



好家长系列

谁说
不是

孩子
天才



：斯特娜自然教育法

中国著名家教导师

成墨初

中国“十大最具影响力家教作家”

成墨初导读 / 张玉霞编译



伟大始于家庭

最值得中国父母参阅传授的育儿宝典

专家全面解读教子案例

集权威性、实用性、可读性于一体



新时代出版社
New Times Press



好家长系列

谁说孩子 不是天才

：斯特娜自然教育法

成墨初导读 / 张玉霞编译

中国著名家导师
成墨初
中国“十大最具影响力家教作家”



图书在版编目(CIP)数据

斯特娜自然教育法 / 张玉霞编译. -- 北京: 新时代出版社, 2014.7

(谁说孩子不是天才)

ISBN 978-7-5042-2044-8

I. ①斯… II. ①张… III. ①儿童教育—家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第124391号

新 时 代 出 版 社 出版发行

(北京市海淀区紫竹院南路23号 邮政编码100048)

北京嘉恒彩色印刷有限公司印刷

新华书店经售

*

开本 710×960 1/16 印张 14 字数 220千字

2014年7月第1版第1次印刷 印数 1-8000册 定价 28.00元

(本书如有印装错误, 我社负责调换)

国防书店: (010) 88540777

发行邮购: (010) 88540776

发行传真: (010) 88540755

发行业务: (010) 88540717



早期教育早已成为人们非常关心的话题，很多父母也将孩子的成才、成功希望于早期教育，希望自己的孩子不输在起跑线上。

科学的早期教育的确能让孩子的潜能得到最大限度的发挥，使孩子成为优秀的天才，科学研究和教育实践都确切地证明了这一论点。

20世纪初，世界上一些神童的诞生引起了人们对早期教育的广泛关注，一个叫维尼弗雷特的小女孩就是其中非常著名的一个。

维尼弗雷特的成功也成就了她的母亲斯特娜，正是由于母亲对她实施了科学的早期教育，才使这个小女孩的才华尽显光芒。

一、斯特娜培养了一个天才女儿

维尼弗雷特小小年纪就取得了非常突出的成就，成为人人称赞的小天才。她3岁开始写诗歌、散文；4岁用世界语写剧本；5岁开始发表作品，并会说8个国家的语言。

9岁时，她同时通过美国斯坦福大学和威斯康星大学两所学校的入学考试，成为一名少年大学生；10岁时，她能用13种语言与人交流；14岁时，她被任命为“美国少年和平同盟会”会长，同时，她也成为美国匹兹堡最年轻、最著名的教师，教青少年学习世界语。

