

修订版

新手父母学院系列

最新胎教

[日] 七田真◎著

蒋蓓◎译

- 育儿始于胎教，为宝宝开拓未来从怀孕开始
- 了解怀孕到分娩的各种基础知识
- 化解产前焦虑，安度幸福舒心的孕期
- 专家传授培育健康又聪明宝宝的诀窍



华东师范大学出版社

思可教育授权出品

修订版

最新胎教

[日] 七田真◎著

蒋蓓◎译



图书在版编目 (CIP) 数据

最新胎教 / (日) 七田真著 ; 蒋蓓译. —修订本
—上海 : 华东师范大学出版社, 2015. 7
ISBN 978-7-5675-3961-7

I. ①最… II. ①七… ②蒋… III. ①胎教—基本知识
IV. ①G61

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第176967号

思可教育授权出品

© 2015 Shichida Educational Institute

All right reserved

Chinese translation rights arranged with Shichida Educational Institute through SK
Education Investment & Development Ltd. (The commissioned translation publisher)

上海市版权局著作权合同登记 图字 : 09-2009-690号

最新胎教 (修订版)

著 者 [日] 七田真

译 者 蒋 蓓

责任编辑 姜怡雯

责任校对 汤 定

装帧设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社

社 址 上海市中山北路3663号 邮编 200062

网 址 www.ecnupress.com.cn

总 机 021-60821666 行政传真 021-62572105

客服电话 021-62865537 门市 (邮购) 电话 021-62869887

地 址 上海市中山北路3663号华东师范大学校内先锋路口

网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>

印 刷 者 浙江省临安市曙光印务有限公司

开 本 889×1194 32开

印 张 5.125

字 数 83千字

版 次 2015年8月第2版

印 次 2016年1月第2次

书 号 ISBN 978-7-5675-3961-7/G · 8546

定 价 20.00元

出版人 王 焰

(如发现本版图书有印订质量问题, 请寄回本社客服中心调换或电话021-62865537联系)

前言

以前人们对胎儿和新生儿的能力有很大的误解，都以为胎儿和新生儿的大脑尚未成熟，未具备诸如思考和记忆这样的高等功能。

人们误以为，胎儿和新生儿的大脑中形成脑神经回路的神经鞘尚未发达，无法绝缘，因此，信号无法顺利地回路中传递。也就是说，在大脑完全发育完成以前，大脑皮层无法发挥功能。

就连被视为美国零岁教育权威的巴顿·怀特也认为“新生儿不具备思考能力”。

但在这25年期间，对新生儿和胎儿的研究有了突飞猛进的发展。20世纪初，几乎没有任何有关新生儿和胎儿的研究论文发表；但在20世纪中期，此类论文数升至500篇。1960~1970年期间，超过了2 000篇。

最近的研究内容几乎都具有革命性的意义，哈佛大学的贝里·柏拉泽尔顿更指出，新生儿是天才。

撰写《记忆诞生的孩子们》的大卫·契柏雷说：“这个世纪是新生儿的世纪。”不仅如此，如今甚至有观点认为胎儿是天才。

也就是说，在思考育儿问题时，也必须将胎教纳入考虑范围中。如今我们清楚，胎儿在母体中心理意识已经发挥作用，智能和记忆也已发挥了功能，性格的形成和语言的学习都是从胎儿时

期开始的。

胎儿并不是没有心理意识和感觉、智能、记忆及感情的生命体，因此育儿必须从胎教开始。

同时，对分娩也要有新的认识。最近，分娩的方法越来越不自然了，因此，许多孩子在出生后，成长情况急速地发生了变化。

尼古拉斯·汀巴格在1973年获得诺贝尔生理学、医学奖，在他发表的得奖演说中，2/3都在谈自闭症。

他谈到了婴儿在婴儿床上的死亡案例，智障、缺乏学习能力以及身心残障的儿童不断增加，还有儿童学业成绩水准急速下降等事实。追根究底，都是因为不自然的分娩方式造成的。

目前，在医院里阵痛前的服药、打麻醉剂、阵痛促进剂和剖腹产、过早剪断脐带等，都是司空见惯的事情。

美国妇产科的教科书里谈到，在脐带仍然有活动时，绝对不能剪断。汀巴格认为，高科技分娩会伤害新生儿的大脑。

医生将刚出生的婴儿抱在手上，拍打他的屁股让他哭，是为了让在麻醉环境里已经极度疲劳的婴儿开始呼吸。在自然分娩中，婴儿则不会有呼吸困难的情况出现。

格德巴克·席福曼认为，分娩时大脑损伤造成学习能力问题的儿童占就学人口的2%。

因此，必须重新认识胎教和分娩。

如果本书能对即将生儿育女的准妈妈和即将诞生的宝宝有所帮助，那将是笔者最大的荣幸。

七田真

目录

前言 / 1

第1章 育儿始于胎教



- 1 人的一生取决于胎儿期的环境 / 3
- 2 胎儿接受了母亲的所有想法 / 4
- 3 一旦发现怀孕…… / 7
- 4 借心电感应与母亲传递信息 / 10
- 5 母亲要拜托胎儿两件事 / 12
- 6 母亲们的报告 / 14



