

《温和的革命》丛书系列

父母必读——婴幼儿发育指南

教你如何评定及促进宝宝的大脑发育



Wow! 你的宝宝 是天才

*HOW SMART IS
YOUR BABY?*

婴幼儿大脑潜能揭秘
开发培育婴幼儿的全部潜力

(美) 格兰·多曼 (美) 詹妮特·多曼

美国畅销书《如何教你的宝宝阅读》作者

周晓力 译

王 力 校

Wow! 你的宝宝 是天才

婴幼儿大脑潜能揭密

HOW SMART IS
YOUR BABY?

开发培育婴幼儿的全部潜力

(美) 格兰·多曼 (美) 詹妮特·多曼
周晓力 译 王 力 校

外语教学与研究出版社

北 京

京权图字：01－2009－5078

© Glenn Doman and Janet Doman, 2009

All rights reserved. This reprint edition for the People's Republic of China is published by arrangement with the authors. No part of this publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of both the authors and Foreign Language Teaching and Research Press.

图书在版编目(CIP)数据

Wow! 你的宝宝是天才：婴幼儿大脑潜能揭密 / (美) 多曼 (Doman, G.), (美) 多曼 (Doman, J.) 著；周晓力译. — 北京：外语教学与研究出版社，2009.8

(温和的革命丛书系列)

书名原文：How Smart Is Your Baby?

ISBN 978－7－5600－8953－9

I. W… II. ①多… ②多… ③周… III. 婴幼儿—智力开发 IV. G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 154555 号

出 版 人：于春迟

丛书策划：范晓虹

责任编辑：范晓虹 李少林

装帧设计：迟红蕾 田丽丹

出版发行：外语教学与研究出版社

社 址：北京市西三环北路 19 号 (100089)

网 址：<http://www.fltrp.com>

印 刷：北京华联印刷有限公司

开 本：787×1092 1/16

印 张：18.75

版 次：2009 年 9 月第 1 版 2009 年 9 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978－7－5600－8953－9

定 价：68.00 元

* * *

如有印刷、装订质量问题出版社负责调换

制售盗版必究 举报查实奖励

版权保护办公室举报电话：(010)88817519

物料号：189530001

本书献给我的妻子凯蒂·玛辛汉姆·多曼 (Katie Massingham Doman),

她满怀爱心地教导世界各地数以千计的母亲们

如何教育她们的婴儿。

只要母亲和婴儿们仍有需求,

她将一如既往地通过本书继续她的奉献。

致 谢

本书历经多年终于得以与读者见面。它是半个世纪以来许多有勇气、有思想、有决心的人们探索发现的成果。他们之中的许多人目前仍在勤奋地工作，但是也有一些人已经永远地离开了我们。他们中有的人做出了具有深远影响的巨大贡献，其余的人则在关键时刻提出了重要建议。

首先，我们要感谢的是参与我们工作的众多母亲，她们是婴儿成长过程中敏锐的观察者，她们了解婴儿实际上比我们所想象的要聪明得多得多。正是她们对婴儿能力的坚定的信心和执着的态度使我们高瞻远瞩、不断前进。她们的建议是我们灵感的源泉，她们的困难是激励我们向前的动力。

其次，我们要感谢的是众多的婴儿们，包括脑损伤婴儿和健康婴儿。他们的耐心帮助使我们得以了解婴儿不被人所知的真实一面，而其过程中对我们出现的错误的谅解更使我们难忘。在此我们特别向玛丽亚、奥利维娅、伊索尔达和卡莱布表示谢意，感谢他们的耐心和令人快乐的活力。

以下诸位伟人对知识的挚爱使他们成为杰出师表：

坦普尔·费伊（Temple Fay），脑神经外科主任，他以极大的好奇心和质疑“真理”的独特能力首先带领我们向传统发起了挑战。

铃木镇一（Shinichi Suzuki），有史以来最伟大的教师之一，他热爱母亲和婴儿，同样重要的是，他尊重他们。他所做出的伟大贡献难以用文字表述。

威廉·琼斯（William Johntz），SEED 项目*的创始人，他把苏格拉底教学法转变成更为先进、完美，也更为有效的探索发现式教学法。他对数学教学法的贡

* SEED 项目：美国的一个数学教学项目，由威廉·琼斯创立于 1962 年，该教学项目采用苏格拉底式教学法对年龄很小的学生进行数学教学，旨在帮助学生成为高效率的学习者。

