

# 好妈妈不吼不叫读懂儿童敏感期



[好妈妈不吼不叫读懂儿童敏感期 下载链接1](#)

著者:鲁鹏程

出版者:机械工业出版社

出版时间:2020-2-1

装帧:平装

isbn:9787111641612

敏感期也是孩子成长的关键期。很多父母因为不懂儿童的自然成长规律，比如吃手、反复扔东西、说“不”、执拗、对完美的追求等，以为孩子不乖、不听话，从而对孩子大吼大叫，使得孩子不能很好地在一个又一个的敏感期中实现转换、过渡和成长，甚至造成孩子成年后的一些固化行为。本书旨在引导父母正确认识孩子敏感期的行为表现，放

松情绪，温和地与孩子一起面对成长中的每一个小小挑战！

作者介绍：

鲁鹏程

- 家庭教育专家，中华传统文化传播者、推动者
- 全国教育科学“十二五”规划教育部重点课题“新课标背景下中小学价值教育的校本化研究”总课题组家庭教育专家
- 中国关心下一代工作委员会特聘专家，北京大学中小学骨干教师高级研修班“传统文化与现代教育”专题主讲专家
- 中央人民广播电台、江苏教育电视台、凤凰讲堂等家庭教育类节目特约访谈嘉宾
- 北京市妇联“新蕊计划”家庭教育公益大讲堂特邀主讲专家
- 家庭教育类杂志《时尚育儿》《亲子》等专家顾问团成员、撰稿人
- 机械工业出版社成立60周年“最具影响力作者”之一，作品总销量超过300万册，其中《好妈妈不吼不叫教育男孩100招》自2011年出版以来持续加印，畅销50余万册，续篇《好妈妈不吼不叫教育男孩100招（实践版）》入选“全民阅读年会50种重点推荐图书”及“全国图书馆推荐书目”，《教师的国学素养》和《学<弟子规>，做中华好老师》分别荣获第三十届和第三十二届华东地区优秀哲学社会科学图书二等奖，《0-3岁敏感期教育方案设计》入选“新标准早期教育专业‘十三五’规划教材”，亦是国内首部“儿童敏感期”主题高校教材，《妈妈情绪平和，孩子幸福一生》《孩子优秀是教出来的》《孩子注意力不集中，妈妈怎么办》《好妈妈不吼不叫给孩子立规矩》《好妈妈不吼不叫应对孩子叛逆期》等作品广受读者好评
- 有多部作品分别入选“中国十大家庭教育图书”“中央电视台财经频道（CCTV2）《第一时间》栏目读书推荐”“《中国教育报》全国教师暑期阅读推荐书目”“教育部全国中小学图书馆（室）推荐书目”
- 有多部作品版权输往韩国、越南、中国香港、中国台湾等国家和地区

