

幼兒智力訓練手冊

殷紅博／著

最佳幼兒



記憶訓練法



林鬱文化事業有限公司

Lin Yu Cultural Enterprise Co., Ltd.



ISBN 957-9263-32-9 (523)



00200



9 789579 263320

●封面·版面設計／林鬱工作室●

國立中央圖書館出版品預行編目資料

最佳幼兒記憶訓練法 / 殷紅博著. --初版. --

臺北市：林鬱文化，1995[民84]

面：公分. --(創意教室系列；7)

ISBN 957-9263-32-9(平裝)

1. 兒童心理學 2. 記憶

523.12

84007773

創意教室系列 [7]

最佳幼兒記憶訓練法

NT.200

殷紅博／著

1995年9月初版

<代理商>

錦德圖書事業有限公司

板橋市中山路二段291-10號7樓之3

電話·02-9566521 * 傳真·02-9566503 * 郵撥·0773591-1

<出版者>

林鬱文化事業有限公司

行政院新聞局局版台業第4881號

台北市〈文山區〉萬安街21巷14號1F

發行部電話·02-2300545 * 傳真·02-2300532

編輯部電話·02-2309406 * 傳真·02-2306118 * 郵撥·1670488-6

● 本公司產品權益依法保障，非經同意不得轉載、改編、複製 ●

■ 裝訂錯誤請與各代理商退換，謝謝！■

ISBN 957-9263-32-9

創意教室系列 [7]

最佳幼兒記憶訓練法

殷紅博／著

林鬱文化事業有限公司

Lin Yu Cultural Enterprise Co., Ltd.

前 言

現代科學技術的高度發展，越來越需要像牛頓、愛因斯坦式的傑出人才。世界各國爲了培養英才，都十分重視幼兒的早期教育。

開發人類的記憶能力是發掘人類潛能的一個最重要的方面。不僅因爲記憶能力是人類整個智力結構的基礎。而且還因爲人類有 90% 以上的記憶能力尚未被開發。

人類的許多能力都有其發展成熟的關鍵期，在這個關鍵期裡得到科學的訓練，將會收到最佳的效果，而如果錯過了這個時期，那將是很難彌補的。

我們經過多年的研究發現，人類記憶能力的發展、成熟的關鍵期在 3~7 歲幼兒期。這個時期人類的記憶能力發展最快，最易得到發展或受到阻礙。如果訓練得法，幼兒在短短幾十天後，記憶能力會得到成倍的提高，一旦錯過這個關鍵期，則需花很大的氣力才能彌補。

爲此，我們根據幼兒的身心特徵和知識水平，創造設計了一整套訓練幼兒記憶能力的方法和程序化教材。這套訓練教材簡單實用，一般家長就能親自輔導孩子。

目 錄

第一章 ● 培養幼兒記憶能力的意義與方法／5

- 1 優秀的記憶能力是訓練出來的／5
- 2 記憶發展關鍵期與記憶訓練的意義／11
- 3 幼兒心理特徵與記憶訓練原則／19
- 4 訓練幼兒記憶能力的階段與方法／25
- 5 提高幼兒記憶能力的其他途徑／55
- 6 培養幼兒優秀的記憶心態／71
- 7 指導幼兒掌握記憶技巧／78
- 8 大腦記憶衛生／86

第二章 ● 怎樣進行幼兒記憶能力的訓練／90

- 1 訓練計劃與時間安排／90
- 2 建立幼兒記憶發展檔案／94
- 3 家長在記憶訓練中的任務與方法／97
- 4 幼兒記憶訓練前記憶能力測驗／102
- 5 幼兒記憶能力訓練程序／108
- 6 幼兒記憶訓練後記憶能力測驗／248

