

爱宝贝 | 养育有道系列

好妈妈这样做

挖掘孩子的

张海燕 编著

好妈妈是
创造者

右脑潜能

中国妇女出版社

爱宝贝1 养育有道系列

好妈妈这样做：

挖掘孩子的

右脑潜能

张海媛 编著



中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

好妈妈这样做：挖掘孩子的右脑潜能 / 张海媛编著.
—北京：中国妇女出版社，2014. 10

ISBN 978 - 7- 5127- 0894- 5

I. ①好… II. ①张… III. ①婴幼儿—智力开发
IV. ①G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 124283 号

好妈妈这样做：挖掘孩子的右脑潜能

作 者：张海媛 编著

策划编辑：王晓晨

责任编辑：王晓晨

封面制作：曾 梅

责任印制：王卫东

出版发行：中国妇女出版社

地 址：北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码：100010

电 话：(010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址：www.womenbooks.com.cn

经 销：各地新华书店

印 刷：北京联兴华印刷厂

开 本：170×230 1/16

印 张：14.75

字 数：200 千字

版 次：2014 年 10 月第 1 版

印 次：2014 年 10 月第 1 次

书 号：ISBN 978 - 7- 5127- 0894- 5

定 价：32.00 元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误，请与发行部联系)

目 录



第一章 你的宝宝是右脑型人才吗 / 1

0~3岁是宝宝大脑开发的黄金期 / 2

宝宝的大脑并不神秘 / 7

你的宝宝是右脑型人才吗 / 11

右脑开发不宜过度 / 12

常用左手，右脑更发达 / 16

用爱，给大脑开发加油 / 20

第二章 开发形象思维智能，让宝宝插上想象和创造的翅膀 / 27

飞机是模仿鸟儿做成的 / 28

宝宝不是甜的 / 33

小臭美，爱看自己的照片 / 37

了解事物的分类 / 41

玩具是个好帮手 / 45

大自然是最好的老师 / 50



第三章 提高空间知觉智能，让宝宝发展更全面 / 55

给大象贴上大鼻子 / 56

用心观察，会看到更多 / 61

一起躲猫猫 / 66

大西瓜，小苹果 / 70

把看到的東西画下来 / 73

第四章 培养创造性思维智能，让孩子大胆创新 / 79

“假如”走进故事中 / 80

让水陪伴孩子长大 / 85

和孩子一起观察水的状态 / 89

纸有多少种用途 / 95

宝宝，快去试一试 / 99

不听话的孩子并不一定就不好 / 105

让宝宝自己玩一会儿 / 110

让孩子随意涂鸦 / 116

第五章 提高肢体协调智能，让宝宝的身体更灵巧 / 121

做个小小攀爬者 / 122

让孩子健步如飞 / 127

让孩子多玩撕纸游戏 / 132

让孩子玩玩沙滩球 / 140

让孩子自己用勺子吃饭 / 145

第六章



提高人际关系智能，使孩子成为一个受欢迎的人 / 151

我可以帮助你吗 / 152

让孩子学习礼貌用语 / 157

大家换着玩玩具 / 161

拍拍手，欢迎你 / 165

陌生人其实并不可怕 / 169

不同的表情，不同的心情 / 173

笑，拉近与他人的距离 / 177

和小朋友们一起做游戏 / 180

勇于承担责任 / 185

独立解决与其他小朋友的冲突 / 190

宽容的孩子更可爱 / 195

第七章



开发音乐智能，让孩子探索音乐的丰富宝藏 / 199

和孩子一起听儿歌 / 200

听一听下雨的声音 / 203

让孩子自编自唱 / 206

一起模仿各种声音 / 209

不要太早上音乐兴趣班 / 213

和孩子一起唱歌 / 216

让孩子接触一些乐器 / 220

孩子天生会跳舞 / 224

第一章



你的宝宝是右脑型人才吗

每一个孩子都是一个宝库，只要有合适的环境，正确的教育引导，这个宝库里的财富就会源源不断地被挖掘出来。

爸爸妈妈要用心观察，用心陪伴，就算再忙再累，也应尽量抽出时间陪伴孩子，不要让孩子错过0~3岁这个大脑开发的黄金期。

不过，万事都是过犹不及，孩子大脑的开发不可过度。爸爸妈妈在挖掘孩子大脑潜能的时候要注意适度、合理，这才是对孩子最好的爱。





0~3岁是宝宝大脑开发的黄金期

朵朵2岁多，正是准备进入幼儿园的时候，不知道为什么我总想起她刚出生的样子，红红的、皱皱的，像一个小猴子。随着朵朵慢慢长大，朵爸说：“我们朵朵就是一个标准的吃货，白天在吃，晚上也在吃，哭了以后最好哄的方式就是给她一些吃的。”

