



# 3~6岁 敏感期

捕捉儿童成长的关键期

企鹅妈妈 著

 朝華出版社  
BLOSSOM PRESS

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

3 ~ 6 岁敏感期 : 捕捉儿童成长的关键期 / 企鹅妈妈  
著. —北京 : 朝华出版社, 2017. 7

ISBN 978-7-5054-4002-9

I. ① 3… II. ① 企… III. ① 儿童教育—家庭教育  
IV. ① G782

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 136729 号

## 3 ~ 6 岁敏感期 : 捕捉儿童成长的关键期

作 者 企鹅妈妈

选题策划  付春琳

责任编辑 赵 曼

特约编辑 陈冬梅

责任印制 张文东 陆竞赢

封面设计 叔冰设计工作室

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街 24 号 邮政编码 100037

订购电话 (010) 68413840 68996050

传 真 (010) 88415258 (发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 <http://zhcb.cipg.org.cn>

印 刷 北京墨阁印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm×1000mm 1/16 字 数 150 千字

印 张 13

版 次 2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-4002-9

定 价 32.80 元

## 推荐序一

每个孩子在生命的最初都是一张白纸，关键是看父母怎么教育。我一直都认为，教育孩子是一个家庭最大的事业，也是最核心的工作。没有哪个父母天生就是教育专家，也没有不需要学习的父母，把孩子教育成功了，可以说是父母一生的成功。

孩子一出生就意味着教育的开始，父母便是孩子终生不会“下岗”的老师。几乎所有的父母都有望子成龙、望女成凤的想法，可是，很多父母在教育孩子的过程中却走了不少弯路。孩子是父母的心头肉，养育他们并不是只简单地提供“牛奶和面包”就可以。怎样才能引导孩子更好地发展呢？

作为父母，这样的事情一定历历在目：孩子经常无理地哭闹，突然对“小玩意儿”很感兴趣，喜欢爬到高的地方、钻进窄的地方，在家待不住，乐意在户外玩，喜欢在墙上乱涂乱画……你经常以为这些都是自家孩子“独有”的表现，却没有想到这是几乎所有孩子都要经历的阶段。

这些看似平常的举动，其实都是孩子“敏感期”背后发力的结果。每个年龄的孩子都会经历不同的敏感期，尤其是孩子生命的前6年，是由许多敏

感期组成的。3 ~ 6岁敏感期更是儿童成长的关键期，孩子的生活、学习、思维能力基本上都是在这一时期建立起来的，这一时期很短暂，值得每一位父母重视。

正如蒙台梭利所言：“经历敏感期的儿童，其无助身体正受到一种神圣命令的指挥，其小小心灵也受到鼓舞。”3 ~ 6岁敏感期不仅是儿童学习的关键期，也是心灵、人格形成的重要时期。每一位父母都应该留意观察孩子那些看似很难理解的行为，因为这正是孩子自我成长的表现。

可以说，从孩子出生开始，父母就没办法反悔或“退货”，父母对孩子的一生负有责任。教育孩子，仅有爱远不够，只有了解孩子的成长规律，尊重敏感期的孩子特有的行为与心理特点，并为他们的发展提供必要的帮助，孩子才可能有好的未来。在这个不是每个人都能获得大成功的世界，孩子可以没有洪荒之力，但一定要让孩子拥有一种可以获得幸福的能力。

教育孩子是一门艺术，不仅需要表达，还需要实际行动，有时一个拥抱就能胜过千言万语，一个微笑就能化解与孩子间的矛盾。希望读完这本书的每一位父母都有所收获，希望每个孩子都能沐浴在温暖的阳光里，健康快乐成长。

著名主持人 陈可欣

## 推荐序二

儿童敏感期是孩子一生中最重要的教育“黄金期”，错过了就很难再有。可惜的是，很多父母却还没意识到敏感期的重要性，或者忽略掉了，不但没有给孩子的发展提供必要的支持，甚至常反其道而行，一味地以成年人的想法去要求孩子按自己的意愿行事，简单粗暴地制止孩子的行为，以爱的名义禁锢了孩子敏感期的良性发展。

懵懂的孩子，面对父母的“权威”并没有能力或意识去为自己辩解，那能怎么办？只能无助地耍性子、发脾气、哭闹，结果又如何？无济于事。因为主动权一直掌握在父母的手里。

“3岁看大，7岁看老。”一般而言，孩子的敏感期多出现在3~6岁，这一时期也是孩子发展的关键期，对于孩子健康成长和潜能挖掘意义重大。如果能够把握好孩子在敏感期的行为规律，并加以耐心引导，让孩子学会利用自然赋予的生命助力，孩子一定会更加健康快乐地成长。

