



启智
珍藏版

享誉全球、风靡世界的
经典幼儿
教育方案

3岁决定 孩子的一生

捕捉孩子 关键期

云 晓/编著

最权威、最全面、最实用的儿童早期发展指南

所谓“关键期”，是指最易学会和掌握某种知识技能的特定年龄时期。在教育界，也有专家把它称为“敏感期”。孩子的人生不可能重新来过，成长的敏感期一旦错过再也不会重来。

朝華出版社



3岁决定 孩子的一生③

捕捉孩子的敏感期、关键期

云 晓/编著



朝華出版社

图书在版编目(CIP)数据

捕捉孩子的敏感期、关键期 / 云晓编著. —北京 :

朝华出版社, 2014.1

(3岁决定孩子的一生: 启智珍藏版; 3)

ISBN 978-7-5054-3634-3

I. ①捕… II. ①云… III. ①儿童教育-家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第315752号

3岁决定孩子的一生③ (启智珍藏版)

捕捉孩子的敏感期、关键期

作 者 云 晓

选题策划 王 磊

责任编辑 楼淑敏

责任印制 张文东

封面设计 荆棘设计

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街24号 邮政编码 100037

订购电话 (010)68413840 68996050

传 真 (010)88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.blossompress.com.cn

印 刷 三河市三佳印刷装订有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 787mm×1092mm 1/16 字 数 165千字

印 张 15

版 次 2014年3月第1版 2014年3月第1次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-3634-3

定 价 29.80元

为什么说“3岁决定孩子一生”？

古语云：玉不琢，不成器。

同理，子不教，不成材。

那作为父母，我们应该从什么时候开始教育孩子呢？

俄国著名生理学家巴甫洛夫说：“在孩子出生后的第三天开始教育，你就迟了两天。”

相信父母们都听过这样一句俗语：“3岁看大，7岁看老。”这句话并非空谈，科学研究显示，一个孩子在3岁之前（包括3岁左右）所受的教育，会影响到他未来的学习、事业、婚姻、家庭等方方面面，即3岁决定孩子的一生。因此，父母们只有把握好3岁——孩子教育的黄金期，才能把孩子培养成健康、优秀的人才。

● “3岁看大”的科学依据——3岁，决定孩子一生的性格

所谓“3岁看大”，指的是从3岁孩子的心理特点、言行举止，就可以预测出他们成年后的性格。

3岁在孩子的一生中真的会起到如此重大的作用吗？

对此，伦敦精神病学研究所的卡斯比教授曾做了一项长达23





年的实验，实验结果有力地证明了“3岁看大”这一说法，并在当时的教育界引起了世界范围的轰动。

实验是这样的：1980年，卡斯比教授连同伦敦国王学院的精神病专家对1000名3岁幼儿的性格进行了分析，并将他们的性格总结为5种类型：充满自信型、良好适应型、沉默寡言型、自我约束型和坐立不安型。

2003年，当年那些3岁的孩子都已经26岁了，卡斯比教授再次找到他们，分别对他们的性格进行了观察分析，结果发现：

“充满自信型”——小时候他们活泼、热心，性格外向，成年后他们依然开朗，更难得的是，他们中的大多数还坚强、果断，成为了某个小群体的“领导人”。

“良好适应型”——小时候他们自信、自制力强，自己能够很好地解决问题，长大后，他们的性格依然如此。

“沉默寡言型”——当年他们或胆小，或害羞，或不善表达，成年后，他们仍然不愿向别人敞开心扉，他们或多或少在人际交往中存在一定的困难，轻易不敢尝试那些有挑战性的事情，属于地地道道的“默默无闻类”人群。

“坐立不安型”——这种类型的孩子注意力特别容易分散，而且行为消极，长大后，他们极易发火或烦躁。周围人对他们的评价多是：心胸狭窄、脾气暴躁、不好相处，做事易走极端。

“自我约束型”——这类孩子从小就能很好地控制自己的欲望，管住自己的行为，长大后依然如此。

3岁时的性格竟然与成年后的性格如此出人意料地一致，这一结果让卡斯比教授非常震惊，但与此同时，他也更加坚信了对“3岁看老”这一结论的认同。后来，卡斯比教授在他的研究报告中指出，别以为3岁之前的孩子小，什么都不懂，事实上，他们的大脑像海绵一样从周围环境中吸收着成长的营养。也就是说，3岁之



前是孩子性格及能力培养的关键期，这一阶段的孩子处在什么样的成长环境中，接受什么样的教育，就会形成什么样的性格。周围人是暴躁的、愁眉苦脸的，他就会是抓狂的、悲观的；周围人是开心的、积极向上的，他就会是乐观的、进取的。

