

柳卫娟◎编著

儿童敏感期 心理学

(完全图解版)

ERTONG MINGANQI
XINLIXUE

透视儿童心理，读懂孩子敏感期的需求
助力孩子成长，让教育变得简单又有效



中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

儿童敏感期心理学（完全图解版）

柳卫娟\编著

 中国纺织出版社有限公司

内 容 提 要

敏感期是孩子能力发展最快速、最容易受到影响的时期，父母若能在这个阶段给予孩子适时适地的教育，往往会起到事半功倍的效果。

本书详细阐述了孩子在成长过程中所经历的每个敏感期的行为特征以及教育策略，帮助父母全方位地了解处于敏感期的孩子，同时给予孩子更有效、更科学的教育引导。

图书在版编目（CIP）数据

儿童敏感期心理学：完全图解版 / 柳卫娟编著. —
北京：中国纺织出版社有限公司，2021.5
ISBN 978-7-5180-8409-8

I. ①儿… II. ①柳… III. ①儿童心理学 ②儿童教育—
—家庭教育 IV. ①B844.1 ②G782

中国版本图书馆CIP数据核字（2021）第040714号

责任编辑：张 羽 责任校对：楼旭红 责任印制：储志伟

中国纺织出版社有限公司出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

销售电话：010-67004422 传真：010-87155801

<http://www.c-textilep.com>

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 <http://weibo.com/2119887771>

三河市延风印装有限公司印刷 各地新华书店经销

2021年5月第1版第1次印刷

开本：880×1230 1/32 印张：6

字数：80千字 定价：39.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

前言

孩子为什么喜欢在墙上乱涂乱画？孩子为什么喜欢吃手？孩子为什么喜欢打人？孩子为什么喜欢扔掉手里的东西，捡给他又扔掉？孩子在生活中看似不经意的行为，其实隐藏着深意，然而却总是被父母所忽视。其实，孩子是到了成长的敏感期，父母关注并把握好孩子的敏感期是必修课，更决定着孩子各方面能力的发展水平。

研究发现人们的大脑终身学习是可能的，大脑终其一生都有再生的能力，也有产生新连接的能力。由于大脑终身都在学习，都在产生新连接，所以也没有真正的起点，随时都可以学习新技能。因此，孩子有学习敏感期，如对语言的学习，一两岁之前的孩子对语音、语调的感知，确实要比成年人敏感，而这个能力会随着成长而逐渐减弱。当孩子处于成长敏感期时，父母针对不同年龄阶段因材施教，有助于孩子形成积极、乐观的品质，培养有益于终身的学习能力。

不过，当孩子表现出敏感期的行为特征时，许多父母虽然察觉了，却不知道如何进一步帮助孩子，导致错失了教育的最好时机。甚至，父母会误以为孩子不听话，故意捣乱，他们对孩子的“淘气”行为批评斥责，给予正处于敏感期的孩子当头



一棒，扼杀了孩子对未来成长的美好憧憬，使孩子变得胆怯、孤僻，缺乏对未来探索的勇气。每个孩子敏感期出现的时间并不一样，父母需要细心观察，才能及时捕捉到孩子的内在需求。当父母发现孩子对某项事物充满好奇和探究精神，或对某个活动乐此不疲时，那么首要考虑的是孩子是否到了敏感期。因为处于敏感期的孩子心里会有一股无法抑制的动力，这会驱使他对所感兴趣的特定事物产生尝试或学习的强烈兴趣，直到满足需求或敏感度减弱，这股无法抑制的动力才会消失。

孩子成长过程会出现许多个敏感期，如自我发展敏感期、语言敏感期、学习敏感期等，父母可以根据孩子敏感期的行为特征有针对性地进行教育。同时，父母也可以有效了解和理解孩子不同时期出现的不同行为，从而有计划、有目的地加以引导和教育。