孩子的世界纯粹、美好，孩子只是我们生活的一部分，而我们，却是他们生活的整个天空。陪孩子一同走过3~6岁敏感期，父母可能要改变原有

的生活节奏，要学会放慢自己的步伐，可能要陪孩子重复做一件事，可能会无数遍地回答孩子同一个问题……这些都是父母应该要积极去做的！

父母对处于3~6岁敏感期的孩子进行教育，要有与一只蜗牛在散步的耐心。他们的成长过程就如花朵渐渐绽放，不可一蹴而就，需要循序渐进。父母用耐心、爱心浇灌孩子这朵成长之花，过程并没有想象中的难，有时并不需要付出多大的艰辛，只需尊重孩子成长的规律，顺势而为，就能收获意想不到的成果。

在很多人眼里，稚嫩的孩子如同待雕塑的艺术品，父母的责任就在于用心雕琢。希望这本书能让父母尤其是年轻的家长们有所收获，掌握孩子敏感期发展规律的这把黄金钥匙，解开孩子敏感期的成长秘密，培养出一个自信、有爱、极富安全感和创造力的儿童。

著名亲子教育作家、中科院心理研究所硕士 水森



# 前言

## Preface

“敏感期”一词由荷兰生物学家德·弗里在研究动物成长时首先提出。后来，意大利儿童教育家蒙台梭利在与儿童的长期相处中，提出了“儿童敏感期”的理念，并将它运用于幼儿教育中。

敏感期，即0~6岁儿童的特定能力和行为发展的最佳时期，在这一时期个体受自身发展的内在需求的驱使，在某一时间段，会突然对特定的事物或事情产生浓厚的兴趣，甚至表现出一种狂热的状态，学习能力也表现得特别突出，直到内在需求得到满足。

在此阶段，孩子会迸发出生机勃勃的动力，进而做出惊人的举动。他们从一无所知到适应这个复杂的世界，通过不可思议的方式，在没有老师专门教导的情况下，愉快地学会一门语言，适应一个新的环境，掌握各种所需的新技能。这种敏感性，就像黑暗里射出来的一束光，或像血液一样不断提供新能量，使儿童以一种极其强烈的愿望接触外部世界。

处于3~6岁特定敏感期的孩子，能快速、有效地认识事物、掌握活动规律，可以轻松且有效地获得各种技能。通过敏感期的学习与探索，孩子不仅掌握了基本的生活技能，还成长为一个充满智慧的小天使，他们的整体能力呈快速提升的趋势，性格与品德也在逐渐完善。如果错过了这一时期，孩子消失的兴趣和激情很难再现。因此，敏感期是早期教育的最佳时期，每位父母都应该关注孩子的敏感期。

然而，敏感期教育虽然关系到儿童的终生发展，但忙忙碌碌的成年人似

乎很容易忽略儿童敏感期的各种表现，或者对孩子的各种行为已“司空见惯”，即使看到也不以为意，遗憾地错过孩子早期教育的黄金时期。有研究表明，成年人的某种能力缺失或性格缺陷，都能从儿童时期的错过敏感期教育中找到根源。面对3~6岁孩子所要经历的敏感期，父母不仅要当好向导、保护者，还要起到陪伴与督导的作用。

敏感期是孩子一生中智力发育和潜能开发最重要的时期，也是父母深入了解孩子的窗口。合格、负责任的父母，应该通过细心的观察和分析，透过敏感期这扇窗户，关注孩子心理发展的规律，捕捉隐藏在孩子敏感期背后的成长秘密，有针对性地改善教育孩子的方法，为孩子的健康成长创造适宜的条件和环境，并及时对儿童进行引导、鼓励与帮助，让儿童的能力在敏感期能得到最大限度的开发。

敏感期是一个奇妙的历程，父母一定要关注孩子的敏感期，破解其中的密码，给孩子一个快乐幸福的童年、一个光明灿烂的未来。

# 目录

## Contents

### 第1章

#### 敏感期，孩子一生的起点

孩子的敏感期充满神奇与奥秘 .....	2
3~6岁孩子敏感期的表现 .....	8
把握3~6岁孩子敏感期教育的重点 .....	15
迎接孩子的敏感期，你准备好了吗 .....	20
敏感期是孩子早期教育的最好时机 .....	24
敏感期教育为孩子的一生奠基 .....	28