我笑朵爸：“你就看到她吃了，怎么没看到她长能耐呢？她虽然小，但是一天天地不同了，脑子里好东西也越来越多了。”看着这个小小的人儿一天天长大，我和朵爸每天都很开心。

我和朵爸不仅关注朵朵身体的成长，还很注重她的大脑开发。在朵朵出生前，我看的很多育儿书中都提到，从大脑的发育历程来看，0~3岁这段时期的发育尤其重要，被称为“脑部发育的黄金期”。教育专家称“婴儿在其降生的环境中接受各种感官刺激，形成与这个环境相应的素质。随之，这种成人已经失去了的，可以与上帝的创造力相比拟的非凡能力，便将迅速消失”。这就是说，婴儿的大脑对新生事物的接受能力很强，越是接近零岁，这种接收能力就越强。与0~3岁这段时期的孩子相比，成人大脑的接受能力就相对差些了。所以从朵朵出生开始，我们就很注重她的大脑开发。

我怀着朵朵时，认识了小区里很多小朋友和他们的妈妈。记得有一次，我看到两个同年龄但各种表现却不一样的孩子，他们分别叫乐乐和佳佳，看

到他们的表现后我就明白了一个道理——3岁以下的孩子大脑开发至关重要。

乐乐和佳佳都只有1岁多，都是男孩，胖乎乎的很可爱，但是佳佳却明显比乐乐“聪明”一些。佳佳活泼可爱，会说很多话，可是乐乐就连喊“爸爸”和“妈妈”的发音都发不准。我深入询问后才发现，原来佳佳的妈妈很注重孩子的大脑开发，他们夫妻俩岁数都不小了才有这个孩子，所以佳佳妈妈格外重视，从怀孕开始就吃叶酸、复合维生素、DHA等各种促进孩子生长和智力发育所需的营养素。佳佳出生后，佳佳妈妈坚持母乳喂养，添加辅食后还给佳佳均衡搭配饮食。佳佳妈妈还不放过每个培养孩子的机会，就算在外面散步，她也会向佳佳介绍身边的事物：“这是大树，这是小花。”

而乐乐的妈妈却不一样。乐乐妈妈怀乐乐的时候只有24岁，按她的话说：“自己都还没玩儿够呢，就有孩子了。”她的心思根本就不在胎儿身上，觉得自己身体很好，怀孩子时比较粗心，认为只要吃好、睡好，定期检查就行了。后来还是在医生的建议下，才慢慢开始关注营养和微量元素的补充。乐乐出生后，她觉得母乳喂养太不自由，就放弃了这种最科学的喂养法。在乐乐4个月的时候，乐乐妈妈回公司上班了，于是请了个保姆来照顾乐乐。保姆来自农村，不会说普通话，文化水平不高，只负责照顾好乐乐的吃喝拉撒，像智力开发这样的事儿，保姆不要说做，就连听也没有听过。

乐乐妈妈看到自己的儿子与佳佳之间有那么大的能力差距，心里很难过，意识到自己的粗心耽误了乐乐，一再表示要用心照顾乐乐，让他和别的孩子一样聪明可爱。我和佳佳妈妈都告诉她，3岁以前进行大脑开发，多陪陪乐乐，就没有问题。后来，我生了朵朵，出了满月到楼下看到乐乐妈妈，她说：“我刚工作没多久就结婚生孩子，总觉得工作放不下，而且自己的玩儿心也重，所以管乐乐的时候很少。上次乐乐生病，我带他去医院，医生说3岁之前是孩子大脑开发的黄金期，希望我们更好地对乐乐进行大脑开发。我现在



好妈妈这样做：

挖掘孩子的右脑潜能

主动调动了岗位，争取多一些时间陪他。我和乐乐爸爸商量了，以后也要加倍关注乐乐的大脑开发问题。”