编著者

2020年11月

目录

第01章 成长敏感期，孩子一生的关键期 _ 001

孩子敏感期的系列特点 _ 003

敏感期是孩子的依恋感发展期 _ 007

敏感期有利于培养孩子的记忆能力 _ 013

孩子敏感期，父母教育很重要 _ 015

注重培养敏感期孩子的好习惯 _ 019

第02章 自我敏感期，确立孩子的独立意识 _ 023

“这是我的东西” _ 025

“不要，我自己来” _ 027

在自我认识阶段，帮助孩子形成健康的自我 _ 032

不满足愿望就哭闹不止 _ 036

第03章 口手敏感期，引导孩子探知世界 _ 039

口欲期，孩子喜欢吃手 _ 041

孩子一言不合就咬人 _ 045

孩子喜欢撕毁东西 _ 047

孩子喜欢打人 _ 051



第04章 语言敏感期，注重孩子的表达能力 _ 055

- 孩子喜欢自言自语 _ 057
- 培养孩子的创新意识 _ 060
- 孩子说脏话，要不要管 _ 063
- 孩子是一个“话痨” _ 067
- 孩子总喜欢问“为什么” _ 071

第05章 感官敏感期，让孩子感受事物 _ 075

- 绘画敏感期，保护孩子的“涂鸦”梦 _ 077
- 视觉敏感期，让孩子亲近大自然 _ 080
- 模仿敏感期，孩子对同伴行为感兴趣 _ 083
- 正确培养孩子的观察能力 _ 087
- 别给孩子一个敷衍的假期 _ 090

第06章 学习敏感期，开发孩子超凡的智商 _ 095

- 好奇心带给孩子乐趣和知识 _ 097
- 独立思考让孩子一生受用 _ 100
- 激发孩子的想象力 _ 104
- 锻炼孩子的耐力和意志 _ 107
- 训练孩子的注意力 _ 110



第07章 叛逆敏感期，理解孩子内心的执拗 _ 115

叛逆敏感期孩子的特点 _ 117

孩子的自私与霸道 _ 120

孩子强烈的逆反心理 _ 124

孩子喜欢“欺负”同伴 _ 128

孩子在学校不受同学欢迎 _ 131

第08章 习惯敏感期，让孩子养成良好的习惯 _ 135

让孩子养成勤俭节约的好习惯 _ 137

提高孩子的做事效率 _ 140

让孩子养成主动做事的习惯 _ 143

少立规矩，但立了一定要遵守 _ 146

第09章 入园敏感期，帮助孩子度过磨合期 _ 149

和孩子一起做好上幼儿园的准备 _ 151

帮助孩子消除分离焦虑 _ 154

幼儿园是比家里更有趣的地方 _ 157

提前调整作息时间来适应幼儿园生活 _ 160

教会孩子自己动手整理书包 _ 162



第10章 亲子敏感期，让孩子感受到你的爱 _ 167

鼓励孩子发现自己的兴趣 _ 169

尊重孩子，他们才会更爱你 _ 172

你对孩子的关心到位了吗 _ 175

让爱走进孩子的内心世界 _ 178

参考文献 _ 183

第 01 章

成长敏感期，孩子一生的关键期



敏感期，是孩子成长阶段最关键的一环，可以说是孩子一生的关键期。因为孩子的情感、智商、学习能力、习惯等都是从这一时期潜移默化地学成的，所以，这一阶段的幼儿教育相当重要。





孩子敏感期的系列特点

著名儿童教育家蒙台梭利发现孩子的发展也存在敏感期，通过对孩子自然行为的细致、耐心、系统地观察后，他指出：孩子在每一个特定的时期都有一种特殊的感受能力，这种感受能力促使他对环境中的某些事物很敏感，对有关事物的注意力很集中、很耐心，而对其他事物则毫无反应。孩子的这种能力与印刻现象非常相似，蒙台梭利将其称为敏感期。