● 第一章 ●

培養幼兒記憶能力的意義與方法

1 優秀的記憶能力是訓練出來的

人的記憶能力伴隨著人的一生，與人的生活、學習、交往活動息息相關。

人的記憶能力也與人的其他能力一樣都需要後天的不斷訓練而發展起來。

國內外大量的實驗研究表明，記憶能力從幼兒期開始訓練，有著成年期訓練無法比擬的效果。它見效快、效果好，而且可以從一開始就影響著人的其他能力的發展，使人終生受益。

一、人們對記憶的兩個誤解

由於各種原因，人們對於記憶產生了兩個影響較大的誤解。

第一個誤解是：人的記憶力好壞是天生的，與訓練無關。這種誤解的產生原因主要是人們缺乏對記憶的了解，因而誇大了遺傳對記憶能力的作用。雖然人的遺傳因素對於記憶能力是有一定的影響的，但是起決定作用的是後天的訓練。國內外大量的研究都證明：占人口95%以上的人的遺傳因素是差不多的，記憶能力（其他能力也一樣）主要是後天教育與訓練的結果。不僅如此，有些遺傳因素超過常人的幼兒（一般占人口1~2.5%）如果得不到良好的教育和訓練，優秀的遺傳因素也會下降，其記憶能力也會不如正常的幼兒。我們在一些鄉鎮農村調查時，發現了一些3~6歲的幼兒遺傳因素很好，智力方面尤其是記憶能力有超人的表現。可是兩三年後我們再次去調查時，發現這些兒童各方面的能力與其他大多數兒童幾乎沒有什麼差別。為什麼有這樣的結果呢？主要是缺乏後天的教育，因為孩子的父母幾乎是文盲，無法教育孩子。相反，一些發展正常的幼兒，經過父母的精心教育，幾年後許多方面的能力有了超常的發展，於是培養出了「數學神童」、「小作家」、「小畫家」、「小藝術家」等。這方面的報導許多，這裡不再贅述。

第二個誤解：幼兒的記憶力很好，甚至比成人還強，沒有訓練的必要。因為幼兒常常會無意識地記憶住許多事情，甚至成人沒有記憶住的事情，幼兒也記憶住了。這樣一來，成人便覺得幼兒的記憶力能力比自己還

強。而實際上幼兒期的記憶能力還很差，尚處在發展初期，3~4歲的記憶能力只有成人的 $\frac{7}{6}$ 分之一，5~7歲的幼兒記憶能力也只有成人的 $\frac{4}{3}$ 分之一。我國心理學家的研究表明，在同樣長的時間裡，高中一、二年級的學生（16~18歲）記住的材料數量比初中一、二年級的學生（13~14歲）多近2倍；比小學一、二年級學生（7~8歲）多近4倍；比幼稚園中的5~6歲的幼兒多5倍多。15~22歲是人類記憶發展的頂峰期。家長只要給幼兒進行一次下面的測驗就明白了。

測驗題：家長與幼兒一起識記下面15個兩位數一分半鐘，然後，用2分鐘時間回憶出記住的數字。

15 26 85 73 64 92 87 57
52 19 23 96 37 58 69

如果幼兒不認識數字，可以用25個圖形或實物代替，要求同上。

二、記憶訓練與幼兒智力的全面發展

人的智力由觀察力、記憶能力、思維能力、創造能力、想像能力、操作能力等組成。其中記憶能力是整個智力結構的基礎。如果沒有好的記憶能力，其他各種能力都無法得到正常發展。

在不同的年齡階段，記憶能力與智力的關係也不一樣。在幼兒期，記憶能力占了人智力的主要部分，也可以說，如果一固幼兒的記憶能力發展正常，也就可以說

他的智力發展正常。記憶力超常的幼兒，智力的發展也自然是超常的（研究測定，在3~4歲、4~5歲、5~6歲、6~7歲四個階段，人的記憶能力與智力的相關係數都在6~6.5左右，表現出較高的正相關）。

而一旦進入小學後，尤其是到了成年，人的智力結構發生了變化，思維能力和創造能力開始占主要地位，而記憶能力的作用開始下降。這時一個智力發達的人，必須要有發達的思維能力。但是值得說明的是，在小學或成年時的優秀的思維能力是在幼兒期優秀的記憶能力基礎上發展起來的。沒有幼兒期良好的記憶能力，思維能力的發展會受到極大的影響，正因為如此，許多心理學家和教育學家把幼兒期的記憶能力作為衡量一個人智力發展是否正常的一個重要的標誌。

正因為幼兒期記憶能力對人的智力的發展有舉足輕重的作用，使得幼兒記憶力訓練成爲一項相當不容易的事情，要發展幼兒的記憶能力需要有科學的方法。日本筑波大學的兒童教育家松原達哉認爲：「發展幼兒記憶能力比發展其他的各種能力都困難，是早期教育中一件十分困難的事情。」

