

首都医科大学附属北京妇产医院 副院长 张为远
大韩胎教研究会 会长 朴文一

联袂推荐

童话 胎教法

附赠精美
怀孕周记 +

TONGHUA TALIAO FA
5Q 童话配乐
朗读光盘

【韩】朴文一 主编 / 【韩】洪兰淑 著
【韩】崔允英 绘 / 金善姬 译

北京科学技术出版社

首都医科大学附属北京妇产医院副院长

张为远

大韩胎教研究会会长

朴文一

联袂推荐

童话 胎教法

〔韩〕朴文一 主审 〔韩〕洪兰淑 著 〔韩〕崔允瑛 绘 金善姬 译

 北京科学技术出版社

Brain magnetic pole prenatal education fairy tale
Text by HONG NAN SOOK, Illustrated by CHOE YUN YEONG
Copyright © 2009 Text by HONG NAN SOOK,
Illustrated by CHOE YUN YEONG All right reserved.
Originally Korean edition published by I&Book Publishing Co., Ltd.
The simplified Chinese Language edition © 2011 Beijing Science and Technology Press
The simplified Chinese translation rights arranged with I&Book Publishing Co., Ltd.
Through EntersKorea Co., Ltd., Seoul, Korea.

著作权合同登记号 图字: 01-2010-1809

图书在版编目(CIP)数据

童话胎教法/[韩]朴文一主审; [韩]洪兰淑著; [韩]崔允瑛
绘; 金善姬译.—北京: 北京科学技术出版社, 2012.5

ISBN 978-7-5304-4978-3

I. ①童… II. ①朴… ②洪… ③崔… ④金… III. ①图画故事—
韩国—现代 IV. ①I312.685

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第218450号

童话胎教法

主 审: [韩] 朴文一

作 者: [韩] 洪兰淑

绘 图: [韩] 崔允瑛

译 者: 金善姬

责任编辑: 朱 琳

责任印制: 焦志炜

责任校对: 黄立辉

图文制作: 樊润琴

出 版 人: 张敬德

出版发行: 北京科学技术出版社

社 址: 北京西直门南大街16号

邮政编码: 100035

电话传真: 0086-10-66161951 (总编室)

0086-10-66113227 (发行部) 0086-10-66161952 (发行部传真)

电子信箱: bjkjpress@163.com

网 址: www.bkjpress.com

经 销: 新华书店

印 刷: 北京捷迅佳彩印刷有限公司

开 本: 720 mm×980 mm 1/16

字 数: 150千

印 张: 13.5

印 次: 2012年5月1日第2次印刷

ISBN 978-7-5304-4978-3/G·1128

定 价: 39.00元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。
京科版图书, 印装差错, 负责退换。

专家推荐

R E C O M M E N D A T I O N

快乐就是最好的胎教

现在的孕妇都很注重胎教，但有时太过分在意胎教内容，也会忽略了孕期应有的愉快情绪。其实，进行胎教不是为了要教给宝宝多少知识，而是为了形成妈妈与宝宝间一种愉悦的情感互动。目前还没有研究能证明，孕妇像补课一样学习琴棋书画的做法能让孩子更聪明；而过度关注造成的紧张和缺乏休息却是肯定不利于胎儿正常成长的。所以孕妇进行胎教一定不能盲从别人的经验，而要以保持轻松快乐的心情为准绳，选择适合自己、让身心舒畅的胎教方法。

充满感情地给胎儿讲故事是一种简单而且效果很好的胎教方式。大声朗读时能使肺活量增加，血液氧含量提高，从而为胎儿奠定良好的营养基础。更重要的是，充满感情地朗读还有助于保持孕妇的愉悦情绪，使体内神经内分泌系统始终处于正常状态，给胎儿提供优越的发育环境。

本书所推荐的 5Q 童话胎教法就是以朗读童话为主要形式。全书按照孕期阶段划分，选取的童话故事分别侧重提高孩子的 IQ（智商）、



EQ（情商）、MQ（道德商）、SQ（心灵商）、CQ（创意商），全面激发胎儿的各项潜能。每则故事前后还有结合童话寓意和孕妇深层情感的启发式内容，指导孕妇更好地和胎儿进行情感交流。除了童话胎教的内容，书中对孕期常识也有分阶段的细致介绍，包括胎宝宝的成长、孕妈妈的变化，以及孕期营养与保健、常见问题等等。可以说是一本充分关注孕妇身心健康的、少有的胎教指导书。