这就如同老卡尔·威特所打的一个比喻：人如同瓷器一样，小时候就形成了他一生的雏形。幼儿时期所受的教育就好比制造瓷器的黏土，给予什么样的教育就会形成什么样的雏形。

所以，父母一定要抓住孩子3岁之前这个关键期，给孩子一个好性格，给孩子一个好未来！

● 3岁前，孩子大脑潜能开发的关键期

在教育界存在着这样一个法则——“儿童潜能递减法则”，即：随着年龄的增长，儿童身上可供开发的潜能是呈递减趋势的。

针对这一法则，某教育学家曾举了这样一个例子：一个生来具备100度潜在能力的儿童，如果从他一出生就对他进行理想的教育，那么他就可能成为一个具备100度能力的成人。如果从2岁开始教育，即便教育得非常出色，那他也只能成为具备80度能力的成人。而如果从4岁开始教育的话，即使教育得再好，他也只能发挥出60度的能力。也就是说，教育开始得越晚，孩子的潜能开发就越不完善。

近期，脑科学和生命科学的最新研究又为这一法则提供了有力的证据。研究表明：3岁之前是一个人大脑发育的重要时期。一个人出生时脑重只有370克；第一年年末时，婴儿脑重就已经接近成人脑重的60%；第二年年末时，婴儿脑重约为出生时的3倍，约为成人脑重的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。

虽然大脑发育速度变慢并不意味着大脑发育完全停止，但3岁之后的孩童大脑就如同计算机一样——硬盘的容量以及格式几乎



已经定型，剩下的就只等待编程了。

所以，开发孩子的潜能一定要抓住3岁前（包括3岁左右）这个黄金关键期，越早开始，孩子的潜能开发就越充分。

那么，对于那些年龄尚小的幼儿，父母该如何开发他们的潜能呢？

其实，这一年龄段的孩子大脑潜能开发有一个非常重要的前提，那就是——必须处在充满安全感的成长环境之中。

举个简单的例子：有两个幼儿，一个终日生活在争吵、烦闷的成长环境中；一个则在开心、快乐的环境中生活。这两个孩子长大后，哪个智力更高？

当然是后者。

因为幼儿期的生活经历会极大地影响他们的大脑发育，即大脑神经细胞之间的联系。终日生活在争吵、紧张的环境中，孩子处理问题的能力就会变弱，而且不易控制自己的情感。而生活在开心、快乐环境中的孩子，他们更愿意与周围人交流，与人相处及处理问题的能力也相对较强一些。

● 3岁前，孩子一生不可错过的学习关键期

相信父母们在生活中都有这样的经验：

因为从小没有学过音乐，很多孩子终其一生五音不全；

因为小时候没有学过舞蹈，孩子长大后再想学，却发现身体过分僵硬，进而失去了学舞蹈的资格；

因为从小没学过美术，很多孩子对美的事物欠缺深入的感受；

……

这是为什么呢？

因为这些孩子错过了人生最珍贵的学习关键期。上述事实告诉我们，如果错过学习能力发展的关键期，也许就会造成孩子一生都不能弥补的遗憾。



所谓“关键期”，是指最易学会和掌握某种知识技能、行为动作的特定年龄时期。在教育界，也有专家把它称为“敏感期”。在关键期对孩子进行及时的教育，孩子学起来容易，学得也快，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。

意大利著名的女教育家蒙台梭利在长期与儿童的相处中，发现儿童学习的关键期主要集中于0~6岁这一年龄段，其中0~3岁这一年龄段最为集中。

◇ 出生后6个月是婴儿视觉、听觉发展的关键期，同时也是学习咀嚼和吃干食物的关键期；

◇ 1~2岁是肌肉协调能力发展以及学习走路的关键期；

◇ 2~3岁是数数能力以及建立数学思维的关键期；

◇ 2~3岁是学习语言的关键期，同时也是建立时间和空间感的关键期；

◇ 2.5~3.5岁是培养孩子规则意识的关键期；

◇ 3岁左右是培养孩子动手能力以及独立生活能力的关键期。

另外，在医学界有这样一种奇怪的现象：先天性白内障失明的患儿，如果超过5岁做手术，虽然可获得视力，却不会辨认东西。这是因为眼睛看到东西后，视觉信息虽进入大脑，但大脑已失去将信息变成图像的能力。

