



风靡世界的经典幼儿教育方案
20世纪西方最卓越的儿童启蒙教材



3岁前是孩子学习、成长的关键期，这个时候的教育、学习决定其一生
What Dr. Montessori Knows, and You Don't

3岁决定 孩子的一生

英国政府发表教育白皮书指出：从4—5岁才开始的儿童教育已经太迟了，假如不加强3岁前的教育，就无法保证孩子未来的健康成长。

[意大利] 玛丽亚·蒙台梭利(Maria Montessori)/著 马琴 韩明媚/编译

《纽约时报》、亚马逊网重量级畅销书

朝华出版社

3岁前是孩子学习、成长的关键期，这个时候的教育、学习决定其一生
What Dr. Montessori Knows, and You Don't



3岁决定 孩子的一生

[意大利] 玛丽亚·蒙台梭利(Maria Montessori)/著

马琴 韩明媚/编译

图书在版编目 (CIP) 数据

3岁决定孩子的一生/ (意) 蒙台梭利著; 马琴译.

北京: 朝华出版社, 2007. 5

ISBN 978 - 7 - 5054 - 1588 - 1

I. 3… II. ①蒙…②马… III. 儿童教育: 家庭教育
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 058554 号

3岁决定孩子的一生

作 者 [意大利] 玛丽亚·蒙台梭利
译 者 马 琴 韩明媚

出 版 人 郭林祥
责任编辑 王 磊 钟一丹
特约编辑 王 剑
责任印刷 赵 岭
封面设计 刘大毛

出版发行 朝华出版社
社 址 北京市车公庄西路 35 号 邮政编码 100044
电 话 (010) 68433188 (总编室) 68433141 (编辑部)
(010) 68413840 68433213 (发行部)
传 真 (010) 88415258 (发行部)
投稿信箱 zhhbook@126.com
印 刷 河北大厂回族自治县彩虹印刷有限公司
经 销 全国新华书店
开 本 710×1040 毫米 1/16 字 数 130 千字
印 张 13
版 次 2007 年 5 月第 1 版 2007 年 5 月第 1 次印刷
装 别 平
书 号 ISBN 978 - 7 - 5054 - 1588 - 1
定 价 25.00 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换

目 录

第一章 为什么“3岁决定一生” 1

常言说：“3岁看大，7岁看老。”这句话并非空谈，科学研究显示，在成长的过程中，一个孩子3岁之前的生长发育会影响其一生的发展变化。身为家长，只有把握好3岁黄金期，我们的孩子才会按照其本身的特点和潜能健康成长。

- 1. 3岁看老的科学依据 2
- 2. 最大开发大脑潜能的关键期 4
- 3. 3岁是学习的关键期 5
- 4. 孩子的身高取决于3岁 7
- 家庭育儿小提示：培养自信宝宝的10条秘诀 8

第二章 生命的诞生 11

科学研究发现，在一个孩子的成长经历中，婴儿时期是非常重要的。在这段时期孩子所遭遇到的负面经历将会影响其一生的发展。

- 1. 新生儿的困惑 12
- 2. 新生命的神秘本能 16
- 3. 自由精神世界的塑造 18
- 家庭育儿小提示：婴儿的各种条件反射 23

第三章 探寻婴儿的精神世界 25

很长时间以来，人们都没有意识到儿童本身具有一种积极的精神生活，只是儿童没有表现出来，他们只是在成长的过程中潜移默化地在改变和完善着自我。作为母亲要用伟大的母爱呵护孩子心灵，并为其创造充满爱的健康成长环境。

1. 本能的秘密所在 26
2. 用爱呼唤心灵 32
- 家庭育儿小提示：育儿的9个要点 35

第四章 抓住生命之初的敏感期 37

孩子拥有一种令人难以想象的力量，如果儿童在敏感期没有按他的敏感性指令行事，他将永远丧失这种天赋的力量。

1. 孩子也会敏感 38
2. 这个世界应该是有秩序的 43
3. 开启语言之门 49
4. 孩子智力的发展 53
5. 性格的形成 60
- 家庭育儿小提示：引起幼儿心理障碍的原因 65