希望这本书能帮助孕妇都能快乐地度过孕期，培养具备多种天赋、健康聪明的宝宝。

首都医科大学附属北京妇产医院 副院长

中华医学会妇产科分会 副主任委员

中华妇产科杂志 副主编

张为远
2017.1.13

专家推荐

R E C O M M E N D A T I O N

多跟腹中的宝贝说说话

“什么样的胎教对宝宝最好呢？”这是很多孕妇向我提出的问题，我的回答是“多跟腹中的宝贝说说话吧。”

关于胎教，其实最重要的不是方法，而是如何把了解到的胎教知识转换成能运用在生活中的整体观念。准爸爸和孕妈妈、胎儿一起进行的“对话胎教”就是一种简单又实用的胎教方法。胎儿能充分感知妈妈思想和情绪，在胎儿时期多听到爸爸妈妈的声音还能促进孩子大脑的全面发育。

优秀的孩子不仅要有较高的IQ（智商），同时还要兼具EQ（情商）、MQ（道德商）、SQ（心灵商）、CQ（创意商）等方面的良好素质。本书以促进胎儿大脑发育的5Q童话为主，并收录了孕妇最关心的孕产话题和保健知识。

良好的胎教要在美好的氛围中进行，才能更好地将父母的爱与关



怀传递给腹中的胎儿。精致的图画、美丽的故事，愿这本书能在孕期
给您带来更多的美好心情，为宝贝的全面发育营造良好环境。

韩国汉阳大学医学院 妇产科教授

大韩胎教研究会 会长

韩国母子保健学会 会长

朴文一 (박문일)



5Q 胎教童话，促进情商和大脑发育

孕育健康聪明的孩子是每个父母的心愿，因而胎教成为怀孕之后准爸妈们最关心的话题。胎教的真正意义在于妈妈和胎儿都能在怀孕期间健康快乐地生活，并为胎儿营造安全的胎内环境。

胎儿在腹中就能够感受妈妈的情绪和思想。多跟胎儿讲讲日常生活中的感受、让他经常听到父母的声音，都有助于胎儿更好地与父母沟通情感。

胎谈是父母和胎儿间最初的交流。通过胎谈，胎儿开始对声音和感觉产生初步的印象，出生后他对自己熟悉的声音和情绪也会产生更敏感的反应。

读书也是很多专家推荐的胎教方法，读书的时候孕妈妈的心境会变得平和，并能感受到生活中无法经历的更加丰富的情感。

研究表明，孕妈妈保持稳定积极的情绪能





有效促进大脑 α 波的产生，从而提升胎儿的注意力和思考能力，这会
对孩子日后的脑部发育产生许多积极的影响。

怀孕后的 40 周不仅是胎儿的发育期，对父母也是一个成长的过程。
衷心希望通过这本书能帮助准爸妈学会如何向胎儿传递关爱、分享心
情，同时也为胎儿大脑和情感发育打下良好的基础。

用充满感情的声音朗读胎教童话吧，这不仅能促进胎儿大脑和情
感的全面发育，也将成为连接您和胎儿情感的纽带。

洪兰淑 (홍난숙)



编者的话

I N T R O D U C T I O N

如何使用这本书

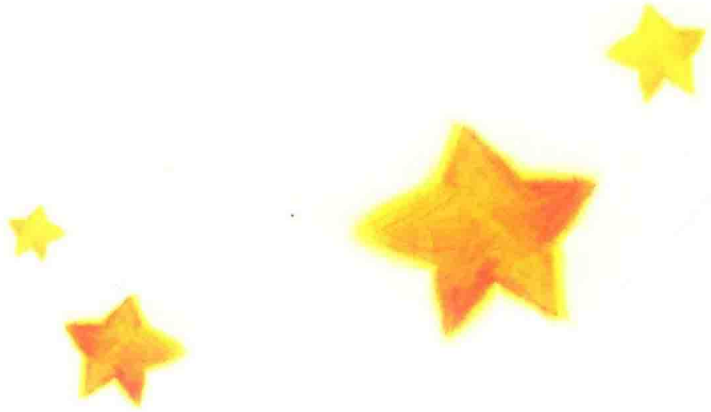


胎教絮语、妈妈随感

每篇童话前，都有三段温馨的胎教絮语，帮助孕妈妈从生活点滴中找到胎教的素材。童话故事结束后，还有结合童话寓意和妈妈深层情感的启发式内容，引导孕妈妈跟胎宝宝进行更贴心的情感交流。

