

健康成长的选择

五感

中国优生
科学协会
倡导读物

胎教童话

[韩]任贤珍 / 著 辛允华 等 / 绘 王云为 / 译



中国城市出版社

为胎儿  幸福朗读

幸福的故事

五感

胎教童话

[韩]任贤珍 / 著 辛允华 等 / 绘 王云为 / 译



中国城市出版社
· 北京 ·

北京版权局著作权合同登记

图字:01-2009-5620

图书在版编目(CIP)数据

五感胎教童话 / (韩)任贤珍著 ; (韩)辛允华等绘
; 王云为译. — 北京 : 中国城市出版社, 2011.4 (2012.6重印)
ISBN 978-7-5074-2434-8

I. ①五… II. ①任… ②辛… ③王… III. ①童话—
作品集—韩国—现代 IV. ①I312.688

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第034862号

The Five Senses Prenatal Fairy Tales Written by Lim, Hyun Jin任贤珍
Illustrated by Shin, Yun Hwa辛允华
Text Copyright © 2005 by Lim, Hyun Jin任贤珍
Illustrations Copyright © 2005 by Shin, Yun Hwa辛允华
ALL rights reserved
Simplified Chinese copyright © 2011 by China City Press
Simplified Chinese language edition arranged with Open Thinking Publishing
through Eric Yang Agency Inc.

策	划	王 立
责 任 编 辑	王月芳 唐 浒 黄 黄 戚帅帅 邢 蕾	
装 帧 设 计	邢 蕾	
责任技术编辑	张建军 张雅琴 张美欣 沈永勤	
出 版 发 行	中国城市出版社	
地 址	北京市西城区广安门南街甲30号 (邮编 100053)	
网 址	www.citypress.cn	
电 话	(010)63275378 (营销策划中心)	
传 真	(010)63489791 (营销策划中心)	
总 编 室 信 箱	citypress@sina.com 电话: (010) 68171928	
投 稿 信 箱	world66@263.net (营销策划中心)	
经 销	新华书店	
印 刷	北京中科印刷有限公司	
字 数	24千字 印张6	
开 本	889x1194 (毫米) 1/24	
版 次	2011年7月第1版	
印 次	2012年6月第3次印刷	
定 价	35.00元	

版权所有, 盗版必究。举报电话: (010)68171928

为胎儿  幸福朗读

幸福的故事

五感

胎教童话

[韩]任贤珍 / 著 辛允华 等 / 绘 王云为 / 译



中国城市出版社
· 北京 ·

前 言

丰富五种不同的感官

我的孩子，宝贵的小生命

怀孕和生育是上天赐予我们的一份莫大的祝福，家庭中的所有成员都应该为迎接宝宝的到来做好准备，都需要为胎教贡献自己的一份力量。以一个清新的环境、平静的心情、饱满的热情照料好这个宝贵的生命。为了宝宝可以幸福茁壮的成长，让我们一起努力吧！

怀孕第5～6个月的时候，胎儿的脑细胞尚未完全发育，还不能完全分辨各种感官刺激，但是到了第24周，即怀孕后的6～7个月，脑细胞便进入有序的阶段，胎儿的独立人格及感官系统便会在这一时期开始形成。

我想看美丽的风景

我想听甜美的声音

我想吃好吃的东西

我想闻芬芳的香味

我想感受温柔的触碰



请你拿起助听器，仔细倾听腹中胎儿的愿望，是不是可以感觉到他 / 她的那份迫不及待的心情。其实，腹中的胎儿也像我们成人一样，有五种不同的感官系统，即所谓的五感。

处在怀孕期的妈妈应多看一些美好的风景，多听优美的旋律，多品尝美味的食物，多闻闻芬芳的香味，通过这些方式，可以使胎儿在感官上持续获得多种刺激。家庭成员之间，也可以多方讨论，不同分工，为迎接这个宝贵的生命做出各自的努力。

《五感胎教童话》就是这样一本指南型的书籍，书中的内容有助于促进胎儿五种不同感官的发育。阅读这些美好的童话故事，与胎儿一同感受美好的世界。将这世间的美好，人生的幸福以及大家迫切期待他 / 她出生的心情全都传达给腹中的胎儿。

孩子长大后一定会感激这样一个美好的胎教记忆，这样的记忆将对胎儿出生后的发育和人格成型起到很大的影响。丰富胎儿五种不同的感官感受，为孩子将来的全面发展打好坚实的基础。

任贤珍

目录

- 前言 丰富五种不同的感官……2
- 诞生之时 当拥有这样一个宝贵的生命……6
- 序言 请这样念童话书给你的宝宝听……8
- 关于五感胎教 每天都在茁壮成长的宝宝……9