### 第2章

#### 3~4岁，让孩子自由成长

3~4岁，顽皮小家伙有个性 .....	33
自我意识敏感期——“你”“我”“他” .....	38
执拗敏感期——全部我说了算 .....	43
色彩敏感期——五彩斑斓是我的爱 .....	48
空间敏感期——小小建筑师 .....	52

占有敏感期——“你的”“我的”“他的” .....	56
动手敏感期——“破坏之王” .....	60
追求完美敏感期——苛刻的孩子 .....	64
人际关系敏感期——找啊找啊找朋友 .....	67
语言表达敏感期——小小话痨 .....	71
诅咒敏感期——孩子的心思很简单 .....	75

### 第3章

## 4~5岁，与孩子一路同行

4~5岁，积极探索的孩子真可贵 .....	79
性别和出生敏感期——我从哪里来 .....	83
逻辑思维敏感期——十万个为什么 .....	86
音乐敏感期——喜欢听音乐的孩子 .....	91
婚姻敏感期——孩子的爱很单纯 .....	96
身份确认敏感期——小孩就爱玩角色扮演 .....	101
情感表达敏感期——磨人的小淘气 .....	105
书写和阅读敏感期——我是小小读书郎 .....	109
对细微事物感兴趣的敏感期——孩子的“小”动作 .....	113

## 第4章

### 5~6岁，引导孩子养成良好习惯

5~6岁，爱学习的小家伙能量大 .....	118
社会规范敏感期——慢慢融入“大集体” .....	123
自然敏感期——爱往外跑的“小鬼” .....	127
数学敏感期——喜欢算数的小学霸 .....	131
识字敏感期——发现符号与文字的乐趣 .....	135
文化敏感期——强烈的好奇心 .....	139
秩序敏感期——守纪律的好孩子 .....	143
审美敏感期——孩子也爱美 .....	147

## 第5章

### 捕捉敏感期，养孩子事半功倍

细心观察——明确孩子处于何种敏感期 .....	151
尊重孩子——孩子的成长需要自由的土壤 .....	155
沟通，从心开始——让孩子感受到家长的爱 .....	159
提供适当的环境——让孩子尽情发挥 .....	163
耐心等待——避免过多干涉 .....	167

## 第6章

### 掌握敏感期培养技巧，明天的成长从今天开始

调动孩子的感官——让孩子更聪慧 .....	172
培养孩子的语言能力——让孩子会“说话” .....	176
培养孩子的观察能力——让孩子养成独立思考的习惯 .....	180
让孩子自然成长——充当“救火员”而不是“警察” .....	184
教育不只是教学习——让孩子全面发展 .....	188
理解儿童的差异——我不要成为“别人家的孩子” .....	192

第一章

# 敏感期， 孩子一生的起点





## 孩子的敏感期充满神奇与奥秘

对于父母来说，孩子的世界充满了神奇与奥秘——为什么喜欢被抱着睡？为什么喜欢把手放在嘴里？为什么突然对非常微小的东西感兴趣？为什么那么喜欢扔东西？为什么喜欢爬到高的地方、钻进窄的地方？为什么一件事情过去很久了仍然记得？为什么总愿意往外跑？让他听音乐，他的兴趣为什么不在听上，而是在来回折光盘上？……

这些看似平常的行为，背后却蕴含着一个早期教育中非常重要的理念——儿童敏感期。

### 认识儿童敏感期

儿童敏感期是指在0~6岁的成长过程中，儿童受内在生命力的驱使，在某个时间段内，专心吸收环境中某一事物的特质，并不断重复实践的过程。在这个阶段，孩子只对某种特定的知识或技能感兴趣。蒙台梭利将它形容为心灵的火焰，因为“经历敏感期的小孩，其无助身体正受到一种神圣命令的指挥，其小小心灵也受到鼓舞”。



孩子从呱呱坠地到学会走路、说话、吃饭、写字……一切从无开始，他们是如何完成这些看似不可能完成的任务，以适应这个复杂的世界的呢？那是自然赋予正在发育成长中的生命特有的力量——敏感期的力量。