5Q 童话

全面发展的优秀孩子，不仅需要较高的 IQ（智商），还要兼具均衡发展 EQ（情商）、MQ（道德商）、SQ（心灵商）、CQ（创意商）等素质。本书按照孕期阶段顺序为孕妈妈选配了内容各有侧重的 5Q 童话，并根据童话情节配有生动多彩的插画，让孕妇朗读的同时接受相应的视觉性刺激，激发妈妈的想象力和深层情感，从而促进孩子的全面发展。对于朗读时需要重点倾注情感的关键语句，还特别用醒目的彩色字体突出显示。在孩子出生后，童话故事部分还可作为早教绘本巩固胎教成果。



♥ 胎宝宝的成长、孕妈妈的变化、孕期营养、专家关照、Q&A

孕妇一定要了解的实用信息，包括胎儿各月龄成长状况、孕妈妈各月的身心变化、孕期同步营养方案、各阶段应注意的保健知识及常见孕期问题解答。

♥ 配套光盘

光盘中包括书中 10 个童话的伴奏朗读。给宝宝以音乐、音效、语言多方面的优良刺激。既可以作为孕妇和胎儿一起倾听欣赏的音乐童话素材，也能为孕妇示范朗读童话时应带有的感情、语气，帮助读者更好地使用本书。还可以在孩子出生后，配合图书巩固胎教成果。

目 录

C O N T E N T S

第一章 准备期 怀孕1~12周

与腹中的宝贝打个招呼吧

提高 IQ (智商) 的童话 汉塞尔与格莱特 / 3

提高 EQ (情商) 的童话 小王子 / 11

提高 MQ (道德商) 的童话 匹诺曹 / 19

提高 SQ (心灵商) 的童话 小妇人 / 27

提高 CQ (创意商) 的名人故事 毕加索 / 35

胎宝宝的成长 / 42 | 孕妈妈的变化 / 44

孕期营养 / 46 | 专家关照 / 47 | Q&A / 48

第二章 稳定期 怀孕13~24周

胎儿正在倾听外边的声音

提高 IQ (智商) 的童话 乌鸦喝水 / 53

提高 EQ (情商) 的童话 青鸟 / 61

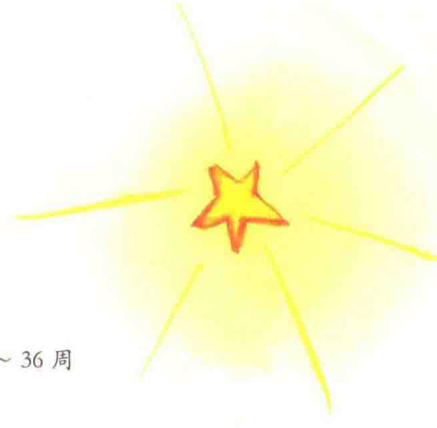
提高 MQ (道德商) 的童话 人面巨石 / 69

提高 SQ (心灵商) 的童话 皇帝的新衣 / 77

提高 CQ (创意商) 的名人故事 乔安妮·凯瑟琳·罗琳 / 85

胎宝宝的成长 / 92 | 孕妈妈的变化 / 94

孕期营养 / 96 | 专家关照 / 97 | Q&A / 98



第三章 关键期 怀孕 25 ~ 36 周

胎儿开始有反应

- 提高 IQ（智商）的童话 父亲的智慧 / 103
- 提高 EQ（情商）的童话 麦琪的礼物 / 111
- 提高 MQ（道德商）的童话 风与太阳 / 119
- 提高 SQ（心灵商）的童话 勃莱门镇的乐队 / 127
- 提高 CQ（创意商）的名人故事 保罗·珀特斯 / 135

