

<<胎教必读>>

图书基本信息

书名：<<胎教必读>>

13位ISBN编号：9787512702073

10位ISBN编号：7512702078

出版时间：2011-5

出版时间：中国妇女出版社

作者：中国优生科学协会 编

页数：294

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;胎教必读&gt;&gt;

## 前言

相信每个妈妈都不会忘记当得知自己身体内有一个小生命时的激动，怀孕是大自然赐给妈妈们的一个神圣而幸福的使命，它对每个结了婚想要孩子的女人来说是一件非常开心的事情。

普天下父母都希望小生命生下来之后能聪明、漂亮、活泼，特别是在社会飞速发展的今天，更对自己的孩子抱有很大的期望，希望自己的孩子智力超群，才能出众，才能在将来激烈的竞争中立于不败之地。

而人才的培养不是短时间内所能完成的，必须从胎儿做起。

关于胎教其实在很久以前就已经出现，而且事实证明胎教是一件很必要的事。

很多时候人们总是以为胎儿在出生前应该是一直安静地躺在母体子宫里睡大觉，直到分娩时才醒来。

现代医学研究证明，这种认识是错误的。

其实，胎儿在妈妈肚子里的时候有着奇异的潜在能力。

胎儿在第5周的时候就已经开始有较复杂的生理反射机能；10周时已形成感觉、触觉功能；20周左右，开始对音响有反应；30周时有听觉、味觉、嗅觉和视觉功能，这时候的胎儿已经能听到妈妈的心跳和外界的声音。

因此，对胎儿来说，妈妈的一举一动都对其有很大的影响，那么，这时候，妈妈的所作所为就应该照顾到胎儿的感知，要为胎儿创造一个良好的教育，这种有意识的教育就是胎教。

胎儿具有惊人的能力，近年来为开发这一能力而施行的胎儿教育越来越引起人们的关注。

美国著名的医学专家托马斯的研究结果表明，胎儿在6个月时，大脑细胞的数目已接近成人，各种感觉器官趋于完善，对母体内外的刺激能做出一定的反应。

这同样给胎教的实施提供了有力的科学依据。

面对社会竞争的激烈，爸爸妈妈们谁也不愿意让自己对子女的教育输在幼儿基础教育的起跑线上

而且，哪个准爸爸准妈妈不希望生一个健康聪明的宝宝呢？

因此，胎教在当今社会几乎是每对准父母的选择。

他们怀着对孩子的爱护和对孩子未来的负责对孩子进行胎教。

然而他们是否正确的理解胎教了呢？

胎教是否有严谨的科学依据？

相信有一部分父母并没有真正地认识到。

本书通过对胎教的追根溯源，通过严谨的科学依据让父母真正地了解胎教，帮助他们找到最好的胎教方式，在宝宝来到这个世界之前为他打出一片天地。

## <<胎教必读>>

### 内容概要

《胎教必读》在教给准父母胎教原则的同时，根据胎宝宝生长发育特点，提出不同阶段的胎教重点，有针对性地为准爸妈提供科学、有效的胎教方案，情绪胎教、运动胎教、音乐胎教、语言胎教、意念胎教、光照胎教，一个都不少。

《胎教必读》所选的胎教方法易学易做，既调动了胎宝宝的情绪，也让孕妈妈在胎教的过程中体验更多的幸福。

## <<胎教必读>>

### 书籍目录

#### 第一章胎教的意义

##### 第一节胎教真的有用吗

你知道胎教吗

胎儿到底能不能教育

胎教对胎儿有什么好处

胎教就是大人在外面教，胎儿在里面学吗

科学地实施胎教

##### 第二节胎教的必要性

子宫内的“小窃听者”

记忆从胎儿开始

胎儿的性格

胎儿通过母亲的梦向母亲“讲话”