献如同铃木镇一博士对音乐教学法的贡献一样卓著。

下述人员都是儿童大脑发育研究的先驱者：

凯蒂·多曼 (Katie Doman)，她由教育脑损伤儿童的母亲开始，进行了儿童大脑发育的研究工作。她发现脑损伤儿童往往具有很高的智能，许多脑损伤儿童比正常儿童还要聪明。

道格拉斯·多曼 (Douglas Doman) 及罗萨琳德·多曼 (Rosalind Doman)，他们其实也是本书的作者，撰写了本书运动功能部分的内容。他们对婴儿及运动功能的了解比世界上任何其他人都多。此外，对本书做出贡献的还有体能研究所 (The Institute for the Achievement of Physical Excellence) 的下列工作人员：莱亚·赖利 (Leia Reilly)、鲁米可·多曼 (Rumiko Doman)、珍妮弗·卡内帕 (Jennifer Canepa)、纳蒂·迈尔斯 (Nati Myers) 和罗赫略·马蒂 (Rogelio Marty)。

本书的编辑之一，苏珊·埃森 (Susan Aisen) 有关母亲、婴儿以及研究所发育表方面的知识对本书的出版做出了重要贡献。中谷内美纪 (Miki Nakayachi) 对婴儿的语言和交流的透彻了解给予了我们极大的帮助。泰鲁基·尤缪拉 (Teruki Uemura)，一位优秀的教育家，他指导了整一代的家长 and 研究所工作人员进行婴儿评估工作。做出贡献的还有智能研究所 (The Institute for the Achievement of Intellectual Excellence) 的下列工作人员：奥利维娅·佩利格拉 (Olivia Pelligra)、凯西·麦尔斯 (Kathy Myers)、熊谷任子 (Yoshiko Kumagai)、野口美津惠 (Mitsue Noguchi)、埃利亚内·霍兰道 (Eliane Hollanda) 以及苏珊娜·霍恩 (Susanna Horn)。

安·鲍尔 (Ann Ball) 以及生理研究所 (The Institute for the Achievement of Physiological Excellence) 的全体工作人员在生理学方面的知识和经验，特别是他们在呼吸和营养方面的创新对于研究所婴儿的健康至关重要。在此我们要向科拉莉·汤普森 (Coralee Thompson) 医生、利兰·格林 (Leland Green) 医生、埃内斯托·瓦斯克斯 (Ernesto Vasquez) 医生、王力医生、神野由喜惠 (Yukie Kamino) 和道恩·普赖斯 (Dawn Price) 表示感谢。

我们也要感谢人类潜能研究所董事会的下述成员：拉尔夫·佩利格拉 (Ralph

Pelligra) 医生、罗瑟莉思·维尔金森 (Roselise Wilkinson) 医生、理查德·克利希 (Richard Klich) 医生、斯图尔德·格雷厄姆 (Stewart Graham) 和菲利普·邦德 (Philip Bond)。

董事会成员，杰出的脑神经外科专家，同时作为一位父亲的米哈伊·迪门切斯库 (Mihai Dimancescu) 为唤醒昏迷的病人做出了一生的贡献。

作为一位经验丰富的母亲和神经科医生，丹尼丝·马尔科维奇 (Denise Malkowicz) 对本书进行了仔细的校对，并且给我们提出了文字方面的忠告。我们对她所提供的补充材料表示感谢。

董事会成员，世界著名的摄影师，同时作为一位父亲的舍曼·海因斯 (Sherman Hines) 花费了很多时间为研究所的母亲、父亲和孩子们摄影。他拍下的精美照片不仅保留在本书之中，也将在我们的心中长存。

我们衷心感谢为本书出版的庞大的准备工作做出贡献的人们。本书的首位编辑 J·迈克尔·阿门特劳特 (J. Michael Armentrout) 为初稿花费了许多时间。本书的主要编辑珍妮特·高杰 (Janet Gauger) 反复精心的校阅使她几乎可以把不少段落背诵下来。作为一位优秀教师兼优秀作家的唐纳德·巴恩豪斯 (Donald Barnhouse) 不仅编辑了本书，而且还提出了许多宝贵的建议。我们也非常感谢艺术家吉姆·卡利斯 (Jim Kaliss) 为本书所绘的插图，他非凡的耐心和爱心满足了我们的期待。