1. 我想看美丽的风景

- 赛伦的雨伞……26
- 星星王子……31
- 为什么……40
- 妈妈最美丽……42
- 兔子的愿望……47

2. 我想听甜美的声音

- 弟弟哭了……54
- 谁见到我的蛋宝宝了……56
- 发出声音的柿子……61
- 玻璃窗上 轻轻敲……66
- 不听话的青蛙……68





3. 我想吃好吃的东西

- 掉进西瓜里的永哲……72
- 山参到底在哪呢……78
- 肚子饿的虫宝宝……83
- 城里的老鼠和乡下的老鼠……88
- 需要我来帮忙吗……92

4. 我想闻芬芳的香味

- 当上王子的迪迪……100
- 小蚂蚱的早晨……107
- 五个手指一家人……112
- 过家家……114
- 牙膏的味道好香啊……116

5. 我想感受温柔的触碰

- 和爸爸一起散步……120
- 谁把房间弄这么乱……122
- 蜡笔朋友们……128
- 山鸟的巢 水鸟的窝……130
- 妈妈的肚子里到底藏着什么……133



诞生之时

当拥有这样一个宝贵的生命

今天，我到美丽的江边走了走，
汨汨的流水声不绝于耳，
一路上，阵阵芬芳萦绕，
当沁人心脾的花香飘过，
我用手轻轻抚摸腹中的宝宝，
连同他 / 她一同感受这份美好。



这起伏的大地原来就是大自然最美的微笑，
这个世界，这般美好。

火苗为什么要如此纷乱地摇摆？
云雀为什么要如此甜美地鸣叫？
果树为什么要如此茂盛地成长？
来来往往的人们眼神中都传递着亲切，
手牵手漫步的人们是那么幸福美好。
这个世界，这般美好。

当拥有了这个宝贵的生命，
那就赶紧用爱筑巢，

An illustration of a pregnant woman with dark hair, wearing a pink dress with small red dots, sitting on a grassy hill. She is leaning against the thick trunk of a large, dark brown tree. The tree's branches spread out at the top, with green and yellow leaves. The background is a soft, warm yellow. In the foreground, there are various green plants and flowers, including purple and orange ones. The overall mood is peaceful and hopeful.

用爱心铺成的棉絮，
就像你的心一样温暖柔软。
即将到来的生命将在此，
每天都收获爱的祝福和祈祷。

这个世界，这般美好。
一个漂亮、聪慧的孩子即将呱呱落地。
这个世界，这般美好，
我将全部的爱奉献出来，
为拥有这个宝贵的生命。

世界在微笑，
连同大地的麦浪和花海波涛，
这来往吹拂的清风，
让我们真实感觉到
这个世界，这般美好。

序 言

请这样念童话书给你的宝宝听



首先，请妈妈仔细翻阅书中所配的插画，并将童话故事从头到尾仔细阅读一遍。然后，把故事的内容转化成脑海中一个个活泼生动的画面。比如，故事中出现了色彩，您就去想象对应的颜色，故事中提到的香味，您就在脑海中回忆它。将插画和文字间赋予您的印象和想象的画面在脑海中重新浮现。



接下来，您可以听着录音中朗读的童话故事，将脑海中构成的画面和声音与之对应起来。这时，妈妈要想象着孩子在自己的肚子里全神贯注倾听的模样，胎儿会带着无比的好奇心和您一起感受有趣的童话故事。



最后，妈妈就该用自己慈爱的声音为宝宝讲童话故事听了。在妈妈的脑海中浮现的五感也将传递给胎儿。要灵活运用拟声词、拟态词这些语言上的技巧，为孩子念出富有韵味的童话故事。

最好的方法是，妈妈可以直接凭借自己脑海中的印象把童话故事讲给宝宝听。最后，不要忘记和胎儿进行更多的交谈和内心的交流。

关于五感胎教

每天都在茁壮成长的宝宝

怀孕前胎教

怀孕前便开始计划将来的胎教是非常有益的。为了获得更健康的卵子和更活跃的精子，夫妻双方必须戒掉烟酒等不良的生活习惯，尽快进入到预备父母的备战状态。但是，不要因为准备怀孕而感到有压力，放松心情，卸下负担，拥有一颗平常心才是最重要的。



怀孕2个月（第5～8周）

怀孕初期，胎儿的成长速度非常快。这一时期的胎儿从外观上看，已经可以区分出头部、躯干和尾部三个部分。虽然躯干部分的分化尚未完全开始，但是脑部却以飞快的速度在成长发育。因此，为了促进胎儿的头脑发育，妈妈应该多摄入一些高蛋白的食物，注意不要食用带有药物成分的食物。怀孕期间，一定要遵循医生的建议才可以服药。



触觉刺激

适当的夫妻生活可以刺激胎儿的触觉

怀孕初期，妈妈或许会感到过多的负担，这时，如果进行轻缓的夫妻生活，会对胎儿有柔和的刺激作用。在夫妻生活中，羊水会保护好胎儿，少许的压迫感对胎儿不会有任何影响。只要身体不觉得勉强，就不用有任何的心理负担。可以将其视为怀孕期间父亲给予孩子的一种爱的表现。



