

让你的宝宝
赢在起跑线上



张雅莲 主编

ZHANG YALIAN
YI TANG KE

张雅莲

胎教

10 堂课

中国著名亲子教育专家

张雅莲教你

10 堂 细致胎教课

14 种 全方位胎教方法



张雅莲 胎教**10**堂课

张雅莲 ● 主编

吉林科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

张雅莲胎教10堂课 / 张雅莲主编. — 长春: 吉林科学技术出版社, 2009.6

ISBN 978-7-5384-4263-2

I. 张… II. 张… III. 胎教—基本知识 IV. G61

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第075484号

张雅莲 胎教10堂课

主 编 ● 张雅莲

编 委 ● 王 伟 具杨花

责任编辑 ● 崔 岩 端金香

封面设计 ● 茗尊设计 孙黎明

出版发行 ● 吉林科学技术出版社

印 刷 ● 延边新华印刷有限公司

版 次 ● 2009年6月第1版 2009年6月第1次印刷

规 格 ● 720mm × 990mm 16开本 16印张

字 数 ● 250千字

定 价 ● 19.90元

书 号 ● ISBN 978-7-5384-4263-2

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

储运部电话 ● 0431-84612872

编辑部电话 ● 0431-85635186 85674016

网 址 ● www.jlstp.com

实 名 ● 吉林科学技术出版社

社 址 ● 长春市人民大街4646号

邮 编 ● 130021

版权所有 翻印必究

如有印装质量问题 可寄出版社调换

前言

FOREWORD

“十月怀胎，一朝分娩”，看起来是顺其自然的事，但为了让自己的孩子能够更加聪明、健康，在怀孕的过程中，母亲可以通过有意识地控制、调整母体内外环境，避免各种不良刺激对胎儿的影响，使胎儿智力、行为的形成和发展有一个良好的基础。这种对胎儿感官的刺激训练，简单点说就是胎教。

生一个聪明健康的宝宝是为人父母的最大心愿。现在已经被证实，科学的胎教对胎儿的成长益处多多。因为人是由一个受精卵生长发育成一个完整的生命，在这个发育的过程中除了靠自身的细胞分裂和发育外，还受很多外在因素的影响，如母亲情绪的影响、营养的供给、环境的影响、疾病的防治等，这些都影响着生命的质量。所以说，胎教不仅应从胎儿的生理层次入手，更应从心理的层次，以母亲和胎儿的沟通来影响胎儿的身心发育，以完成培育一个完美宝宝的理想这一最终目标。

本书立足实用，视野开阔。在力求科学性、知识性和实用性的同时，博采众家之长，紧跟时代步伐，力求从多角度阐述如何进行胎教，知识性与通俗易懂是其最大的特色。

每一个孩子都是一个希望，为了我们的孩子能够赢在人生的“起跑线”上，让我们用心来阅读这本书吧！

中国著名亲子教育专家 张雅莲

Contents 目录

第一章 走进胎教

◎你了解胎教吗····· 10

简单点说，胎教就是对胎儿的感官教育，这种教育是通过母体对胎儿的综合影响来实施的。它是通过有意识地控制、调整母体内外环境，避免各种不良刺激对胎儿的影响，让胎儿智力、行为的形成有一个良好的基础。

什么是胎教····· 10

胎教的可行性····· 12

胎教的现实意义····· 15

胎教实施要诀····· 20

第二章 揭密胎儿了不起的潜能

◎从胎内开始开发宝宝智商·····22

现代科学的发展证明，在妊娠期间对胎儿反复良性刺激，对促进人类智商的提高是至关重要的。大脑细胞分裂增殖主要是在胎儿期完成的，如果在脑细胞分裂增殖的高峰期，适时地供给胎儿丰富的物质和精神营养，脑细胞的分裂便可趋于顶峰，从而为孩子具有高智商奠定基础。

