

成就孩子人生的资本”系列

聪明孩子

是这样教出来的

成就孩子 **一生聪慧**

的智力修炼全攻略

林夕 杜丽丽 编著



如何激活孩子超强想象力？

如何启迪孩子卓越思考力？

如何开拓孩子无限创造力？

如何让孩子爱上学习？

怎样做才能提高孩子智商，让孩子
变得更聪明？



清华大学出版社

“成就孩子人生的资本”系列

聪明孩子是这样教出来的—— 成就孩子一生聪慧的智力修炼全攻略

林 夕 杜丽丽 编 著

清华大学出版社

北 京

内 容 简 介

开发好孩子的智力是提升孩子智商的关键,决定着孩子未来的聪慧程度,影响孩子未来的升学和就业,关乎孩子一生的幸福。

本书围绕孩子智力开发问题,荟萃了中外近年来有关孩子智力开发的研究成果,从影响孩子智力开发的各种因素到如何对孩子智力进行早期开发、科学开发,以及如何针对孩子想象力、创造力、思考力、分析力、判断力等进行开发和提升,作了较为系统、全面的阐述,为家长提供了许多科学、有效的具体方法。

本书内容涉及面广,阐述深入浅出,是为关心孩子智力开发的家长们提供的既有一定理论基础,又有一定可操作性、通俗易懂的参考读物。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

聪明孩子是这样教出来的——成就孩子一生聪慧的智力修炼全攻略/林夕,杜丽丽编著.
—北京:清华大学出版社,2015

(“成就孩子人生的资本”系列)

ISBN 978-7-302-30024-3

I. ①聪… II. ①林… ②杜… III. ①智力开发—儿童教育—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 211532 号

责任编辑:杨作梅

装帧设计:杨玉兰

责任校对:周剑云

责任印制:李红英

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编:100084

社总机:010-62770175

邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

课 件 下 载: <http://www.tup.com.cn>, 010-62791865

印 装 者:清华大学印刷厂

经 销:全国新华书店

开 本:169 mm×230mm 印 张:16.25

字 数:260 千字

版 次:2012 年 10 月第 1 版

印 次:2015 年 3 月第 2 次印刷

印 数:1 ~ 5000

定 价:32.00 元

产品编号:046506-01



序

每个孩子都有天才的潜质

在竞争日益激烈的今天，在孩子大脑发育的关键阶段，年轻父母们该如何运用最科学的方法、最有效的手段，在日常生活中促进、培养孩子智力的成长呢？

有关科学研究表明，人的大脑在孩童时期发展最快，长大之后就定型了。因此，要让孩子拥有一个聪明的头脑，越早对孩子进行智力开发越好。许多成功的家案例都无一例外地告诉我们，孩子的智力完全可以在孩童时期有计划、有针对性地培养起来。

开发孩子的智力需要讲究方法和技巧，如果滥开滥发，就会造成难以弥补的后果。世界上望子成龙、望女成凤的父母千千万万，他们也都很清楚早期教育、开发智力的重要性。但是并不是每个孩子的教育都有效果。

因此，开发孩子的智力一定要注意遵循科学规律，即一定要把握孩子智力开发的关键期，父母应该有步骤、按顺序地对孩子的智力进行开发，这样才能使孩子的智力得到很好的发展，使孩子的大脑发育更加完善，从而提高孩子的学习成绩。

父母们都明白早期智力开发对孩子的重要性，甚至不惜花费一切时间和精力为孩子进行智力开发投资，但是收效甚微，甚至适得其反。开发孩子的智力一定要遵循科学的规律，尤其是早期教育是一项艰巨、复杂的工作，父母必须具有相当的耐心，不能半途而废，否则，孩子的智力开发难以取得成功。