我们的助手内斯特·霍尔维 (Nest Holvey)、凯西·鲁林 (Cathy Ruhling) 和塔米·卡登 (Tammy Cadden) 帮助我们有效地处理日常工作，使我们得以有时间对本书进行撰写、编辑和修改。

我们的行政负责人琳达·马莱塔 (Linda Maletta) 和财务主任罗伯特·德尔 (Robert Derr) 的出色工作使我们有暇完成这部著作。对于一个不大的非盈利组织而言，这是一项不小的业绩。

我们的出版人，Square One 出版社社长鲁迪·舒尔 (Rudy Shur) 热爱图书并致力于出版发行有价值的重要著作，正因如此，每一位新的母亲才能够及时得到教育宝宝的机会。

中文版出版说明

对于人类潜能开发研究所及其员工来说，本书中文版的翻译出版在研究所的历史上以及在我们全世界范围的工作中都是一个重要的里程碑。本书是多曼系列著作中的第一个中文版本。继本书之后，我们的全部著作都将陆续准确无误地翻译成中文奉献给中国的父母们。在本书出版之前，除了非法的盗版书以外，多曼的著作尚未以中文在任何国家发行过。至于那些盗版的多曼中文书籍，我们经过核查发现，其低劣的翻译质量使书的内容面目全非，所描述的完全不是我们的工作。那些盗版书的内容不仅仅误导读者，并且可能对使用其内容的孩子造成伤害。基于同样原因，我们也不承认目前在中文使用国家的众多的多曼教学法机构。

即使在最顺利的情况下，翻译之难也是众所周知的。准确地将英文译成中文则是更具有挑战性的工作。当然，译者首先必须精通两国文字，但是对于本书的翻译来说还不仅如此，绝对重要的是，译者还必须对于作为本书基础的研究所的科研和训练项目以及研究所的哲学理念具有透彻的理解。我们非常幸运，本书译者周晓力女士完全具备以上两个条件，这使她为我们完成了一部如此优秀的译著。在翻译过程中，我们还荣幸地得到了塞缪·刘（Samuel Liu）博士的帮助，他于百忙之中抽空对本书中文版进行了审阅及指导。这本译著准确地表达了英文原著的本意，原著的整体精神也得到了完美体现。在此，我们特别感谢周晓力女士以及刘教授，没有他们字斟句酌、反复推敲的竭心尽力的工作，本书中文版的问世是不可能的。

同时，我们要向人类潜能开发研究所的资深成员王力医生表示深切的感激。多年来，王力医生一个人单枪匹马克服了种种困难，最终将我们所从事的脑损伤儿童康复工作带到了中国。她也是第一个开始翻译多曼著作的人。王力医生是将多曼理念和方法带到中国的真正的先驱。她不知疲倦地工作，充满勇气和献身精神，

我们无法用语言来表述对她的赞誉。我们对她表示感激，还因为她以精湛的专业知识和专注的努力为本书中文版进行了校对，确保了本书专业内容的准确性。

我们还要感谢外语教学与研究出版社，以及丛书策划人范晓虹副社长和责任编辑李少林女士，是他们使这部装帧精美的中文版著作的出版成为现实。

詹妮特·多曼

致中国读者

任何国家的母亲对自己的宝宝都充满着爱和强烈的保护意识。中国的母亲不仅如此，她们还特别希望自己的宝宝能够尽早开始天才教育。

这种希望孩子具备卓越能力的愿望非常正确，因为成功是每个孩子天生的权利。

希望孩子尽早开始天才教育的愿望也非常正确，因为婴幼儿学习起来不费吹灰之力，而开始得晚则需付出加倍的努力。

你们现在需要的是轻松愉快的态度和情绪。

我们在这里向你介绍的每一项训练内容都是充满乐趣的。事实上，我们相信这些活动对婴儿来讲是最大的乐趣。婴儿喜欢好玩的事，他们学什么都觉得好玩，除非大人在教他们的时候把学习变成了一件枯燥无味的事。