胎儿脑部成长全记录····· 22

成为超智力宝宝的因素····· 24

◎胎儿的超能力····· 25

研究表明，胎儿并非一直“闭目塞听”“浑沌一团”，而是逐渐有了感觉，能对刺激作出反

应。现代医学证实，胎儿确有接受教育的潜在奇能，主要是通过中枢神经系统与感觉器官来实现的。

宝宝与你的互动····· 25

母子的心电感应····· 27

宝宝在聆听外面的世界····· 28

宝宝也能感受明暗变化····· 30

宝宝能尝出味道····· 31

闻一闻这是什么味道吧····· 32

不要忽视宝宝的记忆能力····· 33

妈妈，我渴了····· 34

宝宝还能学习呢····· 35

我小，我也有人格····· 36

宝宝萌发的意识····· 37

第三章 行之有效的14种胎教法

◎抚摩胎教：最是你的温柔····· 40

婴幼儿的天性是需要爱抚。胎儿受到母亲双手轻轻地抚摩之后，会引起一定的条件反射，从而激发胎儿活动的积极性，形成良好的触觉刺激，有规律的抚摩胎教，就象是妈妈与胎儿的对话一样，形成良好的反应与互动，对提高胎儿大脑的发育很有帮助。

抚摩胎教的益处····· 40

如何进行抚摩胎教····· 41

抚摩胎教时的注意事项····· 42

◎音乐胎教: 我拿什么让你听见 ……43

通过健康的音乐刺激, 母亲从中获得安宁与享受, 分泌酶和乙胆碱等物质, 发送胎盘供血状况, 同时使胎儿心律平稳, 对胎儿的大脑发育进行良好的刺激。从孕16周起, 便可有计划地实施。

音乐胎教的益处	43
音乐胎教的方法	44
音乐胎教的误区	46

◎联想胎教: 放开想象的翅膀 ……47

7个月的时候, 宝宝大脑的褶皱会越来越多, 情感逐渐产生了, 进入了意识的萌芽期。美好的联想可以使孕妇产生愉悦的感受, 这种信息通过母体传递给胎儿, 能对胎儿产生一定程度的感化。

联想胎教的益处	47
联想胎教的方法	48
在欣赏中展开联想的翅膀	50
和胎儿一起走进大自然	50

◎呼唤胎教: 宝宝, 你听我说 ……52

为胎儿起一个亲切的小名, 以便可以随时呼唤他, 胎儿能够通过听觉和触觉感受到来自父母爱的呼唤, 这对促进他的身心发育具有十分有益的影响。如果在怀孕6个月就起好名字, 经常呼唤, 孩子出生后对名字的反应会早一些出现。

呼唤胎教的方法	52
如何设计父亲与胎儿的对话	53

◎光照胎教: 甜沁心腑的光明 ……54

胎儿的感觉功能中视觉的发育较晚, 一般七个月的胎儿视网膜才具有感光功能。只要是不太刺激的光线, 皆可给予胎儿脑部适度的明暗周期, 刺激脑部发达, 也可以在晴朗天气外出散步, 同样能让胎宝宝感受到光线强弱的对比。

光照胎教从什么时间开始好	54
--------------	----

光照胎教的方法	54
---------	----

◎语言胎教法: 让我轻轻地告诉你 ……55

有关研究显示, 接受语言胎教的孩子智能较高, 反应敏捷。而且, 在胎儿期, 胎儿的大脑会产生记忆, 语言胎教可以加深孩子出生后与父母的感情, 有利于培养孩子健全的人格, 提高孩子的情商。

语言胎教的方法	55
寻找和宝宝的谈话内容并不难	56

◎游戏胎教: 和宝宝一起来游戏 ……58

孕20周, 胎儿已经具备了最初的听力和感觉能力。母亲的说话声不但可以传递给胎儿, 而且胸腔的振动对胎儿也有一定影响, 此刻的胎儿会对外界的语言刺激有一定的反应, 并且在大脑中形成记忆。

胎儿会做游戏吗	58
游戏胎教的方法	58

◎运动胎教: 让宝宝动起来 ……60

运动不仅能增加孕妈咪自身健康, 有助于改善孕妈咪身体疲劳和不适感, 保持心情舒畅, 也可增加胎儿的血液供氧, 加快新陈代谢, 从而促进生长发育, 利于胎宝宝形成良好的性格。