第五章 关注孩子的言行举止 67

孩子之所以会走路并不是自然而然的事情，而是通过学习才获得的。对孩子来说，学会走路是孩子一生的重大转折，因为在这个过程中他从一个不能自助的人变成了一个积极主动的人。

1. 孩子学习语言的过程 68
2. 关于行走 70
3. 运动 72

4. 手巧才会心灵	74
5. 行动的节奏感	77
6. 自由练习和选择	78
家庭育儿小提示：训练婴儿语言的基本方式	80

第六章 孩子的自我需求 81

孩子就是上帝派给我们的天使，我们要让他们感觉到爱。懂得爱，有了爱的力量，他们才会更加热爱生活，珍惜生活。

1. 爱的力量	82
2. 孩子们的工作	83
3. 模仿的准备工作	84
4. 从发现到把握	85
家庭育儿小提示：幼儿的 5 种重要品质	87

第七章 影响孩子成长的非健康因素 89

一个人不可能被微不足道的东西引入歧途，正是因为成人盲目的爱和帮助，那些毫无意识的心理畸变影响了孩子的成长。

1. 缺乏心灵需求的心理神游	90
2. 别让孩子太依靠你	92
3. 自私的占有欲	93
4. 缺乏认可和赞扬的自卑感	94
5. 缺乏适当援助的恐惧感	96
6. 各种隐瞒真相的谎言	98
7. 难管制的富家子弟	100
家庭育儿小提示：9 种溺爱影响孩子健康成长	103

第八章 审视孩子的教育 105

我们可以把教育孩子比作培育鲜花,通过适宜的照管,园艺家能够改良花的香味、色彩和其他特性。在教育孩子的过程中,我们可以看到孩子的心灵摆脱了障碍的束缚,按照本性不断发挥潜能。

1. 新型的教育方式 106
2. 教育孩子的方法 108
3. 自然教育 110
- 家庭育儿小提示: 4 种亲子互动操 114

第九章 成人的责任 115

成人经常说:“我们已经尽了最大努力,我们热爱我们的儿女,为了他们,我们甚至牺牲了自己的幸福。”表面上他们虽然在为自己辩护,其实内心充满了矛盾。

1. 成人的错误 116
2. 成人与孩子产生矛盾的结果 118
3. 老师的准备工作 119
- 家庭育儿小提示: 教你激发女孩潜质的 6 个招数 122

第十章 了解并爱孩子 123

孩子的到来给了我们一个全新的感觉,他们可以帮助大人上进。如果大人不愿意去尝试就会遭致失败,就会慢慢变得顽固起来,最后甚至会麻木不仁。

1. 谁是爱的启蒙老师 124
2. 3 岁分水岭 126
3. 让孩子成为自己的主人 130
4. 让孩子回归自然状态 136

5. 天才的秘密	140
家庭育儿小提示：天才宝宝的 5 种迹象	143

第十一章 做孩子的精神向导

当孩子能够自由地选择自己喜欢的东西，而且全神贯注使用这些东西的时候，他就能明显地感受到一种愉快的心情，而且能体会到这种练习对他的身体是有好处的。

1. 孩子注意力的培养	146
2. 不可缺少的意志力	155
3. 想象力的培养	163
4. 纪律与自由	169
家庭育儿小提示：父母常犯的 10 个错误	180

第十二章 “儿童之家”的教学方法

如果没有经过指导，孩子的运动就会显得混乱不堪，而混乱本身就是小孩子的特性。实际上，孩子正是通过这种方式来培养自己的运动神经和协调能力的。

1. 培养运动神经	182
2. 生活实践练习	185
3. 算术入门	188
家庭育儿小提示：家教的 4 种暗示方法	196

第一章

为什么“3岁决定一生”