我们在这里向你介绍的每一项内容都非常重要。事实上，我们相信本书中涉及的是世界上最重要的内容。

你可能会因为自己所肩负的重大责任而希望把工作做得完美，于是感到有些不知所措。但是请母亲们切记，我们生活在一个不完美的世界中，因此需要在以完美的方式培养宝宝和处理日常生活琐事之间找到适当的平衡。

进行训练时，持之以恒而且气氛愉快的训练比完美的但是不一致的训练要好得多。即使训练内容很少，但是只要伴随着极其愉快的心情去做也能够收到很大效果。反之，即使训练内容非常丰富，如果做的时候没有快乐的感觉则不会收到任何效果。

本书从许多不同的角度说明了“大脑在使用中发育”的道理。

爱心同样是在使用中成长。

要用心去教你的宝宝。

你的宝宝具有一颗宽容快乐的心，一定要让他感觉到你也有一颗同样的心。

格兰·多曼

詹妮特·多曼

中文版序（一）

二十六年前，当我第一次到人类潜能开发研究所学习的时候，在图书馆里看到这样一幅景象：一个四岁的小女孩正蹬着梯子自己爬上书架找书。我好奇地问她：“你找什么书？”她回答说：“我妈妈要给我生一个小妹妹了。我想帮妈妈，我得学会怎样照顾小宝宝。”她从高高的书架上找到一本书拿下来自己看。大约半个小时以后，她把书放回书架上，对我说：“我知道应该怎么办了。”看到她离开图书馆时那满足的神情，我被这奇迹般的事实惊呆了。之后，我才知道这些用多曼理念和方法训练出来的娃娃们，在遇到问题时自己到图书馆寻找答案是司空见惯的事。在这同一群孩子中，我还看到五岁的孩子会两三国语言，八九岁的孩子根据莎士比亚的原著自导自演“莎剧”。同是这个年龄群的孩子们，在研究所的国际年会上报告他们自己研究的各项课题成果。从选材、制作电脑幻灯片，直到上讲台做课题报告，都是孩子们自己设计和准备的。报告的内容涉及广泛，天文、地理、戏剧、历史、科技等等无所不有，其中有许多感人的内容。有一个八岁的孩子讲“摄像与相机”这个课题的同时，展示了他修理一台由爷爷留下来的上百年的老相机的过程。最后，他还用这架自己修好的老相机为妈妈照了一张非常清晰的照片。六七岁的孩子就开始参加铁人三项全能运动。在研究所里，常常可以看到孩子们自己进行募捐表演，用捐赠得来的钱购买正压呼吸模式机来帮助脑损伤儿童康复。当我看到这一群五到十三岁的孩子们做精彩的团体操表演时，我曾误认为他们是体操学校的学生。他们个个健康、快乐、聪明、积极向上。

二十六年过去了，这些孩子们都已经长大成人。他们不论是毕业于普通大学或是名校，都仍然是健康、快乐、自信、朝气蓬勃并积极进取的年轻人。在和这些年轻人的接触中，我了解到他们多数仍保持着健康的饮食和运动习惯。由于自幼脑潜能开发的结果，他们始终觉得学习是一件轻松愉快的事情。健康的身体、

饱满的情绪、理解力强和具有丰富的知识，使他们的学习过程变得非常容易。他们所具有的快速阅读能力，使他们在学习和工作上占有了绝对的优势。别人需要五六个小时来阅读的材料，他们常常只需要一到两个小时或更短的时间就能完成，在繁重的大学学习中他们常常仍有充裕的时间可以做自己喜欢的事情。他们当中有许多人在中学时就选修大学的课程，在大学学习时则经常选修必修课之外的课程或同时读两个学位，有的则在校外参加繁忙的义务工作。快速阅读显然是使他们获得成功的非常重要的工具之一，而这个工具则是他们在幼时进行脑潜能开发所获得的。

这些令人羡慕的出类拔萃的年轻人之所以具备如此诱人的优点，是因为他们都有一个了不起的母亲。母亲在孩子生命的头几年里，也就是在一个人掌握一生重要技能的最关键时期，给孩子做了及时的大脑早期潜能开发，给予了他适当及优化的视觉、听觉、触觉等感觉通路的输入刺激，以及语言、运动等功能的充分练习机会，这就为大脑的下一步发育打下坚实的基础。