胎儿的习惯

理解母亲感情的胎儿

胎教对婴儿的影响

实施了胎教的胎儿会怎样

##### 第三节直接效果的胎教

什么是直接效果的胎教

给胎儿提供良性的外界刺激

胎儿是有感觉的生命体

胎教产生的是一种潜移默化的影响

##### 第四节间接效果的胎教

什么是间接效果的胎教

外在环境对胎儿影响很大

#### 第二章中国古人的胎教智慧

##### 第一节气血养胎

孩子的品性和智慧、人格与父母气血有关

西汉刘向的观点

隋代名医巢元方的观点

唐代名医孙思邈的观点

宋代名医陈自明的观点

##### 第二节美育胎教

母亲感受美与善，胎儿会变得美与善

##### 第三节智力胎教

母亲静修求智，孩子智力会高

##### 第四节养胎护胎方法

从气血上关注养护胎儿

明代名医张景岳的观点

清代名医陈复正的观点

清代名医张璐的观点

#### 第三章中国古代的胎教关注什么

##### 第一节最早提出胎教的国家是中国

调情志

忌房事

节饮食

## <<胎教必读>>

适劳逸

慎寒温

戒生冷

第二节中国古代优生胎教学说的要点有哪些

要优生必须选择好配偶

要优生必须择时受孕

要优生必须优境养胎

第三节中国民间怎么养胎、护胎和进行胎教

胎教的发展

在保胎方面

在孕妇情绪调理方面

第四章外国人怎么进行胎教

第一节日本的胎教

国外重视胎教的首推日本

日本的“有刺激”和“无刺激”实验

第二节英美等国的胎教研究

美国的“子宫对话”

美国的“胎儿大学”

英国的音乐胎教实验

英国发现胎儿能分辨音乐

第三节其他国家的胎教试验

著名的法国胎教实验

俄罗斯人的胎教

国外胎教实例

第四节国外胎教成果

胎儿与母亲的“感通”

胎儿有极为良好的听觉

胎儿有很好的记忆力

要关注孕育前后父母自己的修养

“心脏课程”有成效

外国近年来胎教研究有何新进展

附录：我国近年来的胎教科研状况

第五章有关胎教的几个要点

第一节胎教的前提

胎教注意要点

胎教不能心太切

第二节实科学胎教的时间

胎教从养胎中间阶段开始

胎教从精卵结合之时开始

如何安排胎教时间

第三节胎教的科学本质

科学胎教的物质基础

学习、记忆的本质

第四节关于胎教的几个小秘密

胎儿确实可听到妈妈的说话声

母爱是最好的胎教

“第一天”胎教也很重要

## <<胎教必读>>

运动能使胎儿的大脑活化  
短途旅行也是一种很好的胎教  
第五节胎教的成功要素  
胎教的成功要素之一  
胎教的成功要素之二  
第六节胎教问题专家答疑  
中国古人的胎教智慧有什么特点  
外国胎教研究的经验是什么  
中国古人与外国专家的胎教经验哪个更好  
第六章直接效果的胎教怎么进行  
第一节音乐胎教  
音乐对胎教的作用  
给胎儿播放音乐有什么好处  
音乐胎教可增加胎儿神经元  
什么时候开始音乐胎教好  
该选什么样的音乐做胎教教材  
音乐胎教是否该考虑针对孕妈妈和胎儿的两类教材  
音乐胎教具体该怎么做  
孕妇唱歌有什么好处  
第二节光照胎教  
对胎儿进行光照胎教有什么好处  
什么时候开始光照胎教最适宜  
光照胎教具体该怎么做  
抚摸胎教有什么好处  
第三节抚摸胎教  
胎儿对情感性的抚摸敏感  
用好心情来抚摸胎儿  
什么时候开始做抚摸胎教好  
抚摸胎教该怎么进行  
第四节语言胎教  
对胎儿进行语言胎教有什么好处  
语言胎教什么时候开始才好  
语言胎教怎么进行  
父亲也要参与  
要能引起胎儿兴奋，不要死板  
可用于进行语言胎教的文学材料  
第五节夫妻共同做的胎教  
父亲的声音  
父亲与胎儿血脉也相连  
“准爸爸胎教”令宝宝更聪明  
第六节最新科学胎教的方法  
动作胎教法  
音乐胎教法  
对话胎教法  
情感信息胎教法  
综合胎教法  
第七节直接交过胎教专家答疑

## <<胎教必读>>

对胎儿的直接效果胎教是不是越多越好  
进行直接效果的胎教要掌握什么要点  
胎儿是闭着眼睛呆在孕子宫里的，打扰他的安宁好吗  
什么是良性刺激，什么是不良刺激  
第七章间接效果的胎教——养胎  
第一节气血养胎  
什么是气血养胎  
孕前准备是气血养胎很关键的一部分  
怀孕时机  
营养要全面平衡  
学会起码的自我调理  
经常通风开窗户，到室外呼吸新鲜空气  
避免不良现代生活追求  
适当体力劳动、加强体质锻炼  
第二节环境养胎  
环境养胎指的是什么  
家庭环境养胎  
孕妇身处宁静很重要  
工作环境养胎  
大自然环境养胎  
第三节情绪养胎  
不良情绪对胎儿有什么危害  
如何使孕妇处于良好的精神状态  
准妈妈调理情绪的几个关键技巧  
负面情绪调节法  
有效的身体放松技巧  
有效的精神放松技巧  
孕妇“情绪养胎心灵操”  
第四节智慧养胎  
学会宁静愉悦地生活  
多看有益的、能启发智慧的书籍  
学会欣赏名画、书法艺术、音乐和工艺品  
多去欣赏大自然的美  
多关注生活中的美和智慧  
孕妇“智慧养胎心灵操”  
第五节品格养胎  
孕妇品格与胎儿的人格和形貌  
孕妇日常生活中该注重行为德性的地方  
孕妇“品格养胎心灵操”  
第六节新气血养胎  
运动的好处  
运动对现代生活方式的孕妇很必要  
孕妇如何运动  
适合孕妇的运动  
孕妇锻炼时要注意的事项  
第八章不同孕龄怎样保胎养胎  
第一节怀孕第1个月