后来，我常常看到乐乐妈妈、乐乐爸爸在楼下陪着乐乐玩，乐乐也确实比以前开朗大方了很多，看来乐乐的爸爸妈妈对大脑开发的事情真是下了决心，当然也收到了切实的效果。

现代医学研究发现，从孩子大脑重量来说，在3岁之前有量的飞跃，而到3岁时，孩子脑重已接近成人的脑重，这之后发育速度就变慢了。对于0~3岁的孩子来说，大脑是具有很强的可塑性。在新生儿出生之后，大脑中有很多神经并未连接，而这种连接在3岁之前，连接的量是最大的，大脑神经细胞之间的这些连接，在很大程度上是由婴幼儿生活中的经历决定的，如果能把此段时间利用好，将能很好地促进大脑功能的发育。

如果爸爸妈妈在孩子0~3岁这一特殊时期里，不给予教育性的刺激，那么孩子的大脑将得不到很好的发展，会迅速失去吸收能力，转变成“劣质”的头脑，即使以后再给予多么优良的教育性刺激，也无法恢复这种吸收能力了。

爸爸妈妈如何抓住0~3岁这个孩子大脑发育的黄金期？如何才能帮助孩子的大脑充分发育呢？

首先，饮食是大脑发育的关键，只有营养充足，才能保证孩子身体健康，大脑正常发育。母乳中含有DHA，它能促进大脑生长和发育。在婴儿时期，孩子最好的饮食就是母乳，妈妈们要尽可能地坚持母乳喂养。孩子年龄稍大一些，断奶以后，则需要健康、均衡的日常饮食，含丰富的蛋白质的鸡肉、鸡蛋、豆类以及蔬菜、水果是孩子的最佳食材。所有的这些食物，不仅仅是保证身体的健康、强壮，更是保证孩子大脑的正常发育，使他更聪明，发掘出更多的潜能。

其次，孩子的大脑发育与运动有很直接的联系，爸爸妈妈要让孩子真正

“动”起来，并和孩子一起“动”起来。婴儿操、坐、爬、站等大动作练习，都是对大脑发育有好处的日常锻炼方式，爸爸妈妈不妨每天为孩子安排一些这样的运动。当然，如果有条件、有机会，爸爸妈妈一起陪着孩子玩儿是最好不过的。

再次，家庭是孩子最好的乐园，爸爸妈妈是孩子最好的老师。爸爸妈妈要在家里营造出欢乐的家庭氛围，这样孩子才会是快乐的，同时也容易形成积极、乐观的心态。实践证明，在积极乐观的心态下大脑的发育将会更好，潜能被发掘得也更多。

另外，爸爸妈妈不要操之过急，要知道拔苗助长并不是真正有利于孩子的。有的爸爸妈妈心急一点儿，看到各种各样的刺激孩子大脑发育的方式，就巴不得每一样都给孩子试一试。可是，这些方法虽然多多少少都有些作用，但是用得过多，孩子又太小，不一定承受得了。爸爸妈妈要给孩子休息的时间，这里所指的休息主要是睡觉。孩子在休息的时候大脑慢慢地“消化”所学到的东西，等他醒来后，才能精力充沛地迎接下一回合的大脑刺激。

随着孩子的长大，孩子间的差距也越来越大，有的活泼机灵、热情好动、善于学习和模仿；而有的羞怯胆小、消极木讷，缺乏探索精神，接受和掌握新事物、新技能较慢。每个孩子生下来都是一样的，都是爸爸妈妈的小天使，后来的差别很大程度上来自爸爸妈妈，在0~3岁这个大脑发育的黄金期采用不同的方法、不同的态度，那么最后的结果也会是不同的。

年轻的爸爸妈妈们，孩子只需要你用心、用爱、用更多的时间去陪伴他，这样孩子的大脑就有可能发育得更好。



好妈妈这样做：

挖掘孩子的右脑潜能



妈妈有话说

不到3岁的孩子娇嫩得像花朵一样，爸爸妈妈对孩子的引导、教育应该注意方式和方法。如果环境丰富和教育训练适当，孩子的大脑将会获得意想不到的开发。相反，教育如果失当，不符合孩子身心发展规律，错过了适当的时机，或实施方法不当，往往会产生不良的后果，使孩子本来具有的发展潜能得不到充分实现。