这个医学事实再次证明，0~3岁是孩子学习能力发展的关键期，在这一阶段，如果父母不及时开发或培养孩子的某项能力，孩子的潜能也许就会永远被埋没。

所以，父母在对孩子进行早期教育时，一定要抓住3岁前这个不可错过的学习关键期。

◎ 3岁前，孩子规则意识建立的关键期

有的孩子很小就懂得玩滑梯要排队，有的孩子却“唯我独



3

岁

决定孩子的一生

3

——捕捉孩子的敏感期、关键期

6

尊”，事事都由着自己的性子来；

有的孩子动不动就用暴力解决问题，而有的孩子却明白用规矩和法律约束自己的行为；

有的孩子看到新款的玩具就向父母提要求，有的孩子却懂得：我已经有玩具了，不能再买了。

……

有些孩子严格按照规则做事，而有些孩子却总做些违反规则的事情，这是为什么呢？

研究表明，这与孩子从小建立的规则意识有关。

对此，卡斯比教授表示：在0~3岁，父母的期望、行为和一些生活标准会被孩子内化为自己的期望和规则系统。也就是说，此时父母是否有意识地向孩子灌输规则意识，将在很大程度上决定孩子一生对规则的认识。

对于孩子的一生来说，3岁的确是个特殊的阶段，此时他们的思维发展进入了巩固、稳定时期，他们开始懂事、听话了。但伴随着自我意识的觉醒，他们也开始进入了人生中的第一个“叛逆期”，不停地说“不”，不停地挑战父母的底线。而此时父母对孩子的态度，将会决定他成为什么样的人。

溺爱孩子、纵容孩子，孩子就会为所欲为，长大后就会成为一个藐视规则、无视法律的人！

坚持原则、引导孩子，孩子就会形成规则意识，长大后就会成为一个懂规则、有理智的人！

没有规矩不成方圆。没有原则、不遵守规则的人是不会有有多大出息的。所以，从3岁左右起，父母就要开始培养孩子的规则意识了。

● 3岁前，孩子情商培养的奠基期

所谓情商，即情绪商数，包括自我认识、情绪管理、自我激



励、了解他人和社会交往。在评价情商高低时，一般将其具体分为“自信心”“爱心”“独立性”“竞争意识”“乐观”“诚实”“交往合作”“意志力”“目标性”等9项。

科学研究表明：3岁前，是孩子大脑细胞最活跃的时期，也是孩子情感、情绪发育的关键时期。在这一时期，父母有意识地培养孩子的情商，不但有利于孩子形成完美的性格，而且也有助于为孩子未来的成功打下良好的基础。

现代心理学研究表明，一个人能否成功，80%在于情商，智商只占20%。

如果一个孩子从小性格孤僻、不易合作、自卑、脆弱、不能面对挫折、急躁、情绪不稳定，那么就算智商再高，他也很难取得成就；反之，情商高的孩子自信、积极、喜欢与人交往……这样的孩子无论走到哪里都是受欢迎的。

0~3岁是儿童性格、习惯、意志、品质形成和发展的第一关键期。把握好这段黄金时期，对孩子进行充分的情商教育，就能为孩子奠定积极健康的性格基础，从而达到事半功倍的效果！

美国心理学家曾对1500位2~3岁的孩子进行了长期的观察训练，对其中一部分孩子进行情商教育，而对另一部分孩子则任其自由发展。20年后，心理学家发现：凡是在3岁之前受过情商培养的孩子，在学习成绩、人际关系及未来工作表现和婚姻状况等方面，均优于未受过情商教育的孩子。

由此，心理学家得出这样一个结论：3岁前是孩子性格、习惯的萌芽期，同时也是对其进行情商教育的关键期。一个高情商的孩子一定是自信、乐观、不怕失败的，思维活跃并有创造力，具有获取成功和幸福的能力。而这些，才是真正能让孩子享用一生的财富！



综上所述，无论是从性格培养、大脑发育、智力开发、身心健康、情商培养，还是从习惯、品质的养成教育等方面来说，3岁都是孩子一生中的关键时期，所以，父母一定要抓住这一黄金时期，给予孩子科学、适当的教育。

而这也正是我们这套“3岁决定孩子的一生”丛书的写作原则和最终目的——为父母们提供最及时、最实用、最科学的早期教育指导！

本套丛书共分3册：

《3岁决定孩子的一生1（启智珍藏版）——蒙台梭利的早期教育智慧与方法》既阐述了蒙台梭利早期教育的理论，又详细地告诉父母们如何对孩子进行养成教育和潜能开发。

《3岁决定孩子的一生2（启智珍藏版）——卡尔·威特的天才教育智慧与方法》老卡尔·威特和小卡尔·威特都强烈认同，只要教育得当，再平凡的孩子也能变成天才。而本书就是详细地指导家长如何运用卡尔·威特的天才教育法。