1. 3岁看老的科学依据
2. 最大开发大脑潜能的关键期
3. 3岁是学习的关键期
4. 孩子的身高取决于3岁

常言说：“3岁看大，7岁看老。”这句话并非空谈，科学研究显示，在成长的过程中，一个孩子3岁之前的生长发育会影响其一生的发展变化。身为家长，只有把握好3岁黄金期，我们的孩子才会按照其本身的特点和潜能健康成长。

1. 3岁看老的科学依据

科学研究显示，一个人出生时脑重量为370克，第一年末时，婴儿脑重接近成人脑重的60%，到第二年末时，约为出生时的3倍，约占成人脑重的75%，到3岁时，婴儿脑重已接近成人脑重的范围，以后发育速度就变慢了。所以孩子在出生后2~3年内，无论在生理和心理方面，良好的育儿刺激对脑力的功能和结构都有重要的影响。

1980年，英国伦敦精神病学研究所教授卡斯比同伦敦国王学院的精神病学家们进行了试验观察。研究者们选定的研究对象是当地的1000名3岁幼儿。测试结果表明，这些孩子分为充满自信、良好适应、沉默寡言、自我约束和坐立不安5大类。

2003年，当这些孩子长到26岁时，卡斯比等人再次与他们进行了面谈，并且对他们的朋友和亲戚进行了调查。结果如下：

表现类别	占有比率	幼年时的表现	成年的后表现
充满自信	28%	活泼热心，为外向型性格。	性格开朗、坚强、果断，领导欲较强。
良好适应	40%	自信、自制，不容易心烦意乱。	到26岁时，他们的性格与幼年时期相比没什么变化。
沉默寡言	8%	性格沉默，言语较少。	他们要比一般人更倾向于隐瞒自己的感情，不愿意去影响他人，不敢从事任何可能导致自己受伤的事情。
坐立不安	10%	行为消极，注意力分散等。	与其他人相比，这些人更易于对小事情做出过度反应，容易苦恼和愤怒。熟悉他们的人对其评价多为：不现实、心胸狭窄、容易紧张产生对抗情绪。
自我约束	14%	自我约束力强，不轻易被外界干扰。	长大后的性格也和小时候一样。

卡斯比教授对以上试验结果进行了总结，并在2005年发表报告说，3岁幼童的言行就可以预示他们成年后的性格。这一报告为“3岁看老”的说法提供了强有力的证据，在国际育儿学术界引起了轰动。

卡斯比教授还指出，在孩子的幼年成长中，父母和幼儿园老师担当着不可忽视的重任，他还认为，虽然一个人的性格到成年后会随着阅历和各种教育方式的影响而发生改变，但这要看孩子在什么样的环境下成长，若是父母、老师和社会各界人士给予正确的引导，那孩子未来的发展走向就比较乐观，反之亦然。

2. 最大开发大脑潜能的关键期

脑科学和生命科学的最新研究表明：儿童的脑细胞组织到3岁就已经完成了60%，这时期的儿童脑部具有天才般的吸收能力。出生之后的最初几年是脑发育的关键时期，因此开发大脑潜能，必须尽早。我们知道，出生时人脑有1000亿个神经元，之后不再增加。刚出生孩子的大脑共有50亿突触，出生后第一年，突触数目会增加20倍；3岁时大脑大小即是成人的80%；4岁时，脑的代谢达到高峰，脑逐渐成熟，对能量的利用也更有效。这一年龄的孩子之所以会不停地动，是因为他们的大脑在不断获得信息，耗脑量比较大，需要的营养比成人要多，身体发育同时也加快。

美国科学家利用“正电子发射计算体层摄影”技术，对幼儿早年大脑的发育进行扫描观察，发现孩子在出生之后，由于视、听、触觉所接受的信号刺激，脑神经细胞之间迅速建立联系的速度远远超出了人们的想象。而且研究表明，3岁以后，大脑的复杂性和丰富性已基本定形，并且停止了新的信息交流，这时大脑的结构就已经牢固形成。虽然这并不意味着大脑的发育过程已经完全停止，但就如同计算机一样，硬盘已格式化完毕，就等待编程了。