维尼弗雷特知识面广、多才多艺，她会拉小提琴、弹钢琴，喜欢绘画，在国际象棋比赛中取得过优异成绩，在历史、地理、自然等学科方面也非常突出。

维尼弗雷特不仅学识丰富、有艺术修养，她也有良好的个性，她身心健康、活泼开朗、谦逊有礼，且很善良，是个全面发展的孩子。

二、斯特娜其人及其教育法的产生

维尼弗雷特有这样的成就，在很大程度上归因于母亲M.S.斯特娜对她的教育。斯特娜是20世纪美国著名的早期教育家，曾在美国宾夕法尼亚州匹兹堡大学任教。

读大学时，在美国心理学家威廉·詹姆斯博士的建议下，斯特娜读了《卡尔·威特的教育》一书，深受影响。从此，她对早期教育产生了浓厚的兴趣。

斯特娜被书中的教育理念所折服，她对这种早期教育方法进行了深入的研究。在女儿维尼弗雷特出生后，她就开始用这种教育方法教育自己的女儿。

教育女儿时，斯特娜借鉴了卡尔·威特早期教育法，并在实践中不断创新，逐渐形成了自己的教育思想体系，开创了自己独特的早期教育法。

她把自己的教育方法称为“自然教育法”，她是“自然教育法”的开创者，这种教育法帮助她成功地培养了一个优秀的天才女儿。

为了让更多的父母和孩子获益于这种教育方法，使人们认识到早期教育和自然教育的重要性，斯特娜将自己教育女儿的经历写成了书。

在书中，斯特娜记录了女儿维尼弗雷特的成长经历，阐述了自己的教育理念和方方法。后来，她还创办了自然教育学校，培养了很多天才。

三、斯特娜教育法的意义和影响

众多教育家和父母的研究和实践已证明，斯特娜自然教育法是科学有效的，也是可行的。

从“自然教育法”创立到现在已过去了一个世纪，“自然教育法”仍然是影响众多父母和孩子的教育经典，是世界上最具有影响力的教育法之一。

“伟大开始于家庭”，斯特娜的这一观念已经鼓舞、激励了众多父母。借鉴和使用她的自然教育方法，越来越多的父母培养出了非常优秀的孩子。

虽然斯特娜的自然教育法在世界上具有很大的影响，但它从传入我国到被众

多国人所接纳，却经历了一个漫长的时期。

1914年，斯特娜写出了《M.S.斯特娜的自然教育》一书。两年后，我国的共产党人恽代英曾将书中的部分内容翻译成中文，介绍给中国读者，但当时这种教育法并没有引起我国的重视。

斯特娜自然教育法毕竟是符合社会发展的先进教育法，注定不会被埋没。几十年后，日本教育家木村久一所著的《早期教育与天才》在我国出版，此时，人们才认识到了斯特娜自然教育法的价值。