正确的早期智力开发并不是指让孩子拥有更多的知识，而是激发孩子的创造力，让孩子的精神品质得到提高。幼儿期是人类能力与非智力心理素质综合

发展的关键期，这一时期的智力开发得当，将使孩子的智力结构获得最佳的发展。科学研究表明，把握孩子智力发展的关键期，许多智力平常的孩子也可以得到智力超常的发展。

作者在本书中为父母们揭开了孩子智力发育过程中的层层面纱，如智力发育的规律、潜能的开发、各种能力的培养等多方面的内容。同时，本书还从生动的案例，条理清晰的理论知识，以及相应的指导建议等多角度入手，全方位研究提高孩子智能的方法。

本书从孩子不同的智力发育阶段入手，以孩子自身的身心特点、生活经历、饮食习惯、能力训练、潜力开发以及误区的规避等知识为基础，指导年轻的父母们在孩子逐渐成长的过程中，如何科学合理地育儿，如何为孩子制定最完美的智力开发策略，如何不让孩子输在起跑线上。

本书由认知智商、智力开发关键期、脑潜能开发、观察能力、想象能力、思维能力、记忆能力、注意能力、创造能力、表达能力、判断能力、学习能力十二个章节展开，全面、透彻地为孩子的整个智力开发阶段提供了系统的理论及实践指导。文字通俗易懂，理论深入浅出。

相信父母们一定能从中受到启发，并培养出聪明、伶俐的孩子。

编者

目录

第一章 了解智力的科学常识，为 开发孩子智力做好准备 1

智力好，智商才会高 2

【亲子案例】 2

【案例解析】 2

【专家给父母的建议】 3

孩子智力测试的高低不是绝对的 4

【亲子案例】 4

【案例解析】 5

【专家给父母的建议】 6

开发智力并非越早越好 7

【亲子案例】 7

【案例解析】 8

【专家给父母的建议】 8

遗传并非孩子智力水平的全部 10

【亲子案例】 10

【案例解析】 10

【专家给父母的建议】 11

良好成长环境是孩子智力发育的

土壤 12

【亲子案例】 12

【案例解析】 13

【专家给父母的建议】 14

教育细节影响孩子智力发育 15

【亲子案例】 15

【案例解析】 15

【专家给父母的建议】 16

第二章 0~3岁，抓住孩子智力 发展的关键期 19

0~3岁是智力开发的最好时机 20

【亲子案例】 20

【案例解析】 20

【专家给父母的建议】 20

宝宝启智从0岁开始 22

【亲子案例】 22

【案例解析】 23

【专家给父母的建议】 23

0~1岁宝宝智力小测试 25

【亲子案例】 25

【案例解析】 25

【专家给父母的建议】 26

2岁接触电脑与电视不利智力

开发 27

【亲子案例】 27

【案例解析】 28

【专家给父母的建议】 28

1~3岁宝宝不可缺少的自我塑造 30

【亲子案例】 30

【案例解析】 30

【专家给父母的建议】 31

2~3岁宝宝的逻辑引导与情绪

控制 33



【親子案例】	33
【案例解析】	33
【專家給父母的建議】	34
早教誤區早知道	35
【親子案例】	35
【案例解析】	36
【專家給父母的建議】	36

第三章 認識大腦，做好孩子大腦的潛能開發和保健.....39

認識孩子大腦的發育原理	40
【親子案例】	40
【案例解析】	40
【專家給父母的建議】	41
保護大腦就是最好的開發	43
【親子案例】	43
【案例解析】	43
【專家給父母的建議】	44
孩子左右腦開發不相同	45
【親子案例】	45
【案例解析】	46
【專家給父母的建議】	46
大腦潛能與潛意識的力量	48
【親子案例】	48
【案例解析】	49
【專家給父母的建議】	49
孩子天資的潛力開發“三部曲”	51
【親子案例】	51
【案例解析】	52
【專家給父母的建議】	52
食物是孩子最好的補腦良藥	54

【親子案例】	54
【案例解析】	54
【專家給父母的建議】	55
腦開發不是孩子智力提高的全部	56
【親子案例】	56
【案例解析】	57
【專家給父母的建議】	57

