第一图书网, tushu007.com

<<斯瑟蒂克胎教圣典>>

图书基本信息

书名：<<斯瑟蒂克胎教圣典>>

13位ISBN编号：9787506470698

10位ISBN编号：7506470691

出版时间：2011-1

出版时间：中国纺织

作者：孟丽娜

页数：208

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

这本书源于上个世纪一个全球经典胎教案例——实子?斯瑟蒂克和约瑟夫?斯瑟蒂克，这两个智力平平的夫妻，由于使用了子宫对话这种胎教方法而共同孕育了四个智商超过160的子女。
而夫妻二人使用的胎教方法被称为斯瑟蒂克胎教法。
本书结合斯瑟蒂克的胎教精髓思想，在讲述故事的同时辅以实际的胎教案例，使得父母们在阅读时既可了解斯瑟蒂克夫妇当时是怎么做胎教的，又学会了具体的胎教方法。

第一图书网, tushu007.com

<<斯瑟蒂克胎教圣典>>

书籍目录

代序
作者序
第一章 为胎教做准备吧
　斯瑟蒂克胎教法课程
　胎教的基础是健康怀孕
　为胎儿的到来准备个房间吧
　为可爱的他准备本教材吧
　了解你的胎儿的发育历程
　制定属于你的胎教计划
第二章 第1～4个月
　关心自己，更要关注胎儿
　一、天才诞生的秘密：父母要注意什么
　　生活重心要转向胎儿哦
　　约瑟夫：爸爸的作用很重要哦
　　妈咪周围的环境很重要哦
　　胎儿会用“心”听你的谈话
　　让胎儿看到你，听到你的声音
　　为了胎儿的健康，合理安排你的饮食吧
　　天才儿不是胎教的目的而是结果
　二、和胎儿一起做胎教吧
　　妈妈：用柔和的声音给胎儿唱歌
　　记着自己不是一个人，要常对他讲话哦
　　做胎教的同时，不要忘记和丈夫的情感交流
　　讲故事让你的生活丰富多彩
　　开动你的想象力
　　在胎儿日记里留下爱的记录
　　斯瑟蒂克胎教法精华
第三章　第5个月～分娩
　真正的胎教开始啦
　一、天才诞生的秘密：子宫对话
　　胎儿可以敏感地捕捉到妈妈的想法
　　天才用左脑还是右脑
　　妈妈不要随便生气哦
　　从古代经典中寻找胎教
　　子宫对话：胎儿与妈妈交流的有效方法
　　向胎儿传授知识使得眼前的一切变得顿然生辉
　　胎儿在子宫内就记住了妈妈的声音
　二、妈妈的作用很重要哦
　　生活有规律，母子关系更密切
　　妈妈早睡早起，宝宝同样这样
　　适时夸奖孩子
　　妈妈的求知欲影响胎儿的大脑发育
　　妈妈的意识左右着出生后婴儿的心
　　妈妈要合理安排自己的工作
　　胎教，育儿两不误

如何安抚其他孩子
三、爸爸也别小看自己哦
爸爸：要积极参与胎教
父亲怎么参与胎教
妈妈闹小脾气，爸爸也有责任哦
胎儿对爸爸的话很感兴趣哦
四、让胎教成为一种生活方式
早上给他讲点什么呢
不是妄想吧，给胎儿说英文
胎教家务两不误
如何为胎儿选书
多讲些自己熟悉的事物
教他学算术
和胎儿交流身体语言
五、和胎儿一起做胎教吧
使用闪光卡片学习语言与文字
一种可以集中注意力胎教的方法
斯瑟蒂克胎教法精华
第四章　出生后，见证神奇胎教的功效
斯瑟蒂克家族出生了四个神奇宝宝
一岁的孩子念书给大人听
五岁上高一，十岁成为大学生
我们家孩子都有自己的兴趣和爱好
现在我们的孩子各个都成才了
结语
后记
策划人手记