自此以后，斯特娜自然教育法在我国的影响越来越广泛，成为很多教育家和父母所认可的经典教育法之一。

四、斯特娜自然教育法的主要思想

斯特娜自然教育法是在卡尔·威特教育法的基础上创立的，斯特娜对卡尔·威特教育法进行了发展和创新，最终形成了有自己特色的自然教育法。

斯特娜自然教育法的内容很丰富，其基本思想和主要观点如下。

1. 父母要先接受教育

婴幼儿喜欢模仿，孩子的年龄越小，父母的榜样作用越大，其教育教养方式对孩子的影响也越大。

因此，对孩子实施早期教育，父母要先接受教育，不断改造、提高和完善自己。

尤其是母亲，对孩子的成长影响更大。所以，母亲更要不断学习，成为合格的优秀的掌握了教育方法的人。

2. 遵循孩子的本性教育，使其自然地成长发展

教育孩子时，父母不要强制孩子而要引导孩子，不要压制孩子的想法和做法，不把自己的意愿强加给孩子，要让孩子做真实的自己。

斯特娜认为，每个孩子都有自己的天赋，父母要尊重并开发孩子的天赋，尊重孩子的身心发展特点和本性。

父母要以爱和孩子的兴趣为主导，为孩子营造宽松的成长氛围和环境，使孩

子的潜能自然而然地发挥出来。

3. 以大自然为师，以生活为师

对孩子来说，大自然和生活是最好的老师，也是最好的课堂。父母要引导和教育孩子在大自然中学习，在生活中学习。

让孩子接触大自然、亲身体验生活、亲自探索和实践，是斯特娜教育法的重要主张，这可以让孩子通过对自然和生活的关注、思考及学习，获得更好的成长和发展。

4. 婴幼儿早期教育是决定孩子一生的关键

婴幼儿时期是人的大脑发育最关键的时期，其发育速度最快，这一时期也是孩子接受教育最有效的时期，这一时期的教育几乎可以决定人的一生。

婴幼儿早期教育的内容很广泛，学会生活、学会做人，培养孩子良好的身心素质、良好的品行和习惯，教孩子学习文化等都是非常重要的。

5. 早期教育要遵循儿童教育规律

斯特娜认为，早期教育应该遵循儿童教育规律，要根据孩子的自然本性，运用自然的方法教育孩子。

婴幼儿的天性是玩，其思维以具体形象思维为主、靠感觉和动作来学习。因此，斯特娜主张，要尽可能用游戏的方式对孩子实施早期教育，让孩子在快乐中接受教育、获得成长。

五、现代父母如何学习斯特娜教育法

1. 掌握基本教育思想，用以指导自己的教育实践

虽然斯特娜自然教育法诞生于100年前的美国，但它对当今中国的家庭教育仍具有非常有价值的借鉴意义。

对当前的广大中国父母来说，斯特娜自然教育法的基本教育观点仍是科学有效的，具有很强的指导意义，是值得广大父母学习的。

比如，斯特娜提出的“教育孩子，父母先受教育”的观点，指出了父母榜样

的重要作用，“没有教育不好的孩子，只有不会教育的父母”，这是中国父母应深刻意识到的。

遵循孩子的自然本性进行教育，采用符合孩子身心特点的教育方法，抓住早期教育这一关键，向自然学习、向生活学习等，这些是无论在什么样的社会中都永不过时的教育经典。

父母要把握斯特娜自然教育法中这些基本的思想精髓，身体力行，在孩子成长最关键的时候，采用正确科学的早期教育，让孩子的潜能得到最大限度的发挥。

2. 不盲目照搬，具体问题具体分析

中国国情不同于美国国情，每个家庭的情况也千差万别。我们在运用自然教育法教育自己的孩子时，不要盲目照搬，而要在把握其基本思想的前提下，根据自己孩子的实际情况灵活运用，做到具体问题具体分析。

比如，父母教育孩子学习植物学、动物学等各学科知识，对大多数家庭来说都不现实。因为这首先需要父母具备这些方面的广博知识。

因此，如果父母对某方面的知识一知半解，就不要去教孩子。这个时候，“教不如不教”，因为如果教错了，孩子要花费更多时间和精力去修正，这样只会增加孩子的负担。

再如，教孩子学外语，父母也不可盲目仿效。虽然孩子学外语的能力很强，但很多家庭要教育孩子像维尼弗雷特那样掌握多种外语并不现实，因为西方的语言同属一个语系，学习起来比较方便。

父母在某方面是行家，才有资格去教育孩子，否则就不要轻易去教孩子，而要把这些交给专家——学校和教师——去做。

在教孩子学习各种学科知识或进行音乐、绘画等技能教育之外，父母最应做的是对孩子“培育根系”的教育，也就是教育孩子做人，培养良好的个性品质、品德和好习惯，激发孩子的求知欲和上进心，这才是最重要的。

当然，还有非常重要的一点就是，父母一定要不断学习，找到自己的差距，努力弥补差距，不断改造和完善自己，才能让孩子有根本性的改变、获得真正的成长。

本书参照了国内流行的各种自然教育法的译本编译而成。我们梳理提炼了该

教育法经典、精华的思想观点，通过更系统条理的结构，运用更易于阅读的故事化行文，浅显易懂、清晰明了地阐述了“自然教育法”的精华内容，便于读者在轻松快乐的阅读中把握该教育法的思想脉络，掌握其有效而实用的教育操作方法。

相信，通过阅读本书，父母们一定能找到将孩子培养成天才的有效方法。愿本书能对那些渴望孩子成才的父母以及他们的孩子有所帮助。我们诚挚地祝愿，每一个父母都能拥有一个快乐的天才孩子。



编译者序

对于教育，我始终有着难以割舍的情结。教育理想的萌芽，大概始自我刚入学时一次当“老师”的经历，那时，我在家里将刚学到的汉字教给邻居的几个弟妹妹们，“为人师”的自豪感始终在激励我。

小学、中学、大学、研究生、高校教师、家教、图书作者，一路走来，几多辛酸几多欢乐，几多得意几多彷徨，几多成功几多失败……唯一不变的是我对教育的执着。

因为喜欢教育，我在本科理工科专业毕业后考取了教育学硕士研究生，之后在家乡小城的一所高校从事学生心理健康教育工作。同时，在业余时间，我如饥似渴地阅读着各种教育书籍。

在多年从事学生心理健康教育的生涯中，我工作很努力，却也很辛苦，更重要的是，我做得并不快乐。此外，幼时的一场大病导致了我听力和表达的缺陷，这在后来一度成了我职业生涯的短板。这种现实让我从教的热情和积极性受到了一定程度的打击。

我开始彷徨，开始痛苦地思考。幸好父母给了我不服输和执着的性格。在从事学生心理健康教育的几年中，我读了《卡尔·威特的教育》、铃木镇一的《神童作坊》等教育书籍，感谢它们给我的职业生涯带来了曙光和转机。

之后的几年里，我又陆续读了《斯特娜夫人的自然教育》、鲍里斯·塞德兹的《俗物与天才》、木村久一的《早期教育与天才》等国内外教育家的著作。

我明白了自己做学生心理健康教育工作之所以不快乐的原因，更多学生、更多问题的根源大都来自家庭，大都在幼年或童年时就埋下了病根，此时的学校教育只是“治标不治本”，所以很多学生的成长和改变痛苦而艰难。