目录: 前言 读懂儿童敏感期，做不吼不叫的好妈妈

绪论 不吼不叫，

用爱与智慧发现敏感期的秘密

一、读懂孩子敏感期的神奇与奥秘 / 00

万事万物都有一定的客观规律，认识生机勃勃的敏感性 / 00

敏感期是孩子成长的推动力，一定要抓住这个关键期 / 00

每个孩子的成长，都有着难以解释的神奇与奥秘 / 00

了解蒙台梭利归纳总结的“孩子九大敏感期” / 00

认识并善用中国传统教育里的“敏感期理论” / 0

二、不吼不叫，帮孩子度过敏感期 / 0

敏感期出现的时间并不固定，要注意观察孩子的言行举止 / 0

在孩子敏感期内，尊重他的发展，给他充分的自由 / 0

用爱和智慧与孩子进行心灵沟通，让他感受到我们的爱 / 0

给孩子布置丰富的学习环境，对他适时协助，而不是干涉 / 0

耐心等待孩子的成长，帮助他顺利度过敏感期 / 0

第一章 不吼不叫，探秘0~2.5岁孩子的敏感期

一、视觉敏感期 / 0

1. 眼睛是心灵的窗户，读懂孩子的视觉敏感期 / 0

2. 孩子刚出生时会对明暗相间的地方非常感兴趣，会盯着看 / 0

——对新生儿来说，黑白相间的地方比彩色气球更有吸引力，要有意识地激发孩子的视觉感知能力 / 0

3. 喜欢光盘、大头娃娃、镜子、各种形状的视觉道具 / 0

——这些东西能有效吸引孩子的注意力，可以用它们组成孩子的视觉环境 / 0

二、语言敏感期 / 0

4. 读懂孩子的语言敏感期，了解其语言能力的发展历程 / 0

5. 喜欢模仿一个词，或一应一答，不断地重复 / 0

——这不是孩子淘气，不要阻止他，要引导他模仿更优美、更精确的语言 / 0

6. 发现所有的事物和人都有称呼，开始将自己的认知感觉与语言匹配起来 / 0

——认同孩子，表扬他，引导他多练习；如果匹配不正确，还要纠正他 / 0

7. 对句子表达的意思感兴趣，喜欢重复或模仿他人的话 / 0

——这是孩子语言的“高级”重复阶段，不必惊讶，跟他一起做句子表达的游戏 / 0

8. 发现语言具有一种力量，而最能表现力量的话是诅咒 / 0

——并非孩子学坏了，我们要学会冷处理，当然也要反省一下自己 / 0

9. 悄悄话——孩子语言敏感期的特殊表现 / 0

——孩子用无声的悄悄话感受语言魅力，配合他，与他一起想象 / 0

10. 接电话，一口气说完“请问你找谁？好的，再见！” / 0

——孩子发现声音从电话里传出来，兴奋不已，引导他与电话那端的人进行沟通 / 0

11. 口吃——孩子的逻辑思维能力在发展的正常表现 / 0

——别着急，别批评，要和蔼地让孩子慢点说，耐心引导他正确表达 / 0

三、听觉敏感期 / 0

12. 读懂孩子的听觉敏感期，认识孩子听觉的发展历程 / 0

13. 不喜欢静悄悄，喜欢待在有声音的环境中 / 0

——给孩子能发声的玩具，在孩子耳边摇晃小铃铛，训练孩子的听觉 / 0

14. 孩子的“声音世界”与成人不同，他也会对噪声敏感 / 0

——给孩子故意制造点“噪声”，在“噪声”中提升孩子的听力 / 0

15. 孩子喜欢妈妈用“妈妈腔”来跟自己说话 / 0

——发音清晰、语速略慢、适度重复、语句简短、内容具体的“妈妈腔”并不幼稚 / 0

四、口的敏感期 / 0

16. 读懂孩子口的敏感期，认识口肩负的重要使命——感知世界 / 0

17. 什么东西都往嘴里塞，用口来实现味觉、触觉的认知 / 0

——满足孩子，给他啃的东西，理解他“用口去认识世界” / 0

18. 孩子会吃手，会练习使用牙齿、舌头，这是他的工作 / 0

——不要大惊小怪，不要阻止，允许孩子去吃手 / 0