<<胎教必读>>

胎宝宝的发育情况

孕妈妈的身体变化

日常生活保健

专家提醒：噪声

本月胎教安排

第二节怀孕第2个月

胎宝宝的发育情况

孕妈妈的身体变化

日常生活保健

专家提醒：辐射，磁场

本月胎教安排

第三节怀孕第3个月

胎宝宝的发育情况

孕妈妈的身体变化

日常生活保健

专家提醒：孕期用药

本月胎教安排

第四节怀孕第4个月

胎宝宝的发育情况

孕妈妈的身体变化

日常生活保健

专家提醒：胎动

本月胎教安排

第五节怀孕第5个月

胎宝宝的发育情况

孕妈妈的身体变化

日常生活保健

专家提醒：胎盘早剥

本月胎教安排

第六节怀孕第6个月

胎宝宝的发育情况

孕妈妈的身体变化

日常生活保健

专家提醒：妊高征

本月胎教安排

第七节怀孕第7个月

胎宝宝的发育情况

孕妈妈的身体变化

日常生活保健

专家提醒：妊娠性糖尿病

本月胎教安排

第八节怀孕第8个月

胎宝宝的发育情况

孕妈妈的身体变化

日常生活保健

专家提醒：胎位

本月胎教安排



<<胎教必读>>

第九节怀孕第9个月

胎宝宝的发育情况

孕妈妈的身体变化

日常生活保健

专家提醒：早产

本月胎教安排

第十节怀孕第10个月

胎宝宝的发育情况

孕妈妈的身体变化

日常生活保健

专家提醒：睡眠

本月胎教安排

## &lt;&lt;胎教必读&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：日本专家井深大先生做了一个有趣的实验：他请播音员录制了小林一茶的俳句“秋风扶枝摇，飒飒落叶遍地飘，猫儿追逐跳”，并将录音带交给一名孕妇，请她每天听录音2次，每次3分钟。

这种俳句有一种日常讲话和音乐所没有的独特韵律，这样一来，使深居子宫内的胎儿反复受到这种声音的刺激。

婴儿出生后2~6天，对在母亲体内听过此俳句的婴儿和未听过此俳句的婴儿进行测验，即让他们听上述俳句、其他俳句和普通讲话三种录音带，看两组婴儿听后产生什么反应，观察指标是记录婴儿的心脏跳动次数。

结果发现了一个十分有趣的现象，在胎儿期从未听过俳句的婴儿，听了这三种录音带后都表现出相同的反应；而在胎儿期反复听到上述俳句的婴儿，再听到此俳句时反应比较稳定，而听到其他俳句时则显示出强烈的反应。

可见，婴儿能够把在母体内一直听过的俳句同其他相似而又不同的俳句准确地区别开来。

研究了20多年幼儿教育的井深大先生认为：“婴儿在母亲体内听过‘秋风’俳句以后一直把它记在心上，当他听到这首韵律相同但内容不同的俳句时，作出反应，也许认为‘这是啥呀’。