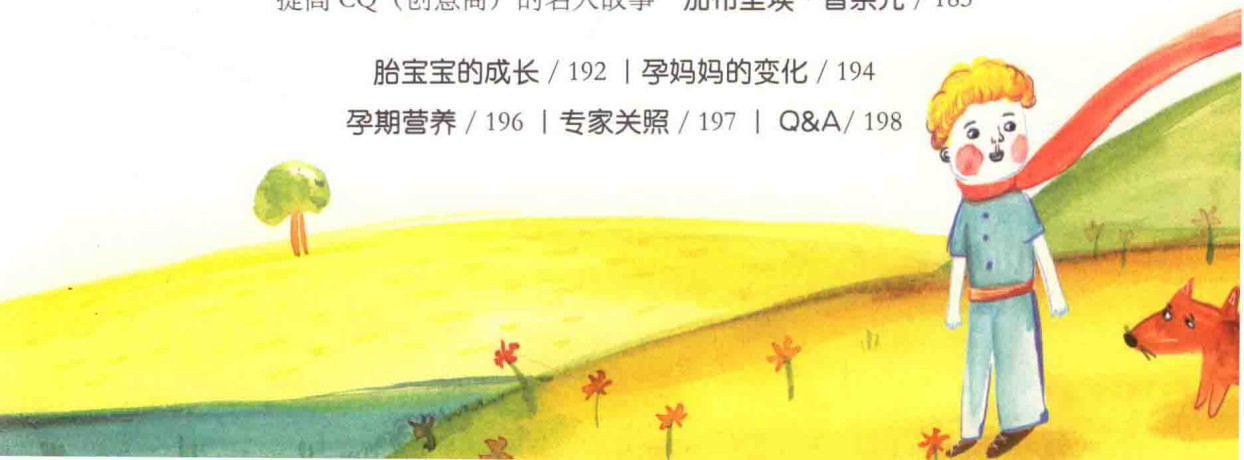
胎宝宝的成长 / 142 | 孕妈妈的变化 / 144
孕期营养 / 146 | 专家关照 / 147 | Q&A / 148

第四章 完成期 怀孕 37 ~ 40 周

宝宝就要到来啦

- 提高 IQ（智商）的童话 穿靴子的猫 / 153
- 提高 EQ（情商）的童话 快乐王子 / 161
- 提高 MQ（道德商）的童话 驮盐的驴 / 169
- 提高 SQ（心灵商）的童话 红头发安妮 / 177
- 提高 CQ（创意商）的名人故事 加布里埃·香奈儿 / 185

胎宝宝的成长 / 192 | 孕妈妈的变化 / 194
孕期营养 / 196 | 专家关照 / 197 | Q&A / 198





怀孕 1 ~ 12 周

与腹中的宝贝打个招呼吧

用温柔的声音告诉宝贝，
妈妈和全家人多么期盼他的到来。

妈妈的身体会出现许多变化，
如停经、体温升高、情绪异常等。

请放松身心，
静静等待与孩子的第一次见面吧。





胎儿的大脑从怀孕第3周开始发育。
第5周到第8周是大脑急速发育的时期，
所以那段时间里胎儿的头部比身体大。



怀孕的前13周，
胎儿的大脑主要受妈妈的甲状腺激素影响。
为了胎儿，妈妈要注意甲状腺功能是否正常。



通过对话能激活胎儿的大脑。
胎儿虽然在腹中，
但并不是什么都听不到、看不到。
和妈妈的对话是胎儿了解这个世界的通道，也是积蓄智慧的源泉。



提高 IQ（智商）的童话

汉塞尔与格莱特



森林里的小草屋里住着善良的农夫爸爸和恶毒的继母，
还有农夫的儿子汉塞尔、小女儿格莱特。

这一年，森林里很久都没下过一场雨，
小草开始干枯，

贫穷的农夫一家更是找不到吃的，上顿不接下顿。

有一天，饥饿难耐的继母对农夫说：

“不如把孩子们丢到深山里吧？”

“那怎么能行，我们的孩子已经够可怜的了！”

“那怎么办？这样下去我们都会饿死的。”

农夫虽然很生气，但最终还是被妻子说服了，
默许第二天就将孩子们扔掉。

爸爸和继母的对话被饿醒的汉塞尔和格莱特听到了。

格莱特既伤心又害怕，

“爸爸说要把我们扔到深山里，怎么办？呜呜……”

“不要哭，我会有办法的。”

汉塞尔不慌不忙，走到院子里捡了许多小石子。

第二天早上，

继母给汉塞尔和格莱特每人一小块面包。

然后一家人向深山出发了。

“汉塞尔，你怎么走得这么慢啊？”

“好像有只小鸟一直在跟着我。”

其实，汉塞尔边走边扔小石子，所以才走得很慢。

一家人来到了深山里。

爸爸和继母说要去捡点柴火，然后就走远了。

汉塞尔和格莱特吃完继母给的小面包，

在大树下睡着了。

孩子们醒来的时候，天已经黑了。

格莱特非常害怕，大声哭了起来。

**“不要担心，格莱特。看到那个发亮的小石子了吗？
顺着那个走，我们就能回家了。”**

汉塞尔丢在路上的小石子在月光下闪闪发亮。

兄妹二人顺着小石子走了一整晚。

第二天早上太阳升起的时候，

孩子们终于回到了小草屋。

看到孩子们回来，爸爸高兴地流下了眼泪。