19. 咬人——冷不丁地咬人一口 / 0

——孩子咬人并没有恶意，而是在探索，把他抱开就好了，不要惩罚他 / 0

五、手的敏感期 / 0

20. 读懂孩子手的敏感期，了解手部的发育历程 / 0

21. 打人：打妈妈的脸和头，狠狠地拽妈妈的长头发等 / 0

——孩子并非有暴力倾向，而是为了引人注意，不要给他贴“爱打人”的标签 / 0

22. 抓、扔、捏——喜欢抓软东西、扔东西、用两只手捏东西 / 0

——给孩子一些安慰物，让孩子尽情地“舞动”双手，体验手的功能 / 0

23. 非常喜欢用手玩水、玩沙 / 0

——玩水、玩沙对孩子有强烈的吸引力，允许他去玩 / 0

六、行走敏感期 / 0

24. 读懂孩子的行走敏感期，认识孩子学步的四个阶段 / 0

25. 对有坡的地方非常感兴趣，不知疲倦地行走 / 0

——孩子在探索腿脚功能，可以给他提供良好的供腿感知的环境或材料 / 0

26. 哪里不平走哪里，哪里脏乱走哪里 / 0

——即使孩子弄脏了衣服、鞋子，也应该鼓励他 / 0

七、渴望爱的敏感期 / 0

27. 每个孩子都渴望得到父母的爱，读懂孩子渴望爱的敏感期 / 0

28. 孩子是非常敏感的，他能感知我们的爱是有条件的，还是无条件的 / 0

——要给孩子无条件的爱，让他感受得到我们的爱 / 0

29. 孩子喜欢的是妈妈对他充满爱的感觉，并非语言本身 / 0

——对孩子说出你的爱，与他进行爱的对话 / 0

30. 孩子做出破坏性的行为，也是在表达一种爱 / 0

——在给孩子爱的同时，也要教他学会正确表达爱 / 0

第二章 不吼不叫，顺应2~3岁孩子的敏感期

一、秩序敏感期 / 0

31. 秩序是生命的需要，读懂孩子的秩序敏感期 / 0

32. 孩子非常喜欢给物品找“主人”，不用不属于自己的东西 / 0

——孩子的秩序敏感期来了，要满足他的要求，保护他的秩序感 / 0

33. 乐于将所有的东西“归位”，否则就会焦虑不安、哭闹…… / 0

——孩子需要并会保护有秩序的环境，利用秩序感教他学会自理，培养规则意识 / 0

34. 不符合孩子心意的事情、顺序不对的事情就得“重来” / 0

——不是孩子任性，也不是孩子固执，不要强行打破他内心的这种秩序 / 0

35. 喜欢做的事情就重复做，比如反复玩垒高、开关灯、藏东西的游戏 / 0

——这是孩子的成长方式，多陪他玩这种他觉得有意思的游戏 / 0

二、审美敏感期 / 0

36. 孩子重视事物的完整性，读懂孩子的审美敏感期 /

37. 要求食物、饭菜或用具必须完整，否则就不吃 /

——不完整或不完美的事物会让孩子感到痛苦，尽量给他完整、完美的东西 /

三、关注细小事物敏感期 /

38. 孩子的视野与成人不同，读懂他关注细小事物的敏感期 /

39. 孩子感觉自己弱小，才会关注跟自己一样弱小、细小的事物 /

——不要关注表面，要了解孩子关注细小事物行为背后的心理原因 /

40. 孩子观察细小的东西，其实是他一项重要的“工作” /

——对于孩子的“工作”，不要打扰，培养他的专注力 /

41. 在室内，孩子常关注小线头、头发丝、纸屑，等等 /

——不要惊慌，不要担心，耐心地“欣赏”孩子这些可爱的举动 /

42. 在室外，孩子会关注蚂蚁、小花瓣、小石子，等等 /

——不要制止孩子，否则他会因内心的某种需求得不到满足而受到伤害 /

43. 孩子非常喜欢走进大自然，那是他关注细小事物的最佳场所 /

——带孩子亲近自然，引导他观察自然，提升他的观察能力 /

四、空间敏感期 /

44. 读懂孩子的空间敏感期，与他一起享受探索的乐趣 /