章节摘录

第一章 为胎教做准备吧说实话，在这点上，我做得不够好。
在怀第一个孩子苏珊时，我和约瑟夫都很年轻，没什么经验，也不知道如何准备，所以提醒各位准备作父母的，为了孩子，可得提前准备好，包括做胎教要用的书啦，音乐啦，免得怀孕了本身身体就不舒服，还要准备那些东西。
当然最重要的准备就是爱心啦——你和丈夫对孩子最真实的爱！
1. 斯瑟蒂克胎教法课程需要说明的是，在我们的苏珊出生之前，还没有听说要给胎儿教育的实例，虽然我们想到要给胎儿最好的教养，但其实我们自己也是没有任何经验的。
但是我们对自己很有信心，我们相信只要自己努力了，就会有成果。
而且我们也相信自己能做好。
当然，尝试新的事物也是需要技巧的，这个技巧就是遵循胎儿的发育规律，不能随随便便就把正在睡觉的胎儿揪起来做胎教，也不能给胎儿他不能接受的东西，比如烟啦，酒啦。
配图：孕妇喝牛奶当时的医学没有现在发达，再加上我和约瑟夫的受教育程度不是很高，所以即使当时医学上有什么新发现，我和约瑟夫也不可能去查阅医学书籍的，因为我们根本就看不懂，我们只是凭着自己的观察和老辈的生活经验给孩子做胎教。
幸亏，我的故乡日本是个非常重视胎儿教育的国家，我从小就听家里人说女人怀孕时，注重仪表，端庄贤淑，生出的宝宝也必定礼仪样样到位。
这些在之后的胎教中都被我用了起来。
当然要对胎儿教育，也是需要技巧的。
根据我的胎教经历，我大致总结了两条经验：爱。
因为我知道胎儿的发育是呈阶段的，所以对他进行胎教，也要根据他的发育来，我和约瑟夫大致出了两套方案，一套是怀孕前四个月的，一套是四个月以后的，因为等知道自己怀孕差不多已经是第二个月的事了，还有的性格大大咧咧的孕妇可能三个月之后才发现自己怀孕了。
写到这里就有人问了，如果我很晚才知道自己怀孕了，那时做胎教会不会太晚啊？
我的回答是当然不晚，因为让胎儿晚点知道你爱他总比你从来不告诉他你爱他要好百倍。
需要强调的是，在胎教中，给予孩子爱是最重要的，拿约瑟夫的话讲very important！
耐心。
需要注意的是，胎儿也是有情绪的，他会哭，会闹，也会笑。
当他不高兴了，踢你的肚皮，你要轻拍自己的腹部安慰他，对他说：“宝宝乖，宝宝哪里不舒服啊，告诉妈妈啊！
”没准听到这些话，他就会安静下来！
如果还是不管用，你就要继续安慰他，千万别因为他闹你也发脾气，那样你想想看，孩子多可怜啊，因为他唯一的依靠也在生气，哪会管他啊！
如果妈妈今天感冒了，你就不要按着你的计划进行胎教了，要耐心等着妈妈感冒好了，再继续你的胎教计划。
因为妈妈不舒服，孩子也会不舒服，他怎么会耐心地听你唱歌、讲故事呢？
斯瑟蒂克先生经典言论在上面的写作中我用到了胎教这个词，也许有的人会马上反击我：“孩子还没生下来，你教育他什么啊，太急功近利了吧！
”原谅我，亲爱的读者，其实我也不愿这样，我只是借用这个词，其实胎教在这里的意思是根据胎儿的发育特点给胎儿一些合适的刺激，让他长得更好，出生后更健康。
2. 胎教的基础是健康怀孕虽然爱和耐心是最好的胎教方法，但是要想顺利实施胎教，首要的一步就是健康怀孕。
为了弄清这个问题，我和约瑟夫给医生打电话咨询。
虽然当时还没怀孕，还有些不好意思，但是为了能顺利进行胎教，约瑟夫还是给欧卡达大夫挂了电话。
虽然鼓足了勇气，但是拨电话时约瑟夫还是手脚有些忙乱，居然拨错了号码，只好又拨。

电话通了，听不清约瑟夫在和欧卡达说什么，但是只见约瑟夫在纸上记着什么。
后来，约瑟夫还把这张宝贝纸给藏了起来，生怕别人看见了。
其实也没什么不好意思的，科学的东西就是直接，现在我告诉你宝贝纸上写的什么吧。
这张纸上是这么写的：第一步，夫妻双方身体健康，如果有什么疾病，比如糖尿病、高血压、甲状腺疾病和其他生殖系统疾病，都必须到医院检查，咨询医生后再决定是否怀孕，或者等病情控制住了再怀孕。
第二步，在孕前3个月，甚至半年的时间，两个人都不能吸烟或者喝酒，或者乱服药，否则会影响受孕。
第三步，夫妻双方的怀孕年龄也是有讲究的，女性24~28岁是最佳怀孕年龄，但也不绝对，最重要要看两个人的身体条件，身体好的话，晚点生育也没关系。
欧卡达大夫提到最重要的一点就是，不要把受孕的那一刻简单地当成生理行为。
想想看，你们的小宝宝就在这一刻开始了他的生命之旅，是多么神圣和奇妙。
当那颗幸运的、最健康、最富有活力的精子经过艰辛的长途跋涉在输卵管中和守候在那里的卵子相遇时，它们结合了，形成了受精卵，之后再经过几天的时间，受精卵在胎儿的家——子宫着床，随后开始漫长的10月怀胎。
受孕会受到很多因素的影响，如情绪、时间、温度。
其中最重要的就是情绪。
科学研究表明，在性生活中，女性血液中的激素和男性精液中的激素，对新生命的诞生具有不可低估的作用。
只是这一点往往为人们所忽视。
情绪波动会使人体内的血液呈酸性，而人体内只有长期处于碱性才是健康的，想想看，如果你们在发了脾气后进行受孕，那样生出来的宝宝会健康吗？
当然不会啦，所以在打算受孕前就要调整好自己的情绪，以保证健康卵子和精子的释放。
所以受孕真的是一个严肃而又神秘的过程，受孕不是一种简单的生理行为，你们两个在各个方面都要想的周全些。
当然在这之前也要做好心理打算，不要发现自己怀孕了很后悔，觉得自己还没做父母的打算呢！

编辑推荐

《斯瑟蒂克胎教圣典》以其简单性和有效性一直被众多的父母所推崇，但是很多父母虽然知道斯瑟蒂克胎教法的理念，却苦于不知道如何具体做，这本书不仅为你讲述了斯瑟蒂克胎教法的故事，而且还根据你的生活实际提供了具体的胎教方法，所以本书值得所有想做胎教的父母阅读。

第一图书网, tushu007.com

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