第四章 培訓觀察力，訓練孩子認知的精準度.....61

成功需要一雙善于發現的眼睛	62
【親子案例】	62
【案例解析】	62
【專家給父母的建議】	63
為孩子找出不善于觀察的原因	65
【親子案例】	65
【案例解析】	65
【專家給父母的建議】	66
不要干擾孩子的探索欲	67
【親子案例】	67
【案例解析】	67
【專家給父母的建議】	68
幫孩子一起觀察	70
【親子案例】	70
【案例解析】	70
【專家給父母的建議】	71
鼓勵孩子親自體驗	73
【親子案例】	73
【案例解析】	73
【專家給父母的建議】	74
視覺訓練鍛煉孩子觀察力	76

【亲子案例】	76
【案例解析】	76
【专家给父母的建议】	77
图画提升孩子的观察情趣	78
【亲子案例】	78
【案例解析】	79
【专家给父母的建议】	79

第五章 点燃大脑，激活和解放孩子的想象力

想象力，推动世界前进的动力	84
【亲子案例】	84
【案例解析】	85
【专家给父母的建议】	85
保护好孩子的想象力	87
【亲子案例】	87
【案例解析】	87
【专家给父母的建议】	88
鼓励孩子大胆去想象	90
【亲子案例】	90
【案例解析】	90
【专家给父母的建议】	91
联想训练让想象力提高有法可循	92
【亲子案例】	92
【案例解析】	93
【专家给父母的建议】	94
感性故事点燃孩子大脑	95
【亲子案例】	95
【案例解析】	96
【专家给父母的建议】	96
用艺术激发孩子想象力	98

【亲子案例】	98
【案例解析】	98
【专家给父母的建议】	99
游戏激发孩子想象力	101
【亲子案例】	101
【案例解析】	101
【专家给父母的建议】	102

第六章 培养、加深、拓宽孩子的思维能力

思维训练开启智慧之门	106
【亲子案例】	106
【案例解析】	106
【专家给父母的建议】	107
科学思维要掌握好时机	108
【亲子案例】	108
【案例解析】	109
【专家给父母的建议】	109
独立思考，孩子思维养成的基础 ...	111
【亲子案例】	111
【案例解析】	111
【专家给父母的建议】	112
学习分类法使孩子思维更深刻	114
【亲子案例】	114
【案例解析】	114
【专家给父母的建议】	115
建立孩子的数字概念	117
【亲子案例】	117
【案例解析】	117
【专家给父母的建议】	118
空间概念，孩子思维训练不可少 ...	119