怎样认识运动胎教	60
深情款款的拍打运动	61
运动胎教好处大盘点	62
和胎儿一起旅行	62
胎动是宝宝打给妈妈的电话	64

◎怡情胎教: 美丽胎儿的心灵 ……65

养生学家经常告诫人们, 要保持身心健康,

就要适当丰富人们的精神活动。例如：听音乐、看书、读诗、旅游或欣赏艺术作品等，这些美好的情趣有利于调节情绪，增进健康、陶冶人的情操，而且对下一代也是非常重要的。

微笑也是胎教·····	65
仪容美心也美·····	66
好情绪就是好胎教·····	67
不断提高自身修养·····	68
读一本好书·····	69
看一幅美丽图片·····	70

◎环境胎教：宝宝，我把最好的给你 71

从受精卵到胚胎到胎儿出生，大约经历了280天。在漫长的妊娠过程中，胎儿能否正常生长发育，除了与父母的遗传基因、孕育准备、营养因素有关外，妊娠期间的内外环境也很重要。胎教最重要的条件之一是使胎儿生活在优良的环境中。

给妈妈宝宝舒适的居室环境·····	71
创造良好的家庭气氛·····	72

◎营养胎教：给宝宝一个好体质 ·····75

有一种胎教不需要你拿出额外的时间，也不需要有什么辅助工具，在不知不觉中它每天都在进行，其效果也是神奇而明显的，这就是营养胎教。孕妇适宜而平衡的营养对胎儿的健康发育非常重要。得到充足营养的胎宝宝，出生后体格健壮、智商高，不然则会发生身体和智力上的缺陷。

营养对胎儿有多重要·····	75
营养与胎儿智力有很大的关系·····	76
合理安排孕妇的饮食·····	77

◎性格胎教：宝宝，你的性格我做主 79

医学研究证实人的性格并不是从出生后，而

是从胎儿期就开始形成。胎教对胎儿性格的养成可是非常重要的一环。母亲的性格给胎儿的影响很大，胎儿能敏锐地感知母亲的思维、情绪和母亲对自己的态度。作为母亲，应尽量将性格中美好的一面传给宝宝。

性格胎教的益处·····	79
--------------	----

◎行为胎教：一种无声的语言 ·····81

早在古代时人们就已经懂得了母亲的良好行为对后代的影响。行为是一种没有声音的语言，孕妇的行为通过信息传递可以影响到胎儿。俗话说“龙生龙，凤生凤；老鼠的儿子会打洞”。形象地说明了父母对于子女的行为的影响，因此父母应该养成良好行为习惯来给宝宝潜移默化的影响。

行为胎教的益处·····	81
--------------	----

◎习惯胎教：好习惯从妈妈的肚子里开始 82

健康的孕妈咪，应该有充足的营养、足够的睡眠、适量的运动、清洁的家居环境、合适的衣着，以及愉快的心情，这一切，都应该成为日常习惯中的一环。准妈妈若能养成良好的习惯，自然能培养出具有良好习惯的婴儿。

习惯胎教的方法·····	82
--------------	----

第四章 胎教10堂课

◎胎教第一课：怀孕1个月····· 86

本月孕妈咪的生理反应，如恶心、呕吐、乏力、食欲不振等，往往影响孕妈咪的心情，孕妈咪变得容易烦躁、易怒或易激动、抱怨。而恰恰此时是胎教的刚刚开始阶段，又是胚胎各器官分化的关键时期（胚胎于此阶段形成）。孕妈咪的情绪可以通过内分泌的改变影响胎儿的发育，孕妈咪在怀孕早期的不愉快心情，会对胎儿造成巨大的影响。

母子变化·····	86
-----------	----

本月胎教要点·····	87
营养师建议·····	91
本月开胃食谱推荐·····	91
要做的健康护理·····	94
日常保健安胎提醒·····	99
注意事项·····	101

◎胎教第二课: 怀孕2个月····· 102

怀孕第2个月时的胎教面临的一个主要问题就是处理好妊娠呕吐, 这是胎儿向你发出的信息, 他想告诉你: “妈妈, 我已经在这里了。”为了胎儿, 母亲要积极克服孕吐, 让胎儿能有一个良好的生长环境。

母子变化·····	102
本月胎教要点·····	103
营养师建议·····	105
本月开胃食谱推荐·····	106
要做的健康护理·····	109
日常保健安胎提醒·····	115