”已故的前苏联著名提琴家列昂尼德·科根曾讲过他自己的一段有趣经历：科根准备在一次音乐会上演奏一首新乐曲，在他妻子的伴奏下曾短期练习过这首乐曲。

当时，正值他的妻子临近产期，不久生了一个儿子。

儿子长到4岁便学会了拉提琴，有一天，他突然奏出了一支从来没有人教过他的乐曲旋律，而这正是那次音乐会上演奏的乐曲。

那支乐曲，科根仅在那次音乐会上演奏过一次，后来再未演奏过，亦未灌制成唱片。

他的儿子出生以来也没有听过那支乐曲，这实在是不可思议的记忆。

还有不少类似的报道，都从不同的角度反映了胎儿已具有惊人的能力，不仅有感觉，而且有“记忆”。

催眠疗法的先驱人物保罗·比库博士治疗过一位男性患者。

这位患者的情况，清楚地证明了胎儿期的潜在记忆对人的一生将产生巨大的影响。

这位患者遭受剧烈不安时，全身常出现暂时性发热感觉。

为查明原因，比库博士将患者引入睡眠状态。

于是这位患者渐渐回忆到胎儿时期，回想起当时发生的重大事情。

他在讲述胎儿7个月以前的情况时，语调平缓、神情自若。

当开始讲述其后的情况时，突然嘴角僵硬，浑身颤抖，身体发高烧，露出惊惧的神色。

显而易见，这位患者回忆起了导致他出现这一症状的胎儿时期的体验。

然而。

其原因何在呢？

数周后，博士走访了这位患者的母亲。

据患者的母亲说，当她妊娠7个月后曾洗过热水浴，试图堕胎。

在出生前数月内，胎儿的行为渐趋复杂、成熟。

这是因为迅速增大的记忆储存促进了自我形成，并开始引导胎儿行为的发展。

在某一阶段内，人的对立情绪皆起源于记忆，不管这一记忆是有意识的，还是无意识的。

譬如说，比库博士所治疗的男患者，在他的记忆中并未储存不安的发生源，但从其发生源中产生的恐怖却并未因此而销声匿迹。

因为20年来，胎儿期的深刻记忆一直潜在地支配着这一患者的行为。

每个人都有自己所忘却的记忆，而且这种记忆，正在无意识地对人们的一生产生着巨大影响。

胎儿的性格胎儿和新生儿的区别仅在于是否经过分娩这一过程，作为一个具有能力的人来说是一样的。

在母体内有爱动的胎儿，也有不爱动的胎儿，一旦出生之后立即就会发现他们在个性上的差别，有光

## &lt;&lt;胎教必读&gt;&gt;

睡觉的婴儿，有睁着眼睛张望的婴儿，也有手足乱动的婴儿，还有低声长时间哭泣的婴儿，在哭泣方法上，既有像着了火似的大声号哭的婴儿，也有低声长时间哭泣的婴儿。

随母体内环境和母子组合的不同，而各有所异，理应有个性。

布拉泽尔顿博士研究出一种叫做“新生儿行动评定法”的独特观察方法，用来观察婴儿的反应快慢、强弱、注意力的持续程度，以及适应能力和精神稳定状况等有关个性的基本行动特征。

从博士的检查来看，即使在出生当天，有的婴儿就能紧紧盯住博士的眼睛。

当博士上下左右转动自己的面孔时，他也会转动眼睛进行追踪，有的婴儿看了一下马上就不追踪了。有的婴儿很快就习惯于听那些令人讨厌的声音而昏沉入睡，但有的婴儿对外部的刺激十分敏感，总在哭泣。

有的婴儿安抚一下就立即停止哭泣，有的婴儿若不抱在怀里摇晃一会儿就不会安静下来……各有很大差别，令人吃惊。

而且，出院后回到家里，外界环境发生变化，一个月后再对同一婴儿进行检查，其结果又发生相当大的变化。

例如：有的在出生后一周内，曾是一个很有持久力、情绪稳定的婴儿，但是，在外婆家生活一个月，由于外婆和外公过分疼爱，其控制自己的能力就变弱。

结果，对外部刺激的反应也变得消极起来。

常常可以见到类似的事例。

## <<胎教必读>>

### 编辑推荐

《胎教必读》：最权威的胎教知识介绍，最贴心的孕育指南，最全面的胎教指导方案，胎教真的有用吗，你知道胎教吗/胎儿到底能不能教育/胎教对胎儿有什么好处/子宫内的“小窃听者”/外在环境对胎儿影响有多大……外国人怎么进行胎教美国的“子宫对话”/英国的音乐胎教实验/国外胎教成果/俄罗斯人的胎教……直接效果的胎教怎么进行什么是音乐胎教/音乐胎教具体该怎么做/什么是光照胎教/光照胎教具体该怎么做/什么是抚摸胎教/什么时候开始做抚摸胎教好/夫妻共同做的胎教……间接效果的胎教怎么进行什么是气血养胎/什么是环境养胎/什么是情绪养胎/不良情绪对胎儿有什么危害/什么是智慧养胎/什么是品格养胎……孕期不同阶段如何进行胎教如何记胎教日记/听觉胎教如何进行/语言胎教从孕几个月开始/准爸爸如何进行胎教/产前也不要忘记胎教……中国优生科学协会倡导读物。

全新的胎教理论，科学的胎教方法。

影响孩子未来的完美胎教手册。

<<胎教必读>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>