正因为如此，孩子幼时的生活经历将会极大地影响大脑神经细胞之间的联系程度。在一个充满忧虑和紧张气氛的家庭里长大的孩子，要比在充满爱心，欢乐气氛的家庭里长大的孩子处理问题的能力差，而且很容易被自身的感情压垮。相反，那些生活在充满爱心的环境里的婴儿则会与环境频繁地进行交流，能促进额叶前部的循环，这样就增加了以后对精神疾病和其他疾病的抵抗力。

3. 3岁是学习的关键期

所谓的“关键期”，是指最易学会和掌握某种知识技能、行动动作的特定年龄时期。这一名词是由奥地利动物学家劳伦兹在动物心理实验研究中提出来的。它的提出为早期教育奠定了一定的理论基础，它表明在关键期对孩子进行及时的教育，孩子学起来容易，学得快，能够收到事半功倍的效果，但如果错过关键期再去学，就要花费很多的精力和时间，事倍功半。

美国著名心理学家南希·贝莱博士几年来潜心研究、观察了婴儿的发育、发展，她在《幼儿发展研究》一书中列出了以下8个线索，以提醒父母注意婴儿智力的正常发展。

第一，当某样东西掉落到地板上时，6个月的婴儿会顺着下落的方向看去；

第二，当需要得到满足时，6个半月的婴儿，会发出表示满意的声音；

第三，7个多月时，婴儿会冲着镜子中的影象微笑，还能去寻找落地的东西；

第四，8个半月时，婴儿会和成人一起玩诸如藏猫猫、拍拍手等简单的小游戏，也会倾听熟悉的词；

第五，9个多月时，婴儿会自己动手玩弄一些小物件，也能理解某些词的含义；

第六，10个多月时，婴儿会模仿成人把积木放入盒中，若看到别人把玩具包起来，就不会去拆开；

第七，11个多月时，会模仿词的发音；

第八，12个多月时，会讲几个单词。

法兰克福大学的心理学家莫妮卡·克诺夫认为，婴儿的智力出乎人们的意料。婴儿能够用眼睛跟着做简单的数字游戏。克诺夫说：“我们给婴儿看不同数量的点。最初他们注视着两个点，等到熟悉了以后就开始失去兴趣。但当我们接着展示第3个点时，他们的兴趣又来了。”他对13~14个月大的婴儿早期对复杂事物的长时间记忆能力进行了研究，也获得了出乎意料的发现，如婴儿能够把用以前从未见过的玩具做出的复杂动作记住长达半小时之久，甚至还能模仿这些动作。

从上面的线索和实验中，我们可以看出，0~3岁是儿童大脑高速发展的时期，是儿童多方面能力（感知觉、记忆、思维、个性等）发展的关键期。

那么，孩子学习的关键期是怎样的呢？

◆ 出生后6个月，是婴儿学习咀嚼和吃干食物的关键期。2~3岁是计数能力（口头数数、按物点数、按数点物、说出总数）发展的关键期。2~3岁是学习口头语言的第一个关键期，5岁左右是口头语言发展的第二个关键期。

◆ 2岁半~3岁半是教育孩子遵守行为规范的关键期。

◆ 3岁左右是培养其独立生活能力的关键期。

早年的印度“狼孩”卡玛拉被人发现时已有7岁多，身上毫无正常儿童的特征，没有语言能力，不能直立行走，更不会与人交际。重返人间后经过长达6年的专业人员的护理，也才学会走路，到17岁时才学会十几个单词，智商只有4岁孩子的水平。这个事实表明如果错过了孩子学习关键期的教育时机，将造成不可逆转的后果。美国心理学家布鲁姆通过研究指出，如果把人在17岁时测得的智力定为100%，那么其中50%在3岁前发生，因此，父母在