◎胎教第三课: 怀孕3个月····· 119

胎儿已经长到了三个月大, 是各器官发育最旺盛的时期, 已可开始采用音乐进行胎教。选择一些较有节奏但又不太强烈的音乐来播放, 让自己和腹中的胎儿一道享受音乐大餐, 以刺激胎儿脑细胞的成长。

母子变化·····	119
本月胎教要点·····	120
营养师建议·····	122
本月开胃食谱推荐·····	125
要做的健康护理·····	128
日常保健安胎提醒·····	134
注意事项·····	135

◎胎教第四课: 怀孕4个月····· 136

妊娠4个月的胎儿, 已经产生最初的意识, 父母要把胎儿当做一个懂事的孩子, 经常呼唤他并和他聊天或唱歌给他听。另外, 孕妈咪需保持一个好的心情, 这才是对宝宝最好的胎教。

母子变化·····	136
本月胎教要点·····	137
营养师建议·····	140
本月营养食谱推荐·····	142
要做的健康护理·····	146
日常保健安胎提醒·····	150
注意事项·····	155

◎胎教第五课: 怀孕5个月····· 156

这时的胎儿能听、能看, 有了各种感觉, 对于外界的各种刺激十分敏感, 这时的孕妈咪, 身体已经历了反应的考验, 趋于稳定, 有足够的精力与胎儿进行交流, 此时胎宝宝已具备了听音乐的生理条件, 但一定要注意选择合适的音乐。

母子变化·····	156
本月胎教要点·····	157
营养师建议·····	161
本月营养食谱推荐·····	163
要做的健康护理·····	167
日常保健安胎提醒·····	175
注意事项·····	179

◎胎教第六课: 怀孕6个月····· 180

胎儿长到6个月, 已经比较安定了, 所以孕妈咪可进行简单的运动, 既可避免肥胖, 也使未来的分娩过程更为顺利。适度的运动对胎儿非常重要, 因此, 除了继续音乐胎教外, 孕妈咪还应进行一定量的运动, 对自己, 对宝宝都是很有益处的。

母子变化·····	180
本月胎教要点·····	181
营养师建议·····	184
本月营养食谱推荐·····	186
要做的健康护理·····	189
日常保健安胎提醒·····	193
注意事项·····	196

◎胎教第七课: 怀孕7个月 ····· 197

怀孕7个月, 胎儿可以听到外界的各种声音了, 母亲腹壁也越变越薄, 这是对宝宝进行胎教的好机会。所以, 这个时候要多对宝宝说话或讲故事, 父母对胎儿的爱, 可以通过声音传递, 并在妊娠期间建立起良好的联系。

母子变化·····	197
本月胎教要点·····	198
营养师建议·····	200
本月营养食谱推荐·····	201
要做的健康护理·····	205
日常保健安胎提醒·····	210
注意事项·····	212

◎胎教第八课: 怀孕8个月····· 213

怀孕8个月, 胎儿身体长得特别快, 它的听觉能力已具备, 也开始有了视觉能力。虽然味觉和嗅觉已经发展到一定程度, 还不是很明显。这段时期可谓是对宝宝进行胎教的“尖峰时刻”。要保持愉悦的心情, 等待宝宝的到来。

母子变化·····	213
本月胎教要点·····	214
营养师建议·····	216
本月营养食谱推荐·····	217
要做的健康护理·····	221

日常保健安胎提醒·····	227
注意事项·····	228

◎胎教第九课: 怀孕9个月····· 232

现在, 胎儿在子宫里生存了9个月。今天早上, 他睁开眼睛, 打着哈欠, 用劲踢了几下, 用小手去抓脐带, 把手伸到嘴里, 吮自己的大拇指, 听母亲的心跳和肠鸣声。母亲开始走动, 轻轻地摇晃使他睡去。这个时候的孕妈咪不妨把自己打扮得漂漂亮亮的, 对于宝宝来说也是一次重要的美育胎教。

母子变化·····	232
本月胎教要点·····	233
营养师建议·····	235
本月营养食谱推荐·····	237
要做的健康护理·····	241
日常保健提醒·····	244