【亲子案例】 119

【案例解析】 120

【专家给父母的建议】 120

语言是思维能力开发的最好工具 123

【亲子案例】 123

【案例解析】 123

【专家给父母的建议】 124

第七章 运用科学方法锻炼孩子

超凡的记忆力 127

记忆力开启智力的钥匙 128

【亲子案例】 128

【案例解析】 128

【专家给父母的建议】 129

直观形象记忆法，在身心愉悦中

训练 130

【亲子案例】 130

【案例解析】 131

【专家给父母的建议】 131

运用联想开拓孩子的记忆力 133

【亲子案例】 133

【案例解析】 134

【专家给父母的建议】 134

增强孩子理解力有益大脑记忆 136

【亲子案例】 136

【案例解析】 136

【专家给父母的建议】 137

目标记忆法明确记忆目标 138

【亲子案例】 138

【案例解析】 139

【专家给父母的建议】 139

强化记忆法使记忆更牢固 141

【亲子案例】 141

【案例解析】 141

【专家给父母的建议】 142

食品疗法增强孩子的记忆力 144

【亲子案例】 144

【案例解析】 144

【专家给父母的建议】 145

第八章 提升孩子注意力，让孩子

变得更专注 147

注意力对智力开发很重要 148

【亲子案例】 148

【案例解析】 148

【专家给父母的建议】 149

明察秋毫，分析孩子注意力 151

【亲子案例】 151

【案例解析】 151

【专家给父母的建议】 151

积极目标的力量能培养注意力 153

【亲子案例】 153

【案例解析】 154

【专家给父母的建议】 154

好的自控能力有助于注意力的

提升 156

【亲子案例】 156

【案例解析】 156

【专家给父母的建议】 157

排除内心干扰更宜注意力集中 158

【亲子案例】 158

【案例解析】 159

【专家给父母的建议】	159	【案例解析】	180
舒适的环境, 对孩子很重要	161	【专家给父母的建议】	180
【亲子案例】	161	培养孩子动手能力能促进创造力	182
【案例解析】	162	【亲子案例】	182
【专家给父母的建议】	162	【案例解析】	183
在游戏中提升孩子的注意力	164	【专家给父母的建议】	183
【亲子案例】	164	思维定式, 必须打破的樊篱	185
【案例解析】	164	【亲子案例】	185
【专家给父母的建议】	165	【案例解析】	185
第九章 培养创新意识, 唤醒孩子		【专家给父母的建议】	186
的创造能力	167	第十章 能说会道, 培养孩子的	
创新让孩子走向成功	168	语言表达能力	189
【亲子案例】	168	四个阶段——孩子语言发育的必经	
【案例解析】	168	之路	190
【专家给父母的建议】	169	【亲子案例】	190
创新能力的培养越早越好	170	【案例解析】	190
【亲子案例】	170	【专家给父母的建议】	191
【案例解析】	171	让孩子“说”出他们的想法	192
【专家给父母的建议】	171	【亲子案例】	192
理解创新教育内涵, 培养孩子		【案例解析】	193
的特质	173	【专家给父母的建议】	193
【亲子案例】	173	为孩子创造良好的语言环境	195
【案例解析】	174	【亲子案例】	195
【专家给父母的建议】	174	【案例解析】	195
创新灵感需要孩子会动脑	176	【专家给父母的建议】	196
【亲子案例】	176	敏锐的思维是孩子语言培养的	
【案例解析】	177	关键	197
【专家给父母的建议】	177	【亲子案例】	197
创新素质与技巧一个都不能少	179	【案例解析】	198
【亲子案例】	179	【专家给父母的建议】	198