我有幸在十几年前即看到了本书的初稿，以及其后的每一次改稿。从作者的几易其稿中，我深深体会到，这本书是作者在用有限的篇幅来将自己半个世纪的研究成果及经验总结传授给全世界所有的家长们。

作者用通俗易懂的语言把婴儿大脑发育的一个崭新理念提供给家长们，用事实反驳了长久以来禁锢人们思想的错误观念，即大脑发育的“闹钟”概念。多曼博士一再强调大脑遵循“用进废退”的自然规律，强调“大脑在使用中发育成长”这一重要原理。

本书介绍的大脑发育表是作者赠送给母亲们的一把金尺子。这个简单明了的发育表浓缩了研究所五十年的经验，代表了研究所在这一科学领域做出的最突出的贡献。家长不仅可以用这一详尽而又非常容易掌握的方法来随时评定自己孩子的大脑发育状况，并可以根据评定结果设计出针对性的训练计划。这种因人而异、因时而异、量身裁衣的训练方法是多曼脑潜能开发过程中一个非常重要的部分。对于大脑正常发育的孩子，发育表可以把他带上早期潜能开发的正确途径；对于发育有问题的孩子，则可以提供早期干预的机会，把他带上行之有效的康复之路。

在二十多年的工作实践中，我用这把金尺子评定了许许多多发育正常的孩子和上千个脑损伤儿童，并根据评定的结果为每一个孩子制定了不同的有针对性的脑潜能开发方案，获得了非常令人满意的效果。

在接触多曼方法之前，我从来没有见过，也没有听说过小小的婴儿可以识字和阅读；也从来没有看见过几个月大的孩子在浴缸里游泳、换气；难得看到三四岁的孩子每天跑两三英里。只要想想“悬梁锥股”这几个字，我就会联想到学习对孩子来讲是一件非常艰苦甚至于痛苦的事，怎么也想象不到学习竟然也能够像做一种快乐无比的游戏一样。在研究所里我看到了许许多多这样的例子。在震惊与感动之余，我决心把它带回中国与国人共享。令人欣慰的是，这个愿望现在终于实现了。

二十六年来，由于工作关系，我有机会接触了数以千计的家庭和孩子，看到越来越多的家长接受崭新的科学理念，能够给孩子充分的机会来发育他们的大脑和身体。但不幸的是，仍然有许多家长由于缺乏儿童脑发育的知识和过度地溺爱而限制了婴儿的大脑发育，错过了人生中最佳的大脑发育机会。到目前为止，我们仍然到处都可以看到孩子整天被大人抱在怀里，不给孩子机会发育他们的运动功能，限制娃娃感受外界刺激的机会，更不给他们机会去自己探索周围的世界。一个在几乎被包办代替了一切的环境中长大的孩子如何能够在当今这个科技高度发达、竞争激烈而又危机四伏的时代生存呢？更不用说在将来成为时代的栋梁了。

多曼教学法的核心是：只有母亲才是自己孩子最好的教师。每个婴儿出生时都随身配备了一个母亲，而大自然的这个安排是有其重要原因的。没有别的人比母亲更了解自己的孩子。如果为了大人的方便，把婴儿交给保姆、老师或学校去教育和训练，那么多曼教学法的意义就失去了，不仅难以成功，结果常常会适得其反。

许多中国家长认为多曼教学法就是闪卡，这是一个非常片面而不幸的错误理解。多曼理论认为，对于视觉、听觉和触觉通路进行适当的和正确的刺激是促进婴儿大脑发育的必不可少的手段，而闪卡则只是刺激视觉和听觉通路的多种方法之一。本书对于如何做视觉、听觉、触觉通路的各种刺激训练做了全面而详细的

介绍。还应当指出的是，在训练过程中母亲的亲自参与及母婴之间的快乐气氛，是多曼教学法中一再强调的必要条件。

此外，有些人对儿童快速阅读能力的理解也存在着误区。快速阅读的能力是脑潜能开发的自然结果，而不是目的。单纯追求快速阅读的能力往往造成家长之间的攀比，给孩子增加压力，这种做法对于孩子的脑潜能开发有弊而无利，违反多曼教学的基本原则。每一个孩子都有他自己的特点，包括长处和短处，在大脑发育的细节上都和其他的同龄孩子不同。因此，母亲们首先要按照本书中的发育表给自己的孩子做出评定，然后再按照评定结果设计一份对孩子有利的、全面的、有针对性的脑潜能开发训练计划，而不是一味地和别的孩子比高低，照搬别人的计划。本书为母亲们应该如何给自己的孩子进行评定以及设计训练计划做了详尽的解释。