◎胎教第十课: 怀孕10个月 ····· 247

妊娠晚期, 胎儿的各系统已经发育得比较完善, 此时各种胎教方法对胎儿都可以使用, 所以孕妈咪在这时要将各种胎教方法综合进行, 灵活应用。

母子变化·····	247
日常保健安胎提醒·····	248
营养师建议·····	252
本月营养食谱推荐·····	253
注意事项·····	256

第一章

走进胎教

ZOUJINTAIJIAO





第一章

走进胎教



10

第一章

走进胎教

（你了解胎教吗）

简单点说，胎教就是对胎儿的感官教育，这种教育是通过母体对胎儿的综合影响来实施的。它是通过有意识地控制、调整母体内外环境，避免各种不良刺激对胎儿的影响，让胎儿智力、行为的形成有一个良好的基础。

什么是胎教

近20年来，欧美一些国家纷纷成立了胎教研究机构和胎教中心，致力于对胎儿智力、体力的全面开发，取得了令人瞩目的成绩。据文献报道，美国一位医生创办了“胎儿大学”，设有语言、音乐、体育等科目。在其学生中，有的新生儿两周就能发出“爸爸”的音节，有的孩子4岁就能掌握两种语言，这正说明了胎教的重大效果。

正是因为人们对优生优育的重视，胎教也逐渐深入人心。但是究竟



什么是胎教？胎教到底有没有作用？还是有些人只知其一不知其二。

1 胎教的定义

《辞海》中对胎教的词条是这样解释的：“古人认为胎儿在母体中能够受孕妇言行的感化，所以孕妇必须谨守礼仪，给胎儿以良好的影响，叫‘胎教’。”也就是说，胎教，一方面是胎，一方面是教，它是胎与教相结合的学问。胎是受教育的实体，教是指胎儿在母体内能受到各方面的感化并接受教育、教养之意。孕妇在各方面有意识地、主动地采取一些相应的措施，对胎儿进行良好影响的方法就是胎教。

胎教有广义和狭义之分。广义的胎教，是指为了促进胎儿生理和心理健康成长，同时确保孕产妇能够顺利度过孕产期所采取的精神、饮食、环境、劳逸等各方面的保健措施。因为如果母亲不健康，就不能生育出健壮的孩子。

狭义的胎教，是指妊娠期间，在加强孕妇的精神、品德修养和教育的同时，重点通过母体，利用一定的方法和手段，刺激胎儿的感觉器官，以激发胎儿大脑和神经系统的有益活动，从而促进身心健康发育。

我们通常所说的胎教，一般是指狭义的胎教。然而，广义和狭义的胎教是统一的，两者不可偏废，通过孕妇保健和对胎儿感官有益的刺激是胎教的两个方面，它们属于有机组成的整体，是不可分开的。

2 胎教的理论基础

即使是在科学高速发展的今天，还是有人会奇怪，深居母亲腹内的胎儿对于外界既看不见摸不着，怎么能接受教育呢？无数实践已经证明，这完全是可以的。人们通过胎儿镜观察到，触碰胎儿的手心，手指会握紧；胎儿的眼睛会随着送入的光线而活动；胎儿从4个半月起就非常注意外界的声音。在妊娠的这一阶段，内耳的鼓膜已发育成熟，完全可以用耳朵去听外界的声音，这些情况说



明，胎儿在宫内已具有触觉、视觉、听觉等感知能力，在宫内进行教育时，可以利用这种能力给他传递有益的信息。因此，对胎儿进行胎教是有其一定的生理基础的。东西方都有自己的一套胎教体系。

3 顺应胎儿身心发展

我们只要顺应胎儿的身心发展的自然规律，为其“修路搭桥”，为他的生存发展创造一个好环境，父母健康的身心，优美、宁静、舒适、和谐的生活环境，母亲平和、安乐的心境都能使胎儿的感觉器官——大脑皮质能受到良性刺激，为孩子未来能拥有智慧和好性情奠定基础，孕育出健康聪明的宝宝。可以说，胎教是集优生、优育、优教于一身的学问。国内外大量实践证明，经过良好胎教出生的新生儿，在听力、记忆力、性格等方面都表现出明显的优势。