听觉刺激

选择合适的音乐，以舒缓母亲的情绪为准

在胎儿的五感中，第六周便开始发育的听觉系统是最灵敏的。这个阶段，听觉系统刚开始发育，胎儿还不能依靠自己的听觉来听声音。虽然古典乐曲经常被人们选为胎教音乐，但是如果妈妈本人并不爱听，只因为



它是胎教音乐而勉强听之，那便是一种十分不妥当的做法了。在这一时期的听觉刺激中，相对于胎儿的听觉来说，应该更注重安稳妈妈的情绪，多选择些舒缓心情的音乐来欣赏。对于成长初期的胎儿来讲，来自感觉器官的刺激远不及来自大脑的感觉刺激强烈，能够分享到来自妈妈那份舒适的感觉才更为重要。



怀孕3个月（第9~12周）

这个时期是胎儿的内脏和循环系统慢慢生长形成的阶段。头部和身体部分的分离基本完成，躯干末端基本发育完成。胎儿的骨骼也逐渐开始变硬，肌肉组织开始生长。原先粘连在一起的手指和脚趾在这个阶段也将完全分开，指纹同时形成。最初只有模糊轮廓的耳朵在怀孕第十周之后重新开始发育，开始能够听见外界的声音。这一时期的胎儿已经能够活动自己的身体，会在妈妈的腹中不时做一些小动作。



让胎儿认识不同的味道

味觉刺激

酸味可以算得上是孕妇们最喜爱的味道了。怀孕第11~12周的时候，胎儿的味觉也将发育完成，已经可以品尝除了酸味外的甜味和苦味等味道了。所以，即使在这一时期孕妇最喜欢的味道是酸的，但考虑到多让胎儿品尝不同的味道，应该多吃一些不同口味的食物。就算妈妈吃起来感到非常乏味，也应该怀着在和胎儿共同品尝不同食物的良好心情下，仔细体会每一种味道。



将美好的风景用想象传达给胎儿

视觉刺激

怀孕4周后，胎儿的视网膜组织开始慢慢形成，但这一阶段胎儿的



视觉还没有形成。胎儿在妈妈腹中是无法直接看到外界的事物。但可以通过妈妈一同来感受外界的视觉刺激，也就是说，在妈妈脑海中形成的画面可以间接地传递给腹中的胎儿。

怎样才能将自己见到的画面传递给腹中的胎儿呢？其实很简单，只要将自己见到的美好景色，在脑海中转化成一个个美丽的画面就可以了。视觉刺激同时可以提高母亲对美好事物的敏感性。请多观察生活周边的美好风景，逛逛附近的公园、博物馆、画廊，尽可能多的与宝宝分享人世间一幅幅美好的风景。



用柔和的运动刺激胎儿的皮肤触觉

触觉刺激

胎儿的皮肤触觉会在怀孕后第8周开始发育，并在第12周左右基本完成，其触觉基本与成人无异。从此刻开始，胎儿的皮肤已经可以感知来自外部的微小刺激，并开始在羊水中一点点的自主活动。胎儿的皮肤由外胚层逐渐演化而来，而外胚层正是发育分化成神经系统、脑组织、皮肤等组织的胚胎最外层。胎儿接受外界的刺激多由皮肤完成，所以多对皮肤进行触觉刺激有助于大脑和神经组织的发育。

妈妈可以进行散步或柔和的运动，使羊水得以活动，进而达到刺激胎儿触觉的目的。但是要注意不要过于疲劳，避免进出温差较大的环境，因为不良的刺激也将通过子宫传递给胎儿，对其生长发育产生不良的影响。

怀孕4个月（第13～16周）

这一时期，胎儿头部相对于身体部分显得非常大，与怀孕初期相比，已经初具人形了。这时胎儿的肝脏、心脏等内脏组织开始发育，性别特征也开始逐渐显现，胎儿的皮肤外表覆盖着一层柔软的绒毛。这一时期，负责吸收养分和氧气并将废弃物排除的胎盘逐渐发育完成，随后将逐步进入怀孕稳定期。发育较快的情况下，在这一时期或许可以感受到胎儿的第一次胎动。



以充满爱的声音开始谈胎教

听觉刺激

随着怀孕进入到稳定期，妈妈的生理周期也将逐步稳定下来。这个时期，妈妈可以多进行一些有趣的活动来调节自己的情绪，享受同孩子在一起的每时每刻。这时，胎儿正竖着耳朵倾听来自母亲的心跳，以及外界传来的任何声音。请在安静的环境下，用充满爱的声音同胎儿进行交谈。听过美丽语言的胎儿与没有听过的胎儿相比，他们的大脑发育无疑是不同的。



多吃有营养的食物，平衡营养吸收

味觉刺激

一直以来食欲不佳的妈妈将在这一时期变得胃口大开。但是仍应注意不要偏食挑食，一定要多注重营养的平衡吸收，多吃营养丰富的食物。