儿童敏感期指的是孩子在连续的、短暂的时间里，会有某种强烈的自然行为。在这段时期内，他们对某一种知识或技巧十分敏感。敏感期的出现使孩子对环境中的某个层面有强烈的兴趣，几乎掩盖了其他层面，而且在这个阶段，孩子会出现大量的、有意识性的活动。如果父母能够趋利避害，在孩子敏感期内因材施教，将会事半功倍，快速促进孩子心智的发展。

当然，孩子的敏感期是很短暂的，且在这个阶段中他们只对一种特定的知识或技能感兴趣，过了这个阶段这种兴趣就会消失，不会再出现对相同的兴趣点同样强烈的兴趣感。当孩子的成长敏感期来临时，父母要组织相应的活动来培养他们，让这种能力真正地发展起来。如孩子喜欢乱涂乱画，父母不能因



为要维持家中洁净不让他们涂画，若过了这段时期，让孩子画什么他们都没有兴趣了。

在孩子敏感期的某些时间范围内，他会只对环境中的某一项特质专心，而拒绝接受其他特征的事物。同时，孩子还会没有特定的理由而对某种行为产生强烈的兴趣，不厌其烦地重复，直到突然爆发出某种新的动机为止。



小贴士

1.光感敏感期

孩子的光感敏感期通常在0~3个月。刚刚出生的孩子对光非常敏感，他们还需要花时间适应白天和晚上的光线差异。所以在这一阶段，白天可以打开窗帘，晚上关灯睡觉，让孩子慢慢适应自然的光线变化。

2.味觉敏感期

孩子到了4~7个月，他们的口腔可以感受到甜、咸、酸等味道。在这一阶段，父母可以开始为孩子添加辅食，因此要注意饮食的清淡，保护好孩子的味觉敏感度。

3.口手敏感期

4~12个月是口手敏感期。在这一阶段，孩子喜欢吃手，用口进行尝试、感觉，同时喜欢扔东西，这是最早的手眼协调发育的标志。在这一阶段，要给孩子口腔发育的机会，不要管制孩子扔东西的行为。



4.动作敏感期

孩子在2岁时可以走路，有许多肢体动作。父母可以在这一阶段给予他充分的空间，例如做一些游戏，让孩子的肌肉得到训练，增进亲子关系，让孩子左右脑得到均衡发展。

5.语言敏感期

孩子从观察父母说话的口型到突然说话，这就是语言敏感期。父母要在这一阶段引导孩子，多和孩子说话，多给他讲故事。当孩子需要表达自我感受时，他们自然就想开口说话了。

孩子在3~5岁开始进入诅咒敏感期，喜欢说脏话，父母反应越强烈，孩子越喜欢说。在这一阶段，父母不要在意孩子的语言，这并不是他想表达的，静待这一阶段过去即可。

6.自我意识敏感期

孩子1岁多至3岁是自我意识敏感期。他开始区分我的和你的、我和你的界限。他开始打人、咬人，再到模仿他人，慢慢有了自我意识。自我意识敏感期是孩子所有敏感期中最重要的阶段，父母保护孩子自我意识形成敏感期，会塑造孩子强大的人格。

7.社会规范敏感期

孩子2岁半至4岁，开始喜欢交朋友，喜欢参与群体活动，这说明孩子已进入社会规范敏感期。在这一阶段，父母要引导孩子与更多的孩子接触，如按时上幼儿园，因为幼儿园可以给孩子提供良好的交友环境。



孩子3岁半至4岁半，开始进入追求完美的敏感期。在这一阶段父母要尊重孩子，对孩子的问题不要扩大化，在什么时间只针对什么事。

孩子4岁半至6岁，进入人际关系敏感期，他们开始寻找有相同情趣的朋友并开始互相依恋，经历人际交往的全过程，这种交往能力是与生俱来的。

孩子4~5岁，真正进入婚姻敏感期，孩子会说“想和爸爸（妈妈）结婚”，他们渴望拥有属于自己的空间，父母要给予其尊重和自由。在同一时段，孩子进入身份确认敏感期，他们希望自己是某个偶像，透过自己的偶像来表达自己。