最好的方法不一定就是最有用的方法，爸爸妈妈要寻找出最适合自家孩子的方法，才有可能最大限度地开发孩子的潜能。



专家方案

1. 饮食是大脑发育的关键，只有营养充足，才能保证孩子身体健康，大脑正常发育。
2. 坐、爬、站等大动作练习，都是对大脑发育有好处的日常锻炼方式，不妨每天为孩子安排一些这样的运动。
3. 给孩子营造一个健康、愉悦的家庭氛围，让孩子在愉快的情绪下进行大脑开发。
4. 给孩子适当的休息时间，孩子在睡觉的过程中，大脑才能慢慢地“消化”所学到的东西。

宝宝的大脑并不神秘

记得有一次，朵朵生病了，半夜发烧到 39℃，我和朵爸赶紧把她送到医院。经过医生的处理，朵朵才慢慢退烧了。天快亮的时候，朵朵终于安安静静地睡着了。我和朵爸也趁机眯了一会儿。

早上朵朵醒来后，对我说：“妈妈，我的头好痛。”我逗她，说：“你昨天晚上烧了大半夜，都快开锅了，能不头痛吗？”朵朵赶紧摸了摸自己的头，说：“妈妈，我的脑子里是粥吗？”我笑着说：“不是，朵朵的脑子聪明着呢，等你长大一点儿，妈妈就告诉你，你的大脑里有什么，不过，你放心，你大脑里装的永远都不是粥。”朵朵听完我的话，放心地笑了。

孩子的大脑并不神秘，只不过面对不到 3 岁的小宝宝，我们不能找到合适的语言去表达。

小孩子的康复能力是很神奇的，从医院回来的当天朵朵就精神很多了，朵朵奶奶听说她病了拿着香蕉和核桃来看她，我看着圆圆的核桃，突然想起了早上的问题。我问朵朵：“妈妈手里拿着的是什么？”朵朵看了看我，又看了看我手里的核桃，说：“吃的。”我摇了摇头，朵朵还是说：“是吃的。”朵爸笑着说：“朵朵，妈妈手里拿的是核桃啊，我们平时吃的是核桃里的肉。”我用核桃夹轻轻地夹开一个核桃，慢慢地剥开外壳，就有了一个完整的核桃肉。我告诉朵朵每个人的脑子就像这核桃里的肉一样，分成左右两边，而且



还有很多褶皱。

朵朵看了看我，又看了看核桃肉，说：“妈妈，我发烧的时候是不是把核桃肉烧糊了？”朵爸看了看我，我们不约而同地笑了。朵爸说：“她才那么小，你跟她说这些怎么能说通？现在越来越说不清了吧？”

人类的大脑并不神秘，世界各国的科学家早就进行了相关研究，人类的大脑是所有器官中最复杂的一部分，并且是所有神经系统的中枢。虽然人类的大脑看起来是一整块的样子，但是细分起来可以分为3个部分：脑核、脑缘系统和大脑皮质。大脑位于脑干前方，背侧依大脑纵裂分成左、右两半球。

孩子在妈妈的身体里的时候，大脑就开始发育了，胎儿的脑神经元不断增加，平均每分钟增加250,000个，到了出生时，可达近100亿个脑神经元；重量也由100克生长到1100克，成长速度相当惊人。科学实践发现在胎儿的成长过程中，适当地给予听觉、体觉、视觉的刺激，将有助于脑部胶原神经细胞的发展。

胎儿出生后，大脑的生长速度更是惊人，而且对于孩子以后的成长也相当关键。0~3岁是脑部发育最重要的阶段，在这个阶段，脑部所有的发育都是在为整个脑神经网络的构建打基础，若基础工作做得十分扎实，后续的学习将会事半功倍。

成年人的大脑重量约1400克，3岁孩子的大脑重量约1000克。这么轻的大脑却是控制人一切行为、思想的中心，它是怎样指挥人体的？

人的大脑分成左脑和右脑，并有不同的分工。左脑支配右半身的神经和器官，是理解语言的中枢，主要负责语言、分析、逻辑、数字的思考、认识和行为。左脑进行的是有条不紊的条理化思维，即逻辑思维。右脑支配左半身的神经和器官，是一个没有语言中枢的哑脑。但右脑具有接受音乐的中枢，负责可视的、综合的、几何的、绘画的思考行为，具有观赏绘画、欣赏音乐、凭直觉观察事物、纵览全局等功能。

曾经有一个很有名的实验，实验者切断被实验者位于左右脑连接部的脑梁，然后挡住其左视野，在他的右视野放上图形，被实验者可以使用语言说明图形是什么；但是在被实验者左视野显示数字、文字、实物，哪怕是读法很简单，他也不能用语言说出它们的名称。