敏感期不仅是幼儿学习的关键期，也是影响其心灵、人格发展的重要阶段。当孩子顺利通过一个敏感期后，心智水平便从一个层面上升到另一个层面。

## 认识敏感期的9大类型

根据蒙台梭利对婴幼儿敏感期的观察与研究，可以把敏感期归纳为9大类型。

### 语言敏感期

语言是实现人际交往的重要手段，是一个人思想的外在表现。良好的语言表达能力可以让人终身受益。孩子3~6岁时，凭借与生俱来的语言敏感力，不断地学习新的语言，形成基本的语言表达能力和良好的语言习惯，进而发展智力，发展言语表达能力、书面表达能力、理解能力等。这个时期的孩子不仅储存了大量的词汇，还学会了一些词汇的组合方式，掌握了组词成句的基本规律，能够用比较完整的语句来表达自己的意愿及内心的想法。但是在孩子的语言中，短语和简单句仍占有一定的比例。

### 秩序敏感期

秩序敏感期一般出现在3岁后，这一时期的孩子秩序感强烈，对物体摆放的位置、事情完成的顺序及物品的归属等会有极强的“执念”，他们会很坚决地维护他认定的秩序，不允许任何人随意改变。秩序敏感期的出现表明孩子正在不断地适应这个多变的世界，他们通过逐渐建立内在秩序来调整自



己，在这个过程中，他们的智能也逐步建构起来。秩序感是孩子的一种内在需要，当它得到满足时，孩子就会感到快乐。我们应尽量满足孩子对秩序的要求，使他们建立安全感，获得全面发展。

### 感官敏感期

感官是孩子出生后认识世界的第一途径。孩子从出生那一刻起，就会借助听觉、视觉、味觉、触觉等方式来认识和感知这一多变的世界。

感官敏感期会在孩子出生后出现，并一直持续到6岁左右。如果说0~3岁孩子的感官敏感是被动式的，那么3~6岁孩子的感官敏感会变得较为主动。这时孩子的感官已经逐步完善，各项感觉能力也在成熟中，同时初步发展的思维能力让孩子开始学会控制自己的感知行为。这个阶段的最重要任务，就是打通孩子的感官通道，为孩子提供更多感知世界的机会，引导孩子运用敏锐的感知能力去发现世界、认识世界。

### 细微事物敏感期

细微事物敏感期是一个奇特的敏感期，一般发生在孩子三四岁时。这一阶段的孩子对周围环境中的细小事物会格外重视，比如地上的小蚂蚁、墙上的钉子眼儿、衣服上不起眼的小黑点、一根头发丝，甚至是随便一小块碎纸片都能引起他极大的兴趣。微小的世界在孩子眼中充满了奥秘，他们从观察与触摸中获得无限的乐趣。当孩子处在这一敏感期时，我们应该给予孩子必要的支持，为孩子创造更多的机会，同时教给他们科学的观察方法，培养他们敏锐的观察力。

### 动作敏感期

动作敏感期是从孩子1岁左右开始的，并且一直会持续到6岁左右。3~6岁这个阶段，孩子的动作主要包括两部分：一部分是大肌肉的运动，



如走、跑、跳等肢体运动；另一部分则是小肌肉的运动，如手眼协调活动等。大肌肉的运动有助于孩子左、右脑的均衡发展，小肌肉运动更能促进孩子智力的发展。在孩子的动作敏感期，我们应该将孩子视为有能力的个体，遵循孩子成长的规律，让孩子释放天性，满足他们的动手欲望，让他们通过动作练习获得各种能力。

### 社会规范敏感期

随着年龄的增长，孩子接触的人越来越多，认识的世界也越来越大，在5岁左右，他们就会逐渐舍弃以自我为中心，开始喜欢交朋友，喜欢群体活动。这表明孩子进入了社会规范敏感期。社会规范敏感期是孩子社会化的第一步，孩子在这个敏感期明确日常生活规范、礼仪，学习社会规范和自律生活，为接下来的小学生活奠定基础。家长应该为孩子提供宽松的生活环境和自由的交往环境，让孩子自己去做、去交往，并适时给予合理的指导。

### 书写敏感期

孩子的书写敏感期一般出现在3岁半到4岁半，由于个体差异，书写敏感期出现得会早一些或晚一些。正常情况下，4岁左右的孩子就有一定的识字、写字能力，也具有一定的绘画能力，甚至还有了初步的美感，能够看出自己写的字和画的画漂不漂亮。到了6岁左右，孩子的识字、写字能力有了显著提高，此时对孩子进行系统的听说读写综合训练，对培养孩子的书写能力和开发孩子的智力大有裨益，也能为孩子学龄时期的学习打下坚实的基础。

面对孩子的书写敏感期，我们不要刻意约束，要为孩子创造宽松自由的书写环境，并采取正确的方法予以引导，不断激发孩子的想象力，使他们的书写能力得到提高。