由此，我也联想到了自己的成长经历。在我幼年、童年那个艰苦的年代，我的父母没有条件去了解科学的早期教育或家庭教育知识，这曾给我带来了沉重的伤痛，迫使我在成年后经历了多年的艰难成长和痛苦蜕变。

让我始终感动的是，父母从我幼年起就留给了我很多异常宝贵的东西，他们在非常艰难的条件下，竭尽所能把我送上了追逐理想的路，培养了我创造幸福的能力。父母的勤劳善良、坚强不屈、积极乐观、隐忍包容、善于感恩等优良品质，至今都深刻地影响着我，并成为我永久的人生财富。

在这里，我想说的是，孩子幼年、童年在家庭中的经历、在家庭中所受的教育和影响，对其人生的影响是一生的，无论是好的，还是不好的，都一样。

至此，我更感激《卡尔·威特的教育》《斯特娜夫人的自然教育》《神童作坊》等书籍，它们成了我职业理想的指路明灯，成了我决心从事家庭教育的重要动力，它们也让我更深地理解了自己的父母。为了让更多孩子和父母受益，我决心将自己对于家庭教育的感触和感悟写成书，将《卡尔·威特的教育》等世界经典教育名著以更受欢迎、更易被接受的形式推介给广大父母。由此，便有了这套系列读本。

能有这样一个机会和平台与读者沟通，值得我感谢的人太多。感谢我的父母始终一如既往地、无条件地支持我、鼓励我；感谢我的姐妹一如既往地、无条件地支持我、帮助我；感谢我在读书期间各位老师的教诲和鼓励；感谢北京博雅华章文化传媒有限公司万小遥老师帮助我开拓了职业道路；感谢开智书坊成墨初老师给了我实现梦想的广阔空间和坚定梦想的勇气和信心；感谢所有曾经陪伴我以及还在陪伴我走在路上的朋友们。

由于本人经验能力所限，本系列读本中的缺点不足在所难免。但无论如何，我始终秉承“用心做人，用心作文，用心做教育”的信念，尽力做好自己该做的每一件事，包括用心做好每一本家教书。

帮助每一个父母成为成功而快乐的父母，帮助每一个孩子成为优秀而幸福的人才，在我看来是最幸福的事。真诚地希望各位读者和父母朋友们给予我更多的支持和指教，我将不胜感激。

目录

CONTENTS

第一章 没有孩子，人生不完整吗 / 1

没有孩子的人生是不完整的人生 / 1
没有孩子的人生是不完整的人生 / 1
没有孩子的人生是不完整的人生 / 1
没有孩子的人生是不完整的人生 / 1
没有孩子的人生是不完整的人生 / 1
没有孩子的人生是不完整的人生 / 1

第二章 科学养育保障孩子身体健康 / 21

为了让孩子更健康更快乐 / 21
科学育儿是保障孩子健康的良方 / 21
科学育儿是保障孩子健康的良方 / 21
科学育儿是保障孩子健康的良方 / 21
科学育儿是保障孩子健康的良方 / 21
科学育儿是保障孩子健康的良方 / 21

第三章 早期教育与语言训练 / 37

语言是孩子的生命 / 37
语言是孩子的生命 / 37
语言是孩子的生命 / 37
语言是孩子的生命 / 37
语言是孩子的生命 / 37
语言是孩子的生命 / 37

C 目录 CONTENTS

第1章 教育孩子，父母先受教育 / 1

母亲能够决定孩子的未来 / 2

努力做个好母亲 / 5

保姆不可取代父母 / 9

教育孩子，先改造父母 / 11

父母要做孩子的好榜样 / 14

以正确的态度教育孩子 / 16

第2章 科学养育保障孩子身体健康 / 21

为了让腹中的宝宝更健康 / 22

金汁银汁不如母亲的乳汁 / 25

均衡营养很重要 / 27

良好饮食习惯的养成 / 30

不用食物作为奖惩的手段 / 32

保障孩子具有健康的身体和大脑 / 34

第3章 早期教育与五官训练 / 37

摇篮期开始全面教育计划 / 38

早教不会损耗孩子的智力 / 41

- 开启孩子的听力 / 44
- 发展孩子的视觉 / 46
- 教孩子学会观察 / 49
- 培养孩子的触觉感受力 / 52
- 增强孩子的注意力 / 55
- 训练孩子的记忆力 / 57
- 丰富的刺激可以开发孩子的智力 / 59