第2章 努力生一个健康宝宝



- 1 介绍胎教书籍的增加 / 19
- 2 值得推荐的胎教方法 / 21
- 3 电磁波的可怕危害 / 29
- 4 自来水的危险 / 33
- 5 母亲的负面思考会伤害胎儿 / 34
- 6 怀孕期饮食要注意摄取保护物质 / 36

7 影响儿童头脑的四大原因 / 37

8 重金属危害、矿物质失调 / 41

9 怀孕期间的注意事项 / 42

第3章



大脑的营养——卵磷脂

1 卵磷脂是胎儿不可或缺的营养 / 49

2 卵磷脂是大脑的营养 / 51

3 卵磷脂可以促进母子健康 / 53

4 卵磷脂的功能 / 55

第4章



怀胎十月

1 托马帝斯的发现 / 59

2 对胎儿说的话 / 61

3 怀孕期间的想象训练 / 63

4 胎儿是天才 / 66

5 胎儿自己具有消除障碍的能力? / 68



第5章



新分娩法

1 思考分娩方法 / 73

2 分娩后要立刻母子同室 / 75



- 3 皮肤感觉可促进成长 / 77
- 4 动物宝宝的皮肤如果得不到刺激,就可能死亡 / 81
- 5 喝母乳长大 / 83
- 6 人格取决于婴儿无意识时代的暗示 / 85
- 7 给新出生宝宝的寄语 / 87
- 8 胎教可以促进语言能力 / 90
- 9 胎教可以培养超强记忆力的孩子 / 92

第6章



胎内记忆

- 1 什么是胎内记忆 / 97
- 2 记得在胎内看过的书 / 100
- 3 小孩子的胎内记忆 / 101
- 4 小学生的胎内记忆 / 104
- 5 胎教可以培养才华 / 106
- 6 即使宝宝说不记得了…… / 109
- 7 消除不愉快的胎内记忆(心灵创伤) / 112
- 8 夜晚哭闹源自不愉快的胎内记忆 / 115
- 9 有愉快胎内记忆的孩子是天才型儿童 / 117



第7章



母亲的胎教报告

- 1 我在半信半疑下开始胎教 / 121

- 2 心想才能事成 / 123
- 3 宝宝如我所愿地出生了 / 126
- 4 我参加了七田老师的胎教讲座 / 128

第8章



分娩后的育儿

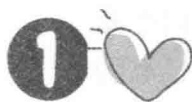
- 1 母乳分泌不理想? / 133
- 2 母乳育儿最理想 / 134
- 3 改变目前错误的营养观 / 136
- 4 恢复传统饮食 / 139
- 5 出生后宝宝立刻学习语言 / 140
- 6 向孩子描述他的未来 / 142
- 7 玩具可以促进孩子的成长 / 143
- 8 宝宝刚出生时的育儿态度决定了孩子的性格 / 144
- 9 宝宝满三个月前的照顾方式 / 146
- 10 母亲必须具备的四大特性 / 148
- 11 父亲与孩子 / 151
- 12 培养聪明宝宝的诀窍 / 153





第1章

育儿始于胎教



人的一生取决于胎儿期的环境

最近，市面上有许多关于胎教的书，这在30年前是难以想象的。因为，在30年前人们认为胎儿根本没有意识和感觉；在出生以前胎儿根本不被认为是人。

巴顿·怀特被视为美国零岁教育的权威。当时，连他也认为“新生儿不具备思考能力”。因此，根本没有人想到胎儿有意识、心智和感觉。大部分人都认为，在母体内沉睡的胎儿完全没有感觉。