大脑的早期潜能开发是父母能够赠送给自己孩子的一份最佳礼物，因为它能够使孩子发育成长为体魄健康、智力发达、情绪饱满快乐的社会栋梁。本书不仅是一部教你如何培养出一个杰出宝宝的重要著作，更重要的是，它展示了一种全新的育儿观念，引导家长们用全新的眼光去看待自己的小宝宝并发现他们的不可限量的潜能。

王力医生

人类潜能开发研究所科研及营养部主任

中国北京及厦门恩宇脑潜能开发研究中心创始人

中文版序（二）

大脑是人体中最重要的生命器官。它的发育和成长关系到每个人的才智、技能和适应社会环境的能力，对于人们一生的进步、发展和成就，以至于对社会的贡献，都具有极其重要的意义。

根据本书作者的研究，大脑在六岁以后的成长极为有限，而在出生以后三年的时间里，小儿的大脑发育最快，具有最强的学习能力。然而，只有那些被经常使用，受到反复刺激的脑细胞才能得以强化，发育成为永久性的大脑神经网络系统。其他不用的则将被淘汰。因此，家长，特别是母亲，应当抓住这个转瞬即逝的重要时机，从婴儿一出生，就要在哺育的同时，为婴儿创造条件，加强训练，以刺激其脑细胞的活动，建立和强化脑细胞通路，促进其神经网络的形成。必须尽早开展婴儿的视、听、嗅、触、味觉各种功能的训练，以及肢体活动、用手操作、语言表达、记忆思维和适应环境能力的训练。在此基础上，如能继续得到充分培育、锻炼和教育，孩子长大成人后，定会成为有用之材。这对自己、对家庭、对国家、对社会都是有益的。

正常婴儿如此，而不幸患有脑损伤疾病的婴儿，也还是有机会的。这是因为大脑具有巨大的潜能，而且大脑是在使用中不断发育的。只要不失时机，以本书所介绍的方法为指导，按照病儿的情况制定康复方案，采取积极有效的措施，以刺激大脑细胞，开发其潜能，也可克服甚至修复缺陷，取得良好的疗效，为病儿以后的学习和进步打下基础，从而增进孩子的智力、体力、动手能力和社交能力，以期进入社会，并服务于社会。

以上是本书作者在五十多年的研究和临床实践的基础上提出的有关婴儿发育的新观念。书中全面详细地介绍了婴儿前十二个月里大脑成长及发育的过程。

本书作者格兰·多曼博士是人类潜能开发研究所的创始人，并长期担任所长。

该研究所五十年来治疗了来自美国及世界各地的一万五千多名脑损伤儿童，积累了丰富的经验，取得了良好的康复效果。本书的共同作者詹妮特·多曼女士为该研究所的现任所长。作者对儿童大脑发育及脑损伤疾病的认识，从理论到实践都独树一帜。本书作为他们工作总结的重要部分，对专业人员和儿童家长都有重要的参考价值。

本书译者周晓力女士在美国居住及工作三十年，是经验丰富的心理治疗师和研究脑损伤儿童康复课题的专家。她参与人类潜能开发研究所的工作并与詹妮特·多曼女士有二十年的友谊。她多年来致力于儿童的早期发育教育和脑损伤幼儿家长的心理治疗工作。周女士不仅对多曼理论有深入的了解，同时精通中英两种文字，作为本书的译者，具有得天独厚的条件。

担任本书技术校对的是人类潜能开发研究所的王力医生。王力医生在该研究所从事临床工作二十余年，兼任研究所重症会诊组组长及营养部主任，并在中国、日本和新加坡开展脑损伤儿童康复的专业培训工作，成效显著。

本书翻译准确，严谨地表述了原著，具有很高的专业价值。本书中文版的印行，对我国关爱婴幼儿的家长和社会机构是一个可喜的福音。

翁永庆，医学博士

中华医学会理事会理事

原《中华医学杂志》总编辑

《中华内科杂志》编委