45. 先是爬、抓、移动物体，再爬高、旋转、扔东西…… /

——不要吼叫，不要呵斥，在孩子背后默默地欣赏这一切，让他尽情地探索空间 /

46. 插孔，对带孔的东西感兴趣，喜欢插拔吸管、钥匙…… /

——孩子不是捣乱，而是在探索空间，所以要支持他的行为 /

47. 对“捉迷藏”非常感兴趣，喜欢藏在门后面、桌子下、衣柜里等 /

——孩子在享受空间探索带给自己的乐趣，满足他的探索需求 /

48. 孩子喜欢把物体垒高，再推倒，从而建立对三维空间的感觉 /

——支持孩子的垒高行为，多给他提供类似的机会 /

49. 喜欢玩好玩的游戏，如“你扔我捡”、搭积木等 /

——引导孩子玩一些具有空间感的游戏，让他充分感知空间 /

五、模仿敏感期 /

50. 模仿是一种学习方式，读懂孩子的模仿敏感期 /

51. 模仿别人的一举一动，好的、坏的，一概模仿 /

——鼓励孩子的良好模仿行为，漠视他的不良模仿，有意识地引导他模仿 /

六、自我意识敏感期 /

52. 善于体察孩子的细微变化，读懂孩子的自我意识敏感期 /

53. 不管对孩子提出什么要求，他都一概说“不” /

——说“不”是孩子证明自我存在的方式，是他自我意识的正常表现，要合理引导 /

54. 孩子会明确地表示“这是我的” /

——要了解孩子自我意识的发展阶段，善待他的“自私”，不强迫他去“分享” /

55. 孩子占有欲强，从别人那里“偷”东西，还可能撒谎 /

——不要以为孩子的道德品质出现了问题，如对此“严加管教”，可能会适得其反 /

第三章 不吼不叫，捕捉3~4岁孩子的敏感期

一、执拗敏感期 /

56. 孩子开始叛逆，读懂孩子的执拗敏感期 /

57. 不让孩子玩，他偏要玩；不让他吃，他偏要吃；让他读2，他偏要读3…… /

——不要气愤，要理解孩子，否则会“两败俱伤” /

58. 孩子对洗手非常排斥，给他讲道理也不听 /

——孩子并非故意“刁难”，要了解他的心理，掌握“帮助他”的小妙招 /

59. 打小朋友的屁股和布娃娃，故意摔坏自己的玩具…… /

——我们要反省自己的行为，如果对孩子进行“暴力教育”，他也就学会了暴力 /

二、追求完美敏感期 /

60. 追求完美是孩子的天性，读懂孩子追求完美的敏感期 /

61. 对自我产生审美要求，女孩对衣着服饰产生浓厚的兴趣 /

——理解并支持孩子的“臭美”行为，不要让孩子产生错误的审美观 /

62. 对事物、环境比较挑剔，对自己做事的要求比较高 /

——允许孩子“任性”，他已从审美发展到追求完美，尝试给他制造一个参照物 /

三、人际关系敏感期 /

63. 尝试与周围的人建立关系，读懂孩子的人际关系敏感期 /

64. 孩子喜欢支配和交换物品，那些交换很可能是“不等价交换” /

——孩子正在拉开他人际关系的大幕，此时他对物品的价值没有概念，我们不必以成人的目光去干预孩子的行为 /

65. 孩子只是喜欢，就与小朋友争抢玩具，抢不过来还可能打起来 /

——孩子之间的事情，不由我们干涉，不要教唆孩子以牙还牙，要给他精神上的支持 /

四、色彩敏感期 /

66. 善于捕捉和凝视鲜亮的色彩，读懂孩子的色彩敏感期 /

67. 对色彩开始产生感觉和认识，并尝试寻找不同的颜色 /

——在生活中给孩子更多认知色彩的机会，引导他使用多种颜色绘图 /

68. 喜欢涂色笔、涂色书，热衷于涂色 /

——给孩子营造一个欢快、明朗的色彩环境，但别一味期望他成为艺术家 /

第四章 不吼不叫，解读4~5岁孩子的敏感期

一、性别和出生敏感期 /

69. 孩子好奇是正常的，读懂孩子的性别与出生敏感期 /

70.