然而，如今人们逐渐了解到，母体内的环境是人格形成的原点，将对人的一生产生影响。

因此，人们越来越重视胎教的问题。在东方，3 000年前就已经很重视胎教，如今，终于被西方国家接受了。

撰写《胎儿会学习》的美国语言学者拉夫拉·恩格尔也提到，在30年前研究胎儿时，甚至根本不知道有“胎教”这个名词。

然而，有些人反对胎教，他们对于从胎儿期就必须开始教育感到厌恶不已。

胎教并不仅仅是指从胎儿期开始教育，胎教的意义其实更加广泛。

胎教的基本思想就是要在胎儿时期让宝宝充分感受到母爱，改善胎儿的生活环境。因为人的肉体条件、性格和才华，乃至人格形成都和胎儿期有着极大的关系。



胎儿接受了母亲的所有想法

以前人们一直认为三个月大的胎儿听不懂话,因此根本无法理解母亲说的话。

但是,胎儿具有无意识。无意识是一种没有意识的巨大潜能,具有极大的信息搜集能力。

无意识的信息线路和意识的信息线路不同,胎儿利用这个信息线路,学习所有的知识。

无意识具有惊人的信息搜集能力,还没有学习语言的胎儿可运用这种信息搜集力学习知识。

这些在无意识中得到的为数庞大的印象就成为人格形成的背景和材料。这是使人格适应生存条件的自然方法。

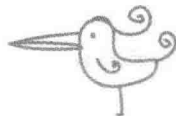
以前一直认为人在出生后才开始适应生存环境,其实在受孕的那一刹那,就已经开始了。

如果母亲没有了解到这一点,经常让胎儿感受到压力,就可能导致难产。孩子出生后,也会经常哭闹,不喝母乳,变成一个让大人伤脑筋的孩子,这让母亲倍感烦恼。

相反,如果母亲能够了解胎儿的无意识功能,得知自己怀孕后,给予孩子充分的爱,这样可以培养出一个优秀的宝宝。

在良好胎教下出生的孩子,具有以下六大特征——

① 情绪稳定,经常面带笑容。



② 晚上不会哭闹。

③ 不怕陌生。

④ 学习能力很强。

⑤ 较早开口说话。

⑥ 右脑发达。

以下,要介绍一篇关于接受过胎教的孩子的报告。

在满月定期检查时,医生和护士都说“这个孩子看起来一点都不像才一个月大的孩子,脖子已经很挺了,也很有力”。

宝宝长到一个半月时,已经不需要半夜喂奶了。老大每天八点睡觉,他也会配合老大的时间,在八点前后三十分钟睡觉,早晨五点半到六点半左右起床。他从来不会随便哭闹,会“ā—ā—mā”(汉语拼音,下同)地叫我。

孩子的爸爸逗他后,故意躲进厨房。他看不到爸爸,就四处张望,叫着“bà—bà”。

我在旁看了也吓了一跳,就抱着他去找爸爸,说:“他刚才在叫bà—bà呢,嘴里一直叫着bà—bà。”然后把孩子抱给他爸爸时,宝宝才高兴地露出笑容,叫了一声“bà”。结果,他爸爸说:“我上个星期就已经听到他这么叫了。”

不知道这是不是老师说的胎教成果。昨天,我在喂他喝奶时,正在对他说话,他竟然说:“mā—mā—nāi—nāi”。

我和我女儿面面相觑,“他刚才说话了耶!”“他是不是说mā—mā—nāi—nāi?”正当我们惊讶时,他又说了一次。我吓了一跳,一边喂奶,一边心里还很兴奋呢!

每天的生活都好愉快。连我周围的朋友也都对我说：“你看起来很快活、很幸福。”

进行胎教后，从新生儿时期开始，育儿工作就很愉快。我觉得自己好幸福。





3



一旦发现怀孕……

从医生对你说“恭喜”的那一刻起，就可以开始胎教了。但有人或许会怀疑，才两三个月大的胎儿能听得懂妈妈说的话吗？没错，孩子听得懂。

怀孕两三个月的胎儿可以完全了解母亲说的话和母亲心里想的事。或许有人会感到惊讶，但这是千真万确的事。

人类的智力并不在大脑中，而是在细胞里。因此，甚至有人说：“不是大脑有智力，而是细胞有智力。”

随着基因研究的深入，人类有了极大的发现。人类是细胞的聚集体，体重60公斤的人，全身约有60兆个细胞。除了例外的情况，每一个细胞都带有相同的基因。

人生长都是从一个细胞（受精卵）开始的。一个细胞变成两个，两个变成四个，在不断成倍的分裂过程中，终于造就了一个人。人体的每一个细胞都具有知性。

一般认为，思考和行动都是在大脑的指令下进行的，但其实在大脑中，发挥作用的是细胞和细胞之间的网络，细胞的功能取决于基因的指令。

也就是说，我们必须重新认识到，人类智能的根本并不是大脑，而是细胞具有的基因的功能。

一旦了解每一个细胞都有知性后，就不难了解两三个月大

的胎儿虽然大脑还没有形成,就已经“听”得懂母亲的话的原因了。

研究报告指出,当母亲对着在进行超声波诊断的胎儿说“动一动给妈妈看”时,宝宝真的会动。如果堕胎想要刮除胎儿时,胎儿会逃向子宫深处。由此,也可以感受到胎儿的知性。

基因具有消除所有疾病的能力。胎儿细胞的基因完全处于“on”的状态,胎儿可以充分运用这些基因的信息。但只有在胎儿期可以做到这一点,所以我说,在人的一生中,胎儿是最天才的时期。

因此,我常对孕妇们说,一旦知道自己怀孕后,就要对“宝宝”说:“一定要健康哦!”“一定要自己顺顺利利地生出来哦!”至少要对宝宝提出这两个要求。同时,我也告诉孕妇,一旦发现胎儿有疾病,可以要求胎儿靠自己的力量治好疾病。

的确有报告指出,胎儿治好了自己的疾病,也治好了母亲的疾病(例如子宫肌瘤、孕吐症状和流产症状等)。

说到胎教,大家都会以为是在胎儿时就要教宝宝学这学那的,其实不然。胎教是培养孩子能够充分运用与生俱来的能力。

进行胎教,可以使宝宝从胎儿时就充分感受到父母的爱,出生后,性格十分温和,几乎很少哭闹,学习能力强,记忆力也超强。

育儿的目標就是要培养身心健康的儿童,提升孩子的人性和能力,对社会有所贡献。

孩子出生后的教育固然重要,但如果母亲不了解胎儿的心