8. 感官敏感期

孩子1岁半至4岁是观察敏感期。他们常常喜欢观察细小事物，捕捉其中的奥秘，或做出一些父母不能理解的细小动作。在这一阶段父母要引导孩子带着问题去认知世界。

孩子3~4岁进入逻辑思维敏感期，喜欢几何玩具，如钻箱子；开始对色彩产生感觉和认识，在生活中寻找不同的色彩；总喜欢问“为什么”；开始喜欢剪、贴、涂等行为，训练小手肌肉和手眼协调；喜欢强烈占有某种东西，喜欢支配自己的所属物。

孩子5~7岁，对自己的形象有了愿望和审美标准，特别是女孩子在这一阶段对自己的衣着和服饰产生了浓厚兴趣。

9. 学习敏感期

孩子4岁半至7岁进入数学概念敏感期。他们开始对数字产



生浓厚兴趣，父母可以让孩子帮助家里买一些日用品，通过花钱锻炼其数字能力及经济感知能力。

孩子5~7岁时，会把动作和看到的文字配合起来学习，不过只是宏观的。他们对自己熟悉的某些文字比较感兴趣，如自己的名字。

孩子4~7岁，进入绘画和音乐敏感期。孩子通过涂鸦表达自己的感受，听到音乐就开始扭动自己的身体。可以说，孩子天生就有最高级的艺术欣赏能力。

孩子对文化学习的兴趣起于3岁，而到6~9岁就出现想探究事物奥秘的强烈需求。所以这一阶段孩子的心智就像一块肥沃的土地，准备接受大量的文化播种。

敏感期是孩子的依恋感发展期

心理学家认为，婴儿的依恋是慢慢发展形成的，通常可以分为三个阶段：0~3个月，在这一时期，婴儿对任何人的反应基本都是一样的，见到人的面孔或听到人的声音就会笑，甚至还会咿呀说话；3~6个月，在这一时期，婴儿对母亲、熟人和陌生人的反应有了区别，对亲人会做出微笑、咿呀和啼哭的反应，对陌生人则很少会做出类似的反应；6个月至3岁，婴儿对母亲的存在表示深切的关注。母亲离开就啼哭，回来就高兴。只要



母亲在身边，就安心地玩耍，好像母亲是婴儿安全的保护者。

依恋，是婴儿与其父母间一种特殊、持久的感情联结，属于婴儿早期的重要情绪之一。婴儿和其依恋的人接近，会感到舒适和愉快；遇到陌生的环境或人物时，父母的存在使之感到安全。当然，一旦依恋感建立，孩子就会感到后顾之忧，从而更加自由地探索周围的新鲜事物，愿意与身边的人接近，这对其以后的认知发展和社会适应会产生良好影响。

丹丹出生不久，妈妈就回公司上班了，因为妈妈工作比较忙，丹丹每天和保姆生活在一块儿。妈妈常常早出晚归，而且常常出差，丹丹整天见不着妈妈，就连睡觉也是和保姆在一起。

对丹丹而言，尽管自己住在家里，却像被寄养的孩子一样缺少和父母相处的机会。她反而和保姆关系密切，每次保姆回家探亲，丹丹都不想让她走，好像比妈妈出差还要难过。在丹丹三岁时，保姆有了自己的事情，不能再带丹丹了，妈妈就给丹丹另外找了一个保姆。不过，丹丹却非常排斥新保姆，每天又哭又闹。妈妈很无奈，只好再换保姆，然而每次换的保姆，不论是好是坏，丹丹都难以接受。

丹丹的妈妈意识到了问题的严重性，问题的根本是自己不应该把孩子完全托付给保姆。当丹丹形成对第一个保姆的依恋关系时，又给她换了别的保姆。妈妈又没有多余的时间陪她说话、玩耍，导致她和父母关系变得冷淡，感到孤独，以至于完全封闭自己。