
高智商是竞争获胜的保证	11
提高智商是一项系统工程	12
提高智商的早期性	13
提高智商的细致性	14
提高智商与德智体全面发展	15
智商并不神秘	
智商探源	19
智商 = 智龄 ÷ 实龄 × 100	20
智商是智力的“外衣”	22
智力的“群因素说”	23
智力的“三维结构说”	24
智商与神童	25
智商与天才	26
智商的“一两遗传”	28

智商与“一吨教育”	29
智商与环境	30
智商的非智力因素	31
中国比内测验	33
韦克斯勒智力量表	39
运城寺式乳幼儿发育检查分析法	59
德式小儿发育测试	62
50 项儿童入学筛选法	70
绘人智能测验	74
神奇的大脑与智商	
万物进化的奇迹——人脑	79
智慧之泉——大脑	81
大脑的优势半球——左脑	84
待开发的半球——右脑	85
高智商的列宁大脑	87
产生智商的大脑神经细胞	88
决定智商高低的“聪明树”	91
发人深思的大脑皮层切片	92
提高智商与“条件反射”	93
提高智商与“空白环路”	95
提高智商与“压力激励法”	97
提高智商与“引力激励法”	98
提高智商与“信息激励法”	99
提高智商与“共振激励法”	100
开发右脑的“暗示法”	101
开发右脑的“催眠术”	103

开发右脑的“单侧运动法”	104
记忆力与智商	
尼摩妮西女神	107
记忆与大脑皮层的“兴奋过程”	108
记忆信息的物质载体	110
瞬时记忆	112
短时记忆	112
长时记忆	113
形象记忆	114
逻辑记忆	115
情绪记忆	116
运动记忆	117
无意记忆	117
有意记忆	118
理解记忆	119
注意对记忆的影响	120
目标对记忆的影响	121
遗忘与记忆	122
记忆的评定标准	123
保本荣介关于提高记忆力的 15 条建议	125
中外名人的学习记忆法	126
观察力与智商	
观察力是智力发展的基础	130
观察是获得知识的重要步骤	131
婴儿的观察特点	132
幼儿的观察特点	134

顺序观察法	135
特征观察法	136
比较观察法	137
分解观察法	138
追踪观察法	138
探索观察法	139
注意力与智商	
开启心灵之窗的注意力	142
无意注意	143
有意注意	144
注意的分配	145
婴儿的注意特点	146
幼儿的注意特点	147
注意力的“环境训练法”	148
注意力的“游戏训练法”	148
自制力与注意力	149
思维力与智商	
思维是所有智力活动的中心	153
思维的形式	155
思维的规律性	155
思维的层次性	156
思维的潜在性	157
思维的能动性	158
直观动作思维	159
词语逻辑思维	160
创造性思维	161

发散思维·····	162
直觉思维·····	164
聚合思维·····	165
儿童思维的特点·····	166
儿童思维力的培养·····	168
想象力与智商	
想象力—“知识进化的源泉”·····	172
无意想象·····	173
有意想象·····	174
再造想象·····	174
创造想象·····	175
儿童想象的特点·····	176
儿童想象力的培养·····	177
超常儿童的特征	
识别能力突出·····	182
活泼、欢快·····	182
反应灵敏·····	183
动作协调准确·····	183
语言表达能力强·····	184
环境适应能力强·····	184
求知欲强·····	184
理解能力强·····	185
观察力突出·····	185
注意力集中、持久·····	186
记忆力超群·····	186
想象力丰富·····	187

类比推理能力强·····	188
喜欢和大孩子玩·····	189
兴趣广泛·····	189
独立性强，有主见·····	190
发育良好·····	190
超常儿童鉴别方法（学龄前）·····	191
超常儿童鉴别方法（入学儿童）·····	192

家庭与智商

家庭—儿童智商的摇篮·····	196
家庭气氛与儿童智商·····	197
夫妻关系与儿童智商·····	198
父亲与儿童智商·····	200
“船长型”父亲·····	201
“更夫型”父亲·····	202
“赌徒型”父亲·····	204
“园丁型”父亲·····	205
母亲与儿童智商·····	208
祖父母与儿童智商·····	210
家庭教育的早期性·····	211
家庭教育的感染性·····	212
家庭教育的针对性·····	213
家庭教育的连续性·····	214
家庭教育的灵活性·····	215
家庭教育的实践性·····	216
说服教育法·····	217
榜样教育法·····	218