三、優秀的記憶力是「智力超常兒童」的標誌

記憶力的好壞成了一個幼兒是否被認爲是智力超常兒童的標誌，古今中外智力超常的兒童，大都是有非凡的記憶力的。

智力超常兒童並不主要是因為天生聰慧，而主要是後天父母實施了耐心而又得法的教育的結果。

四、記憶訓練與造就完整的人才

教育心理學越來越重視這樣一個事實：即人的個性心理品質對人的智力有著很大的影響。人的個性心理品質指的是人的氣質、性格、自信、自尊、興趣、愛好、交友、獨立性、競爭性、創造性。

愛因斯坦說過：「一個人是不是人才，不是看他有多少知識和智力，而是看他怎樣發揮自己的智力和能發揮多少智力。」

美國心理學家特爾曼，用 30 年的時間，追蹤考察了 1000 多名智力超常的人。最後得出結論：人的非智力因素，如環境、個性、心理品質，對人的智力的運用與成就的獲得有極大的影響。他從中小學起開始跟蹤考察，直到 30 多年後，他把這 1000 多人中最有成果和有最好成果的人進行比較後，得出上述答案的。

智力超常的兒童尚不能完全發揮他們的能力，那麼，智力一般的兒童要想有所作為當然就更不容易了。

這個事實是誰都不能否認的：在學校中，學習好的和差的學生的心理存在很大的差別。學習好的學生可能一直好下去，而學習差的學生要趕上去卻很難。

學習差的學生的心理是相當苦悶的，教師的偏心，同學的態度，家長的抱怨，這一切對一個中小學生來說

是不小的精神壓力，要想擺脫是不容易的。

而達到這種程度的原因，可以說是在一入學就開始了的。在小學，小學生思維能力較差，學習成績的好壞主要靠記憶力，記憶力好的學生明顯占了優勢。以後，學習好的學生學習興趣越來越濃，興趣越濃學習成績越好，形成良性循環。學習成績差的學生，學習興趣下降，學習興趣越低，學習成績越差，形成惡性循環，要打破惡性循環就難了。

如果在幼兒期就能有強的記憶力，上學後不論在學業和個性心理方面都會有好的發展，會成爲一個完整型的人才。

五、科學的訓練是幼兒記憶發展的最佳途徑

經過 6 年多的反覆實驗，跟蹤調查，我們創造設計出了一套訓練幼兒記憶能力的方法。這套訓練方法分爲五個階段：①注意力訓練階段；②注意力記憶協同訓練階段；③記憶力訓練階段；④強化記憶力訓練階段；⑤各種能力綜合訓練階段。五個階段的訓練共需要 40 天可以完成。從實驗效果來看，效果較好，能顯著提高幼兒記憶能力。在我們訓練的 2400 多名幼兒中，95% 以上的幼兒記憶能力都有提高，其中 30% 以上記憶能力提高 1~3 倍。我們還專門對弱智兒童進行記憶力訓練，結果證明，這套訓練教材只要降低要求也適合弱智兒童，經過訓練，弱智兒童的記憶力也有改善，記憶能力平均提

高 50% 左右。

我們跟蹤調查發現，經過訓練的兒童進入小學後學習非常輕鬆，學習成績名列前茅。眾所周知，小學一至三年級主要學習一些需要記憶的知識為主的內容，所以有一個好的記憶能力學習起來就能夠得心應手。

例如，這些經過訓練的兒童，在課堂上每次能記憶 10 個以上的生字，而未經過訓練的兒童平均只能記憶 4~5 個。有些經過記憶訓練的兒童進入小學特殊實驗班，只用兩年的時間就學完了小學四年的課程，而且毫無負擔，成績優異。

我們的跟蹤調查還發現，經過記憶訓練的幼兒，由於學習輕鬆，學習認真、主動，一般都不需要家長「陪讀」，這不但減輕了家長的負擔，而且為以後的學習打下了良好的基礎。

2 記憶發展關鍵期與記憶訓練的意義

我們知道，人的心理功能是人的大腦對外界的反應，是人腦的生理特性決定的。因此，人的心理發展與人的生理發展有直接的關係，尤其是從出生到幼兒期這段時間裡表現得尤為突出，這一點可以從年齡的差別與心理發展的關係上體現出來。例如，人從 30 歲到 40 歲這 10 年裡，無論是心理還是生理上變化一般不會很大，