因此，孕妈咪，请不要再对胎儿施教有任何动摇。建立一个充满温暖、亲情的胎内环境，让胎儿感到舒适、快乐，是母亲唯一能对胎儿做的事，这也是我们所倡导的胎教。

简单的说，父母要做的就是从怀孕开始，控制母体内外环境，免除不良刺激对胚胎和胎儿造成影响，同时提供优良刺激，促进胎儿身心健康发育，以利于宝宝出生后健康成长，获得全面和充分发展。

胎教的可行性

即使今天，还有很多人认为胎教是唯心主义的东西，认为胎儿在深“宫”内什么感觉也没有，就连在20世纪五六十年代的产科医生也认为刚出生的孩子什么也听不到、什么也看不见，甚至对胎教还存在着怀疑的态度。

随着科学技术特别是特殊检查记录仪器设备的发展，如B型超声扫



描仪、胎心监护仪、胎儿镜的发展，使原先一无所知的有关胎儿的感知觉问题，对各种刺激的反应和受刺激后胎儿心跳和呼吸与胎动的变化乃至胎儿在子宫内喝羊水、撒尿与吃手的动作，都被观察或记录下来。

尤其有趣的是，近几年来北京医科大学所属的北京人民医院、北大医院和中国科学院声学研究所的科研人员合作，用各种仪器设备实验与观察记录到胎儿可以听到外面环境中的各种声音，并且在吵闹声音刺激下胎儿会心跳加快、胎动增强，甚至生气地踢腿，在轻柔舒缓的音乐刺激下又由烦躁转为安静，胎心由原先的增快而渐渐减缓到原先安静状态时的胎心率，胎动也由受吵闹时的增强而减弱下来，直至安详地入睡。

国内外的实验报告，均说明了胎龄在4个月或5个月以上的正常胎儿，已经具备了人的一些感知能力，特别是听觉、视觉与触觉已经初步建立。这样，从前人们一无所知的胎儿能力范畴内的问题，随着科学技术的发展逐渐被人们发现和得到正确的认识。

这说明4~5个月的胎儿不仅具备了接受教育的条件，而且符合胎儿生长发育的实际情况，因此，胎教是科学的、可行的。

1 大脑已经慢慢形成

人类的脑神经细胞非常细密复杂，因此只有神经网的形成，是远远不够的。神经细胞如果裸露，传达信息时不仅会遗漏，而且传达信息的速度也会变慢。

如果将神经细胞的周围包起来，信息便可以迅速准确地传达出去，在大脑生理学上称之为髓鞘化。

神经细胞一旦进行髓鞘化，信息传达的速度会比以往提升近100倍。总之，脑部发达的程度，完全在于髓鞘化完成的多少。

而髓鞘化时不可缺少的就是神经胶质细胞。胎儿出生之后，由于神经胶质细胞增加，并逐渐进行髓鞘化，他的重量也迅速增大。虽然脑在



胎儿时期即已开始髓鞘化，却只是少部分而已，神经胶质细胞也不多。在脑部发育的重要时期，这时所摄入的任何不良物质，都会经脐带到达胎儿的脑部，阻碍脑部的发育。

一个人的智力很大程度上来自于大脑。智力发展包含着许多复杂的因素。智力以脑组织正常发育为物质基础。首先得保证孩子的大脑是完好的，功能是正常的，再加上后天的教育，才会使孩子获得较高智力。因此，实施胎教，孕妇就必须处于一种良好的心理状态，注意营养，使胎儿生长发育有一个良好的内外环境。

胎教是有意识地对胎儿进行教育，在大脑形成期给予充分的营养和适当的信息诱导。适宜的开发，大脑越发育大脑皮质的沟回相应地也就会越多，孩子也就越聪明。相反，孩子出生后就会表现发育迟缓、智力低下。

2 正确认识胎教

常常听到一些父母抱怨：“我们当初积极胎教，又是唱歌又是听音乐，忙活了半天也没有生出个神童来。”言语之间对胎教颇感失望。

家长们一定要知道，胎教是在优孕和养胎的基础上，通过母亲对胎儿身心发展提供的良好影响，而对孩子的成长发育起促进作用，是集优生、优育、优教于一体的一门实用科学，但不是创造神话的手段。