对孩子进行早期教育时，一定要抓住关键期。

4. 孩子的身高取决于3岁

除了智力发展和学习能力之外，孩子生理发展的基础基本上也是在3岁之前奠定的。

科学研究显示，婴幼儿时期、青春期，是人长高的两个高峰期。人自出生至成年体格的长成，其生长速度不是匀速的，出生至2岁时共长28厘米，其中在4个月以前、5~12个月、1~2岁这3个年龄段各完成1/3。2岁前营养对生长的影响远超过遗传因素，年龄越小越是如此。2岁后至青春期前每年匀速长5~7厘米直至青春期第2次加速。换言之，一个身高170厘米的成人，其身高1/3以上是在出生至2岁形成的。所以说，3岁前如受到营养、疾病或药物等有害因素的影响，其对身高的损害将大大超过3岁后。

许多人认为孩子的矮小是由于生长激素不足所导致的。但事实上，一半以上是孩子在3岁前因直接和间接的因素造成营养不良，导致孩子身高的缺憾。

孩子营养不良，并非是指营养来源匮乏，而是营养供给方式不合理。例如有的家长主张以“精品”喂养，认为吃肉难消化而取其“精华”，用肉汤、肉汁代之；又有人认为蛋白质营养价值高，于是以肉类、蛋、乳等食品为主（总量并不多），而谷类及蔬菜吃得很少；还有很多家长认为自己孩子身高和体重比同年龄的孩子落后，于是跟着广告买各种所谓的“营养品”，结果孩子的身高还是没有改变。

婴儿出生后4~6个月完全依赖母乳喂养可以满足婴儿生长发

育的热能及各种营养物质的需要。在此阶段如添加一口水或其他饮食，婴儿就会少吃一口母乳，还增加了婴儿患腹泻的可能性，从而进一步损害了婴儿身材的发育。

当婴儿4~6个月以后，必须开始添加辅食。长期以来，人们认为辅食可有可无，而且主要以米、面为主，蛋、瘦肉和豆类食品摄入不足。但由于婴儿胃的容量很小，这类粮食类食物很容易使婴儿有饱感，但能量及营养素含量都达不到要求。

研究与实践证实，儿童生长发育所需的热能与营养素如锌、铁等主要来自动物性食物和蔬菜，所以18个月至24个月的婴幼儿如在食物中添加动物性食物的比例提高10%，其身材矮小的发生率则下降2.6%，添加蔬菜水果类食物也可得出相似结果。

总而言之，3岁之前是孩子身高发展的最为关键的阶段，而科学育儿是使孩子健康成长的唯一途径，所以作为成人，千万不要忽视3岁前对孩子营养的供给和其他因素的影响。



家庭育儿小提示：

培养自信宝宝的10条秘诀

1. 每天至少对孩子说一次“我爱你”。
2. 赞扬你的孩子某一件事情完成得很好，无论是家里的事或是托儿所的事都可以。
3. 花一些时间和孩子在一起做做开心小游戏，哪怕几天内加起来的时间只有10或15分钟，但这对孩子来说非常重要。
4. 去看看孩子的舞蹈表演、讲故事比赛等等，妈妈的出现会让孩子知道你对他的关心。

5. 多开展各种家庭活动项目，比如小朋友聚会或全家外出旅游，并让孩子在这些活动中承担某些特殊的任务。

6. 孩子们喜欢别人需要他的感觉。给他们分派任务，如自己整理床或打扫家具，这样孩子会觉得自己很重要。

7. 尽可能创造让孩子阅读的机会，同时要鼓励孩子提问并发表孩子自己对故事的看法和评论。

8. 要让孩子自信，妈妈自己首先要表现得非常自信，避免说一些模棱两可的话，或问其他的人“我这样做可以吗？”

9. 培养孩子的自信心，倾听最重要。孩子有着太多的话要对妈妈说。你的倾听会使孩子认为你很在乎他的观点和看法。

10. 妈妈应履行对孩子许下的诺言，假如你对他们没有实现你的诺言，孩子们会感觉似乎他们自己做错了事情。