第4章 及早教孩子学习语言 / 63

- 一出生就开始语言教育 / 64
- 用正确、标准的语言教孩子 / 66
- 通过各种方式教孩子学语言 / 69
- 在生活中教孩子学语言 / 71
- 给孩子表达的机会 / 73
- 教孩子学习外语 / 76

第5章 引导孩子在游戏中受教育 / 79

- 孩子的玩耍就是学习 / 80
- 在游戏中学习语言 / 82
- 在兴趣中学拼写 / 85
- 以玩的心态学习阅读和写作 / 87
- 在游戏中感受音乐和节奏 / 88
- 数学游戏让孩子爱上数学 / 91
- 在游戏中学礼仪、塑品质 / 94

第6章 告诉孩子你真棒 / 97

- 相信孩子的能力 / 98

- 培养孩子的自信 / 101
- 适时表扬孩子的努力和进步 / 104
- 表扬之后是鼓励 / 107
- 成就感是孩子努力的动力 / 109
- 不打击孩子的积极性 / 111
- 批评、惩罚以尊重为前提 / 113

第7章 品质培养要把握关键期 / 117

- 良好品质需从小培养 / 118
- 培养孩子积极主动的性格 / 120
- 激发孩子的责任感 / 122
- 克服孩子的任性 / 124
- 做个勤劳节俭的好孩子 / 126
- 滋养孩子的爱心 / 128
- 教育孩子讲诚信 / 131
- 引导孩子学会分享合作 / 133

第8章 让习惯成为自然 / 137

- 教育孩子学会专注 / 138
- 做事情要力求完美 / 140
- 培养孩子的认真和踏实 / 143
- 养成独立思考的习惯 / 145
- 鼓励孩子勇敢面对挑战 / 148
- 训练孩子的毅力和恒心 / 150

第9章 给孩子自由的天空 / 155

- 不压抑孩子的兴趣和天性 / 156

鼓励孩子探索和尝试 / 158

让孩子自然成长和发展 / 162

允许孩子做他喜欢的事 / 164

给孩子想象的翅膀 / 166

创造让孩子走得更远 / 170

在大自然和生活中学习 / 172

第10章 教孩子学会独立 / 175

引导孩子学习自理 / 176

做个懒妈妈，放手让孩子去做 / 179

不要总做孩子的羽翼 / 182

允许孩子表达自己的意见 / 184

让孩子为自己的事情负责 / 186

第11章 孩子幸福快乐最重要 / 189

使孩子感受到爱和温情 / 190

孩子的快乐比成绩更重要 / 193

培养孩子创造幸福的能力 / 195

引导孩子在挫折中找到希望 / 198

让孩子保持童真童趣 / 201

教孩子在失败中发现机会 / 203

不压抑孩子的个性 / 206

第1章

教育孩子，父母先受教育

成墨初解读

孩子来到这个世界上，最先接触的环境是家庭，最先接触的人是父母。父母，尤其是母亲，对孩子的一生有着不可磨灭的影响，这已是一个毋庸置疑的实事。

孩子从一个无知无识、无能为力的胎儿，成长为一个具有健康的身心、丰富的知识技能、良好性格品质的独立的社会人，全有赖于教育，而最重要的是在家庭中父母对孩子的教育。

斯特娜夫人作为一位母亲，她用自己的亲身经历和教育实践论证了这一结论。她首先是一位优秀的女人，是一位优秀的母亲，然后才成为了女儿维尼弗雷特成功的教育者。

不仅如此，维尼弗雷特能成功，斯特娜的丈夫也功不可没。他和妻子共同为女儿创造了幸福和谐的家，共同将女儿培养成才。

父母也是从无知到有知、从不成熟到成熟逐渐成长起来的。没有人天生会做父母，要想教育好孩子，父母自身要先受教育，首先要学习做一个好父母，这是教育好孩子的前提。