尽管现代医学为胎教提供了可行的依据，也有诸多实验、实例证明了胎教的可能，我们对胎儿应以科学的态度审视，肯定胎教的结果，但绝不夸大胎教的作用；可以保留对胎教的传统认识，但不拒绝对胎教的尝试。

以科学的态度看待胎教，科学地实施胎教，从而收获胎教的效果，这便是我们所倡导的科学的胎教观。



胎教的现实意义

对于胎教，众说纷纭，随时都可以听见下面的对话。

“听说胎教是教育，可是孩子都还没出生，能做些什么呢？”

“胎儿在腹中什么都还不知道，谈到教育不是很奇怪吗？”

“可能是重视腹中的胎儿吧！那是理所当然的事嘛！”

“不管怎么说，既然胎教已经被科学证实是切实可行的，一切都是为了孩子，我们就好好地进行吧！”

的确，我们怀着满怀地希望孕育我们的宝宝，我们总想把最好的给他们。胎教让我们找到了对孩子付出爱的途径。以往人们大都认为，所谓育儿通常是出生以后才开始的。因为还不知道腹中胎儿的模样，唯有平安无事地生下来才是最重要的。

但是，现在的医学相当发达。从开始排卵，到任一时期的器官形成，甚至该时期会受到哪些影响，都可以详细的了解。为了未来的孩子，请务必实施胎教。由于胎儿的发育可以借由医学仪器来观察，只要孕母有心，应该可以给予腹中胎儿良好的影响。让我们一起来看一下，胎教究竟有什么样的现实意义呢？

1 能促进胎儿大脑健康发育

由于胎教的内容情感化、艺术化，形象和声音于一体，从而可促进胎儿右脑的发育，使孩子出生后知觉和空间感灵敏，更容易具有音乐、绘画、几何和空间的鉴别能力，并使孩子情感丰富、形象思维活跃、直觉判断准确。同时，胎教给胎儿大脑以新颖鲜明的信息刺激，具有怡情养性的作用，从而又有利于胎儿大脑的健康和成熟。此外，胎教还有利于胎儿大脑潜能的全面开发。由于胎教重视情感化和形象化，使胎儿的语言学习和数字等知识学习变得容易，这样也就调动了左脑的功能，使左右脑功能得到互补，使胎儿出生后大脑的潜能得以更好发挥和利用。



2 有利于胎儿的心理健康

胎教给胎儿的心理影响是积极的、能动的，不仅有利于胎儿感知能力的培养，而且有利于胎儿情感接受能力的培养，使胎儿未出世就容易在感知、情感等方面和父母相互沟通和交流。触摩胎儿时，胎儿会做出相应的动作；为胎儿播放音乐或唱歌时，胎儿会变得很安宁，这都是感知能力和情感接受能力的体现。这两种能力是基本心理功能，有了这两种能力，胎儿出生后在成长过程中就能更好地接受审美教育，具有想象、直觉、顿悟和灵感能力，并具有情感体验、调节和传达能力，使孩子心理得到健全发展。

3 有利于完善胎儿的人格

胎教对胎儿的影响是整体性的，胎儿学习的结果也是整体性的，因此胎教有助于胎儿以及胎儿出生后精神素质各个方面的塑造，即有助于人格的完善。人格又称个性，即一个人各种心理特征的综合，或一个人基本的精神面貌。人格的形成与人早期经验有很大关系，如果一个人能够在人生的开始就受到整体性的审美教育，那么这种教育就会对一个人的心灵产生长远的、深刻的、潜移默化的影响，最终使这个人的性格趋向完善，并使这个人成为一个真诚、善良、美丽的人，成为能够自我认识、自我完善和自我实现的人。胎教就是人生最早的审美教育，对一个人的发展起着开创性的作用，如人们常说的，良好的开端就是成功的一半。澳大利亚和我国的专家对胎教儿童的追访表明，经过胎教的儿童大都性格活泼、爱跳，而且身体健康、聪明好学，有的成为早慧儿童，有的具有艺术等方面的特殊能力。

4 母子一体化胎教

一位妇产科医师所著的一本书中曾经写道：“人类在胎儿时期与母亲连成一气，母亲的心情会影响胎儿的心情。”