《3岁决定孩子的一生3（启智珍藏版）——捕捉孩子的敏感期、关键期》人生不可能重新来过，孩子成长的敏感期一旦错过再也不会重来，本书将指导父母们在早期教育中发现并抓住孩子的敏感期，给孩子最及时、最科学的教育。

本套书以“3岁决定孩子的一生”为指导思想，其中既有系统的科学理论阐述，又有详细的、取之即用的操作方法，是父母们进行早期教育最贴心、最实用的参考书。

最后，祝愿天下父母都能培养出聪明、健康、高情商的好孩子！

云 晓



Contents

目录

第一章 0~2岁半

① 视觉敏感期 / 4

了解孩子在视觉敏感期的表现

给孩子提供科学的视觉环境

② 听觉敏感期 / 13

听觉刺激与视觉刺激同时进行

用科学的方法促使孩子的听力“更上一层楼”

用“妈妈腔”来锻炼孩子的听力

③ 口和手的敏感期 / 24

深刻了解“孩子用口去认识世界”这个概念

让孩子尽情地去释放“手”

④ 渴望爱的敏感期 / 37

给孩子无条件的爱

通过语言让孩子感受到你的爱

在给孩子爱的同时，也让孩子学会表达爱





⑤ 行走的敏感期 / 50

正确看待孩子的走楼梯现象

让孩子在自由探索中提升能力

⑥ 语言的敏感期 / 57

了解孩子在语言敏感期的特殊表现

了解孩子语言能力的发展历程

引导孩子用语言代替哭泣——转换孩子的思维方式

第二章 2~3岁左右

① 空间敏感期 / 76

做孩子背后那个“默默无语”的欣赏者

引导孩子玩一些具有空间感的游戏

② 关注细小事物的敏感期 / 88

了解孩子关注细小事物行为背后的心理原因

给孩子创造机会，让孩子体验观察的乐趣

引导孩子去观察大自然，提高孩子的观察能力

③ 秩序的敏感期 / 97

通过“重复”让孩子体验秩序所带来的快感

利用秩序的敏感期引导孩子养成好习惯

④ 模仿的敏感期 / 108

漠视孩子的不良模仿，并做出好的表率

读懂孩子的语言，并给孩子以鼓励

⑤ 自尊的敏感期 / 116

和孩子平等对话

给孩子制造成功的机会

第三章 3岁左右

① 审美和追求完美的敏感期 / 130

了解孩子在追求完美的敏感期的表现

给孩子自由，让孩子拥有自信

② 自我意识萌发的敏感期 / 140

千万不要误解孩子的行为

正确看待孩子的“自私”行为

用“妙招”促使孩子的自我意识健康发展

③ 执拗的敏感期 / 154

在执拗敏感期，尽量满足孩子的要求

父母双方的教育意见一定要统一

第四章 4岁左右

① 情感表达的敏感期 / 167

允许孩子自由地表达情感

满足孩子的情感需求

② 人际关系的敏感期 / 178

用正确的态度对待孩子的分享、交换行为

给孩子精神上的支持

第五章 学习的敏感期

① 阅读和书写的敏感期 / 194

阅读敏感期——在孩子很小的时候就有意识地为他们读书

书写敏感期——让孩子体会到成就感





② 数学敏感期 / 204

通过实物让孩子了解数与数之间的关系

耐心等待孩子数学敏感期的出现

③ 绘画和音乐的敏感期 / 213

绘画敏感期——给孩子足够的自由

音乐敏感期——给孩子提供良好的音乐环境

第一章

0~2岁半





在一般家长的观念中，认为对于0~2岁半的孩子，只要让他们吃饱了、身体舒适了，他们就会健康、快乐地成长。然而，事实并不是这样的。

一次，一位家长很急切地打电话给我，说她的孩子已经4个月大了，最近迷恋上了“吃手”，她怕孩子的这种行为把细菌带到肚子里，所以每当孩子“吃手”，她都会阻止孩子，但每次孩子都又哭又闹，就像“受了多大委屈一样”。

其实，孩子真的是受了委屈。孩子喜欢上了吃手，这说明他进入了口腔敏感期阶段，正在用他唯一能工作的器官——手，去探索、认识他自己以及周围的世界。但家长却阻止了孩子的这种探索，孩子自然会感到着急和不满，所以，在这种情况下，孩子表现出哭闹行为还是小事，如果家长因此影响了孩子潜能的开发以及心理的健康发展，那就是大事情了。

在0~2岁半这一阶段，孩子还会出现很多问题，关于此，我们可以来听听这一阶段家长们的烦恼：

“我家孩子最近喜欢上了抓香蕉，弄得身上总是脏兮兮的，不