读写能力训练,培养孩子语文

素质 200

【亲子案例】 200

【案例解析】 201

【专家给父母的建议】 201

游戏中训练孩子的巧舌如簧 203

【亲子案例】 203

【案例解析】 203

【专家给父母的建议】 204

孩子能说会道不等于胡说八道 206

【亲子案例】 206

【案例解析】 206

【专家给父母的建议】 207

第十一章 享受推理快感,训练孩子的分析与判断能力 209

动作思维时期的逻辑推理思维

训练 210

【亲子案例】 210

【案例解析】 210

【专家给父母的建议】 211

形象思维过渡阶段的逻辑推理

思维培养 213

【亲子案例】 213

【案例解析】 213

【专家给父母的建议】 214

抽象逻辑思维萌芽时的潜能开发 215

【亲子案例】 215

【案例解析】 216

【专家给父母的建议】 216

推理训练同样是思维训练 218

【亲子案例】 218

【案例解析】 218

【专家给父母的建议】 219

从生活细节入手培养孩子的推理

习惯 220

【亲子案例】 220

【案例解析】 221

【专家给父母的建议】 222

判断力让孩子成为有主见的人 223

【亲子案例】 223

【案例解析】 224

【专家给父母的建议】 224

正确的推理,离不开准确的分析 ... 226

【亲子案例】 226

【案例解析】 226

【专家给父母的建议】 227

第十二章 激发求知欲,打造孩子的
自主学习能力 229

孩子应该懂得学习的意义 230

【亲子案例】 230

【案例解析】 230

【专家给父母的建议】 231

激发孩子的求知欲 233

【亲子案例】 233

【案例解析】 233

【专家给父母的建议】 234

学习从孩子的爱好开始 235

【亲子案例】 235

【案例解析】 236

【专家给父母的建议】 236

妥善处理孩子的每一个问题238

【亲子案例】238

【案例解析】238

【专家给父母的建议】239

书籍包围孩子，创造好氛围240

【亲子案例】240

【案例解析】241

【专家给父母的建议】241

学习是一种习惯243

【亲子案例】243

【案例解析】244

【专家给父母的建议】244

体验成功，孩子才会更爱学246

【亲子案例】246

【案例解析】246

【专家给父母的建议】247

第一章

了解智力的科学常识， 为开发孩子智力做好准备

智力是以抽象思维能力为核心的多种认识能力的综合，包括观察力、注意力、记忆力、思维力、想象力、创造力以及动手能力和语言能力。这些能力反映了智力的侧面，同时又构成了智力的整体。

这个世界上存在着很多神童，大多数人认为他们具有与生俱来的天分，其实不然，看似超于常人的神童只是早期智力开发的结果而已。可见，早期智力开发对孩子的重要性。





智力好，智商才会高

【亲子案例】

“张姐，您知道我和老公当年都是学校的高材生，智商都不算低，那孩子还有没有必要现在就开始接受早教训练呢？这智力开发和智商是一回事儿吗？”此时刚刚跨入孩子妈妈行列的小兰，正在向已经有两个孩子的张姐请育儿经验。

“小兰啊！这下你可难倒我了。我们那年代养孩子，生下来就由家里的老人给带着，我每天除了上班还是上班。我也想知道，这智力开发和智商是不是一回事儿呢？等将来有孙子的时候，也好给出主意呢……”

【案例解析】

孩子的智力和智商完全是两个不同的概念。

智力指的所有生物中一般性的精神能力。对于人类来说，就是认识和理解客观事物并运用自身的知识与经验等来解决问题的一种能力，也被称为智慧或是智能。

智商也就是我们平时所说的 IQ。它是心理学中智力测验时的术语，即：智力的商数。

科学家将智商分为两类，一种为比率智商，即： $\text{智力年龄} + \text{实足年龄} = \text{智力商数}$ 。若是孩子的智龄与他的实龄相等，智商为 100，智力水平为中等；另一种为离差智商，即将一个人的测验分数与同龄组的正常人智力平均数的比值作为智商。现在的智力测验大多采用后者。

对一个人而言，决定智力的因素会有很多，如记忆力、反应快慢、创造力、思维能力等；而智商通常是对智力年龄与实际年龄的比较。

在孩子的智力开发过程中，家长的智商并不是孩子智力水平的决定因素。父母的遗传基因就像是一份未经发现的矿藏，只有通过恰当、合理的开发与使用，才能发挥其真正的价值。

所以对于妈妈来说，及早认识智力与智商的区别，并给孩子正确的早期教育，对孩子的智力开发而言有益而无害。

【专家给父母的建议】

建议一：知道孩子智商的正常值

自从智力测验出现以来，发现人与人之间的智力差别也变得越发容易。而这对于教子心切的家长们来说，无疑是在“望子成龙，望女成凤”的路上，又多出了一条发现之路。

张明妈带着张明去相关机构做了智力测试后产生了一个困惑，因为测试结果表明张明的智商水平在 80，而有的孩子的测试结果却达到了 90 多，这让她不禁怀疑，是不是自己孩子的智力水平比别的孩子低呢？

关于智商多少算正常值，专家们早得出了结论：智商极高者(IQ 在 130 分以上)和智商极低者(IQ 在 70 分以下)都为少数，而智力中等或是接近中等者(IQ 在 80~120 分)占了全部人口的 80%。

综上所述，张明的智力水平在同龄孩子之间是非常正常的。

建议二：了解智力的构成要素

要素一：观察力，它是指孩子的大脑对外界事物进行观察的能力，孩子大多通过观察来发现一些新奇的事物，在观察的过程中他们会对声音、气味等作出全新的认知，以此来提高对事物本质的认识。