孩子会发现自己的身体与成人的身体不一样，男性身体与女性身体不一样，对异性身体，尤其是私处比较好奇 /

——这是孩子性心理发展的正常表现，要正确引导，满足孩子的好奇心 /

71. 几乎每个孩子都会问：“我是从哪里来的呢？” /

——不要回避，更不要说孩子是从垃圾堆里捡来的，要认真告诉他来自哪里 /

二、婚姻敏感期 /

72. 孩子要“结婚”，读懂孩子的婚姻敏感期 /

73. 孩子要和父母结婚，和幼儿园的老师及周围的成人结婚 /

——不要嘲笑孩子，及时向他传达正确的婚姻观 /

74. “爱”上小伙伴：孩子会选择同龄的异性小朋友作为“结婚”对象 /

——孩子以游戏的方式对待“婚姻”，我们则要认真对待他在婚姻敏感期遇到的问题 /

三、身份确认敏感期 /

75. 读懂孩子的身份确认敏感期，用爱帮他构建自我 /

76. 男孩崇拜偶像，扮演奥特曼、孙悟空…… /

——孩子在模仿偶像的同时也在塑造自我，让他尽情去模仿，并借此培养好习惯 /

77. 女孩喜欢白雪公主，爱扮演白雪公主 /  
——那是孩子在进行身份确认，积累人格特征，给她做梦的权利 /

#### 四、情感表达敏感期 /

78. 读懂孩子的情感表达敏感期，让他心中充满爱 /

79. 孩子对妈妈的态度、情绪非常敏感，对父母非常依恋 /

——孩子并不是脆弱，而是开始表达情感，要给他表达情感的自由 /

80. 孩子对委屈特别敏感，常用哭泣来表达内心的委屈 /

——不要否定孩子的情绪，要理解、关爱他，驱除他内心的委屈感 /

#### 五、绘画敏感期 /

81. 读懂孩子的绘画敏感期，陪他走进涂鸦的世界 /

82. 喜欢画画，先是“乱画”，然后才是“会画” /

——面对“乱画”的孩子，我们要学会等待，也要给他充分的绘画自由 /

#### 六、音乐敏感期 /

83. 读懂孩子的音乐敏感期，让音乐伴随他成长 /

84. 孩子一听到音乐，就会跟着乐曲扭屁股 /

——每个孩子都有音乐天赋，要给他营造良好的音乐环境，但不强迫他学习某种乐器 /

#### 七、书写与阅读敏感期 /

85. 从“甲骨文”到“看书”，读懂孩子的书写与阅读敏感期 /

86. 对识别与书写文字符号产生兴趣，但写得很不规范 /

——欣赏孩子的乱画，那就是他的“字”；如果嘲笑、指责孩子，他就会放弃书写 /

87.

兴奋地展示自己的能力，走到哪里写到哪里：白墙上、地板上……到处都会留下“墨宝” /

——给予孩子肯定，而不是批评，赏识孩子，孩子才会保持书写的热情 /

88. 喜欢阅读，喜欢认字，而且对阅读乐此不疲 /

——早点让孩子接触书籍，孩子的阅读敏感期就会早日到来 /

89. 孩子如果没机会接触传统启蒙经典，就会去背电视广告 /

——孩子总是要阅读的，他对读物的难度没有认知，不会感觉经典难读，可以给他提供阅读传统启蒙经典的机会 /

### 第五章 不吼不叫，剖析5~6岁孩子的敏感期

#### 一、社会规范敏感期 /

90. 观察孩子的行为，读懂孩子的社会规范敏感期 /

91. 想学妈妈的样子扫地、擦桌子、做饭等，表达“我要做”的意愿 /

——不要怕孩子做不好，不要怕他伤着自己，给他去做这些事的机会 /

92. 如果有人说话不算话，或破坏规则，孩子就会非常痛苦 /

——不强迫孩子做违背他自身规则的事情，尊重他的规则意识 /

93. 了解自己和他人的基本权利，注重并维护自己的权利，要求公平、平等 /

——这是孩子成长的标志之一，要尊重孩子的权利，正确看待他的成长心理 /

#### 二、数学敏感期 /

94. 读懂孩子的数学敏感期，开发他的数学潜质 /

95. 迷恋加减法，探索数字间的关系，对分类和组合非常感兴趣 /

——满足孩子理解“数”的需求，提高他的数学能力 /

#### 三、文化敏感期 /

96. 读懂孩子的文化敏感期，引导他领略经典文化 /

97. 有探究事物奥秘的强烈需求，喜欢问“为什么” /

——不要烦躁，耐心回答孩子的“为什么”，与孩子一起探索“为什么” /

98. 引导孩子感受博大精深的中国文化的内涵与意义 /

——让孩子从小了解中国经典文化，当然，我们自己应该先了解并认同 /

99. 引导孩子感知和体悟西方经典文化的魅力与价值 /

——给孩子机会接触西方经典艺术、适合他阅读的西方文化名著 /

100. 自由表达自己的想法、心声，并用笔把它们写出来 /

——写作是孩子阅读与说话的延伸，欣赏他的“作品”，让写作充实他的文化敏感期 /

· · · · · (收起)