而從 1 歲到 3 歲這兩年之中的變化就太大了。

所以，要討論人類心理功能的發展變化，是離不開研究人類的生理變化的，尤其是人類大腦的發展變化。

人類的大腦有一種特性，也就是在某一特定的時期對某一特定的信息反應敏捷，具體表現出某一種特定的能力高速發展。例如，5 歲左右大腦對音樂的反應最靈敏，尤其對於小提琴反應更為突出。因此，音樂教育家說，一個人如果想在小提琴方面有突出的成就，就須從 5 歲學起。同時，大腦的這種特性也決定了在 5 歲左右學習小提琴不但最容易入門，而且較容易把握小提琴的真諦。為此，心理學上就把 5 歲這個時期，叫做學習小提琴的「關鍵期」。

有關心理發展「關鍵期」的理論，最初是奧地利生物學家洛倫茲(K.Z.lorenz)在對動物心理發展規律的研究中發現的。1935 年，洛倫茲在研究剛出生的小鵝行為時發現，小鵝剛卵化出生後的第一、二天內，有追隨牠第一次見到的活動的物體的行為，並把這個活動物體當成「母親」。當小鵝第一眼見的是鵝媽媽時，就跟鵝媽媽走，而當小鵝第一眼見到的是洛倫茲時，就跟隨洛倫茲走，並把他當成「母親」。

可是，洛倫茲後來又發現，一旦在出生後的一、二天內不讓小鵝接觸到活動的物體，過了二三天後，無論是鵝媽媽還是洛倫茲，儘管再努力與小鵝接觸，小鵝都不會跟隨，即小鵝這種跟隨母親的行為喪失了。

於是，洛倫茲把這種無需強化的，在一定時期容易形成的反應叫做「印刻」現象。「印刻」現象發生的時期叫做「關鍵期」。

重要的是，這種「關鍵期」現象，不僅在小鵝身上發生，許多人的研究還發現，幾乎所有哺乳動物都有這種「關鍵期」現象，尤其在人類身上這種表現十分明顯。洛倫茲因為「關鍵期」理論的提出和研究而榮獲諾貝爾獎。

洛倫茲後，人們開始把主要精力放在人類各種行爲（包括心理、技能、知識掌握等行爲）的「關鍵期」的研究中。於是提出了人類心理發展「關鍵期」理論。所謂人類心理發展「關鍵期」理論是指：人類的某種行爲和技能，知識的掌握，在某個時期發展最快，最容易接受影響。如果在這個時期施以正確的教育，可收到事半功倍的效果，一旦錯過這個時期，就需要花費幾倍的努力才能彌補，或者將永遠無法彌補。例如，幼兒5歲以前是人類語言能力尤其是口語能力全面發展的時期。如果在5歲以前，人類不對某個幼兒進行語言訓練或接觸，這個幼兒將很難學會人類的語言了。印度「狼孩」的事實是許多人都知道的。在出生後不久，兩個孩子被狼叼走，七、八年後才到人間。儘管進行了各方努力，但「狼孩」幾乎無法學會人類的語言。前一段我國大量報導了一個「豬孩」的事實。無知的父母讓孩子從小與豬生活在一起，很少管教孩子，結果孩子長大了幾乎不

會說話，卻很理解豬的叫聲和行爲。

人的心理發展的規律是客觀的，在某種意義上來說是無法任人改變的，我們只有按照其發展規律，才能培養出優秀的下一代。

國內外近半個世紀來對人類心理發展「關鍵期」理論的研究取得了可喜的成就。下面是一些研究成果。

出生後 8~9 個月，是嬰兒分辨大小的關鍵期。

出生後 10~11 個月，是嬰兒理解語言的開始期。這時雖然嬰兒尚不會說話，但已開始聽懂成人的一些話，並能按成人的某些要求去做，如對嬰兒說：「再見」，嬰兒會擺擺手等。

1~1 歲半是口頭語言學習的關鍵期。

2~3 歲是幼兒計數能力開始發展的關鍵期。

2 歲半~3 歲是幼兒開始學習自我約束、學習掌握各種規矩和要求的關鍵期。

3~5 歲是發展幼兒音樂能力的關鍵期。

4~5 歲學習書面語言，掌握用筆能力的關鍵期。

3~8 歲是學習外語能力的關鍵期（3~5 歲是口語，6~8 歲可學習書面語言）。

5 歲左右是掌握數學概念的關鍵期，學習加、減法速度很快。

5~6 歲是掌握漢語詞匯、理解詞匯意義的關鍵期。

6~16 歲是體育能力最有成效的關鍵期。

（6~7 歲是速度、靈活性發展的關鍵期，11~16 歲