要素二：注意力，它是孩子的心理活动指向和全身心注意某一事物的能力，若是一个孩子能全身心玩一个玩具而不被外界干扰，那就说明它有很强的注意力。

要素三：记忆力，它是孩子识记、保持、并再认识与重现一个客观事物的能力。

要素四：思维力，它是孩子的大脑对一些客观事物进行间接的、概括的反应能力，也就是他的分类归纳能力。

要素五：想象力，它是孩子在已经有的形象的基础上，再思考创造出新形象的能力，而这需要孩子在积累了一定的知识基础上才能完成。

成就孩子一生聪慧的智力修炼全攻略

对于上述关于构成智力的因素进行简单了解，能让家长们在对孩子智力的开发上有进一步的认识，并更有针对性。

建议三：懂得制约智力的客观条件

正如很多文章中所说，遗传基因是智力水平发展的前提。一个好的遗传条件会为智力的发展提供更好的基础与自然条件。遗传关系的密切程度会直接影响个体间的智力水平。

赵娜的爸爸妈妈都经常以访问学者的身份外派出国，所以他们总是把赵娜寄养在乡下的奶奶家里，想等孩子长大后再送她出国。

他们在对赵娜的教育问题上所秉承的态度就是：赵娜的遗传基因很好，所以从小就应该对赵娜进行放养式教育，根本就不需要学前教育和其他的辅助教育手段，毕竟在他们小的时候就没有受过所谓的学前教育或是做过什么智力开发，而他们同样也成为了人才……

其实他们并不知道，所谓有遗传不过是为孩子智力的发展提供了可能性，要想将这种可能性变为现实，还需要家长、学校、社会 and 自身的多种努力才可以实现。

科学家们早就研究出，孩子越是在早期阶段获得越多经验，那么他的智力发展也就越快。与此同时，教育和教学、社会实践和主观的努力，都可能改变先天智力水平上的差异。所以在对孩子的教育问题上，父母们不应该忽视智力发展的客观规律，而应该顺其规则帮助自己的孩子顺利成长。

孩子智力测试的高低不是绝对的

【亲子案例】

李晶的爸爸妈妈商量该不该带着李晶去测测智商？

李晶妈说：“我还是希望能带着李晶去测一下智力水平，这样对今后我们如何对她进行教育会有非常大的帮助，更何况我身边的许多家长都给孩子做过这样测试了。”

“我可不想带宝贝女儿做这种测试，”李晶爸回答，“这种测试就像是给孩

子贴上了一张标签！万一我们的宝贝测试不及格，难道我们就不认真教育她了吗？其实这种测试，无论结果好坏，都会在我们的心里留下阴影的，难道觉得这样就是对李晶好吗？”



【案例解析】

现实生活中，在该不该给孩子做智力测试这个问题上，很多妈妈都存在着这样的困惑。到底什么样的孩子该接受一些智力相关方面的测试呢？

从理性的角度来说，通过较为科学的测试能让妈妈尽早地了解孩子的智力水平，并正确地认识到孩子的优势与弱势在哪里，万一发现孩子的智力水平不正常，还能够及早地进行治疗。可是若换一个角度想，人不同于物，若是过早地给孩子的智力发展套上这样或那样的条条框框，那么将来必然会影响到孩子正常的生活。

哈佛大学教授霍华德·加德纳指出：人类的智能仅通过一两个简单的智商测定是根本不能反映出孩子在各方面的才智情况的。更何况每个孩子的智力发展速度是不一样的，智力结构也不同。妈妈若不能对智力测验有正确的认识，最好不要查。

当然，若是孩子在学习、生活中出现孤僻、胆小和成绩特别差或是极度偏科等现象，妈妈可以带孩子做智商测试，这样更有利于相关专家对孩子欠缺的部分作专门的培养和训练；若是孩子在生活中出现了超常的智力或行为表现，妈妈也可以带孩子做相关智商测试。