[好妈妈不吼不叫读懂儿童敏感期 下载链接1](#)

## 标签

育儿

儿童教育

自我提升

成长

教育

好书，值得一看

长知识了

自我成长

## 评论

对儿童0-6岁的敏感期划分得很详细，解释得很到位。家长可以参考，但也不必过于热衷，每个孩子都是不一样的，父母的细心耐心和爱心才是不吼不叫的育儿法宝。

-----  
在教育孩子方面我的内功还修炼的不够，很难做到不吼不叫，所以继续学习，继续努力

-----  
读懂孩子的敏感期，治愈大吼大叫

想和孩子一起成长，提升自身修养，成为优秀的家长，孩子的榜样。

这是一本每个父母都应读的书。只有读懂了儿童敏感期，才能更好的帮助孩子度过成长之路，使其身心都能够得到放松、快乐、健康起来。如果教育孩子这件事让你头疼，也许你需要这本书。

现在的妈妈一面应当职场一面照顾家庭和育儿，想要不吼不叫轻松准确的应对婴幼儿期亲子间产生的各种问题，引导孩子正确的性格发展，纠正孩子敏感期出现的不良行为，都可以在这本书中获得方法。

[好妈妈不吼不叫读懂儿童敏感期 下载链接1](#)

## 书评

最早了解敏感期，是从孙瑞雪老师的《捕捉儿童敏感期》开始，惊叹儿童的成长原来也有如此神奇的规律。虽然只是一知半解，但是这个理论却让我耐心倍增，每次遇到熊孩子闹脾气，就心里默念咒语，可能又是某个敏感期到了吧，快快给他足够的爱和自由，快乐健康成长吧。敏感期这个理...

孩童时的我，无论妈妈走到哪，总喜欢赖在妈妈的身边；长大的我，虽然不能总赖在妈妈身边，但依然喜欢着妈妈的怀抱；现在的我，也成为了一名妈妈，所以我更深知妈妈在宝贝心中的份量及对宝宝成长的影响。哪位妈妈不“望子成龙，望女成凤”？那么，想让自己的宝贝能成才成人，作...

这是一本关于“儿童敏感期”的图书，而不是一本教妈妈们控制情绪，做“不吼不叫”的好妈妈的图书。是的，你没看错，再次强调一下：这本书不是教你如何做一个不吼不叫的好妈妈。为什么这样讲？我想说的是，如果你读懂了儿童敏感期，你就会自动自发地改变自己，努力让自己做一个…

上周末去老家看孩子。当时儿子正在专注地玩一堆沙子，他把沙子铲到一个小桶里，倒掉，然后再装进小桶里，再倒掉，经历了好几个反复。而我4岁半的女儿，最爱做的事情，就是坐在我怀里，把我连帽卫衣上的带子全部抽出来。每当看到孩子的这些奇奇怪怪的行为，我就会心一笑。因为...

当“原生家庭”这个概念出现，很多人都意识到自己的成长历程中多多少少都有遭受过“情感暴力”，一想到过去发生的种种，不禁湿润了眼睛。究竟是父母们心太狠，还是我们当真是不听话的坏孩子呢？有些孩子长大后，选择淡化或忽视家人造成的心灵创伤，认真生活。而有些孩子则将这

在儿童的成长过程中，家长是不是会遇到这样的情景：吃手、扔东西、说不，但并不是每一位家长都了解这些反常行为所代表的儿童心理，总以为儿童不听话、或者听不懂家长的话，进而家长挥起了“鞭子”，强制儿童改掉这些不良习惯。然而，科学研究告诉我们，家长的一片苦心往往会造成...

随着孩子的长大，大概每个妈妈都会发现，当个不吼不叫的好妈妈实在是太难了。哪怕

原本是个从不大声说话的温柔妈妈，奈何孩子根本不买账，也只好练出“河东狮吼”。渐渐地，一控制不住情绪就朝孩子发脾气就成了习惯，而这很可能会影响到我们和孩子之间的亲密关系。怎么办呢？带...

---

[好妈妈不吼不叫读懂儿童敏感期](#) [下载链接1](#)