左右脑这种分工是严格的吗？理论上来说不是绝对的，现实来说也是不可能的。曾经有科学家切断实验动物和严重癫痫患者左右脑之间的神经联系后发现，各自独立的半球都有其自己的意识流，在同一个头脑中两种独立意识平行存在，它们有各自的感觉、知觉、认知、学习以及记忆等。也就是说，左脑同样具有右脑的功能，右脑也同样具有左脑的功能，只是各有分工和侧重点而已。

人们不必刻意去细究左脑和右脑的关系及详细分工，只要了解了左脑、右脑侧重的分工，并根据其特点进行刺激、开发即可。为了让家长更明确左脑、右脑工作的重点，打个比方来说，左脑就像个雄辩家和科学家，善于语言和逻辑分析，长于抽象思维和复杂计算，但刻板，缺少幽默和丰富的感情，是知性的、理性的；右脑就像个艺术家，长于非语言的形象思维和直觉，对音乐、美术、舞蹈等艺术活动有超常的感悟力，不善言辞，但充满激情与创造力，感情丰富、幽默，有人情味，是激情的、感性的。

在怀朵朵的时候，我就参看了一些关于大脑开发的书，还参加过一个头脑开发的组织，在这个组织里我认识了很多关心且关注孩子大脑开发的年轻爸妈。有一天，新认识的刘姐拉着我去参加一个头脑开发的活动。活动结束后主讲人告诉家长们，他们将用最先进的方式对孩子进行大脑开发，在他们的引导下，家长想开发孩子的左脑就开发左脑，想开发孩子的右脑就开发右脑，而且只要不要求孩子成为爱因斯坦，家长想达到什么样的水平他们都能做到。

我告诉刘姐：“这样的活动你以后就别参加了，他们不是专业的，只不过是哄家长、孩子开心而已。‘想开发左脑就开发左脑，想开发右脑就开发右脑’，纯粹是不负责任的信口开河。”刘姐听了我的话，可能也意识到他们说



好妈妈这样做：

挖掘孩子的右脑潜能

得有点儿“大”，有点儿不負責任，后来再也不去了。

人们现在认识到孩子的大脑并不神秘，并且用各种方法对大脑进行开发。但是对大脑的开发也是有一定限度和科学方法的，并不是像那些人所说的想开发哪里就开发哪里。

年轻的爸爸妈妈们要想对孩子进行大脑开发，首先就要认识孩子的大脑，揭开大脑的神秘面纱，从孩子的语言、形象思维、空间智能等多方面进行引导，只有对大脑有一定的科学认识才可能进行合理的开发。



妈妈有话说

人们常说现在的中国人缺少创新能力和创造力，思维趋同，干什么事要么“一窝蜂”，要么“一刀切”。要想打破这种僵局，就要从孩子们身上下工夫。爸爸妈妈要认识到孩子的改变首先是从大脑开始的，爸爸妈妈认识了孩子的大脑才能更好挖掘对孩子的无限潜能，让孩子成为出类拔萃的人才。



专家方案

1. 人的大脑是一个整体，不能硬生生地进行左脑开发，同理，也不能硬生生地进行右脑开发。左脑同样具有右脑的功能，右脑也同样具有左脑的功能，只是各有分工和侧重点而已。开发左脑、右脑指的是对左脑、右脑工作的侧重点进行有目的、科学的刺激，挖掘出孩子的潜能。

2. 爸爸妈妈要想对孩子进行大脑开发，就需要充分了解孩子的大脑，以正确的方法进行引导，切记不可盲目。

你的宝宝是右脑型人才吗

右脑型测验：

1. 清楚记得初次见面的人的面孔。
2. 喜欢用木头或天然材料制造的东西。
3. 肚子不饿就不肯吃东西。
4. 挨骂后不会闷闷不乐。
5. 对新的玩具和游戏立即感兴趣。
6. 热衷收集组合模型。
7. 清楚记得电视或画册上人的脸或表情。
8. 喜欢模仿大人做运动的姿势，也想学着做做看。
9. 经常想与别人一起进餐。
10. 说话时常以动作、手势来帮助说明。
11. 散步时边走边东张西望看四周景色。

测试方法：

上面各项回答“是”计1分，回答“否”计0分。

测试分析：

如果宝宝以上测验得分较多：说明宝宝属于右脑类型，灵感、直觉、创造性、感性等由右脑分管的能力发展较好。