

生活叢書 3

怎樣照顧幼兒

道生博士 / 著 • 林瑄 / 譯





精緻生活・豐富人生的——

生活叢書

社址：臺北市大理街一三二號三樓
電話：(02)3066842・3025638
郵撥：0103854-0 時報出版公司
信箱：臺北郵箱79-99號

- | | | |
|------------|--------------|------|
| ①父母經 | 中國時報〈家庭生活〉連載 | 100元 |
| ②認識小兒科 | 謝貴雄醫師著 | 80元 |
| ③怎樣照顧幼兒 | 道生博士著／林瑄譯 | 60元 |
| ④了解我 | 吳慶宜著／劉華譯 | 60元 |
| ⑤兒童心理會診 | 中國時報〈家庭生活〉連載 | 120元 |
| ⑥家庭如何塑造人 | 薩提爾著／吳就君譯 | 120元 |
| ⑦婦幼衛生（第一輯） | 詹益宏醫師著（排印中） | |
| ⑧婦幼衛生（第二輯） | 詹益宏醫師著（排印中） | |
| ⑨皮膚與美容 | 張武夫著 | 60元 |
| ⑩口腔衛生漫談 | 榮總牙科著 | 100元 |
| ⑪透視乳房 | 洛森保博士著／石壁編譯 | 140元 |
| ⑫食物補療大典 | 田敦理・程熙合譯 | 200元 |
| ⑬跑步健康法 | 秦鳳棲編譯 | 80元 |
| ⑭男人的更年期 | 莊有為譯 | 120元 |
| ⑮當你所愛的人病了 | 米樂著／蔡果荳・張凱理譯 | 160元 |
| ⑯如何對抗癌症 | 李豐醫師著 | 140元 |
| ⑰信心治百病 | 鄧萬絹譯 | 60元 |
| ⑱寧為女人 | 洪小喬著 | 100元 |
| ⑲愛與性 | 文榮光醫師著 | 80元 |
| ⑳創造的愛 | 索羅金著／孫慶餘譯 | 80元 |

②①現代女性相術	飛雲山人著	80元
②②公共關係面相術	飛雲山人著	80元
②③認識自己改造命運	飛雲山人著	80元
②④紫微斗數新詮	慧心齋主著	140元
②⑤紫微斗數看婚姻	慧心齋主著	100元
②⑥如何推算命運——紫微斗數與四化星	慧心齋主著	120元
②⑦如何接觸	薩提爾著／吳就君譯	60元
②⑧成功的職業婦女	羅久蓉・莫昭平合譯	80元
②⑨人生錦囊	中國時報〈家庭生活〉專欄選輯	100元
③⑩成功人生	傅佩榮著	140元
③⑪事業成功總則觀人術	飛雲山人著 (排版中)	
③⑫女性的意見	李 昂著	100元

「生活叢書」以淺白的文字，實用的取材，提供現代的、精緻的、足以改善生活的資訊，這是我們精心選輯、名家淬鍊、嚴格品管的第一批好書，請期待本社即將陸續推出的「生活」好書！

生活叢書③

怎樣照顧幼兒

道生博士著
林瑄譯

時報出版公司 印行

譯者序

本書是節譯及取材自道生博士 (Dr. Fitzgerald Dodson) 所著的「怎樣做父母」(“How to Parent”) 一書。書中把一個嬰兒自出生以至五歲以前的生理狀態、心理狀態，以及做父母的該怎樣去照顧及管教他們，都有詳細的講解，可供初為人父母或家有幼兒者作為借鏡及參考。其中不合國情的部份，均已刪節，因其不適用於我國家庭之故。

初為人父母者，面對紅冬冬軟綿綿、不會說話、只會啼哭的嬰兒，往往會有手足無措之感。希望本書能給所有的「小」母親們有所幫助。

目 次

寫給母親們·····	一一
一、母親們的感受·····	二三
二、嬰兒期·····	二七
乳哺或瓶哺·····	一八
餵哺的時間·····	一九
關於睡眠·····	二〇
尿布問題·····	二三
母子的接觸·····	二三
最早的感情關係·····	二三
智力的需要·····	二四
最初的三個月·····	二五
三——六個月·····	二八

六——九個月·····	三〇
九——十二個月·····	三一
母親的四誠·····	三二
關於嬰兒期·····	三五
三、學步期·····	三七
怎樣保護他的安全·····	三八
學步嬰兒的玩具·····	四〇
語言的學習·····	四一
吃的問題·····	四二
四、第一個少年期（第一部）·····	四五
怎樣管教孩子·····	四七
不可忽略孩子的感情·····	四九
盛情的反饋·····	五〇
孩子發脾氣怎麼辦？·····	五二
良心的培養·····	五二

五、第一個少年期（第二部）	五五
回答孩子的問題	五六
孩子的妒忌心	五六
怎樣訓練孩子的大小便習慣	五七
控制膀胱的訓練	五八
訓練孩子排便習慣時母親的態度	五九
玩具及其他	六〇
六、學前期（第一部）	六五
三歲	六五
四歲	六六
五歲	六七
供應他運動的場地	六八
衝動的控制	六九
跟母親分開	七〇
新的人際關係	七〇

感情的表達	七一
性別之分	七二
七、學前期（第二部）	七五
幼兒戀母戀父的心理	七六
促進智力的發展	七八
總論	七一
八、管教之道	八一
九、訓練孩子自我管理	八七
處罰的方法	九〇
一些管教的原則	九二
父母的誠條	九四
十、孩子與暴力	九九
十一、學校始自家庭（第一部）	一〇五
教你的孩子思想	一〇六
「右手的思想」	一〇六

「左手的思想」	一〇八
十二、學校始自家庭（第二部）	一一一
怎樣促進孩子的語言能力	一一一
怎樣教孩子閱讀	一一三
教你的孩子數數	一一四
教導孩子時應注意的事項	一一五
十三、怎樣爲孩子選擇玩具和書籍	一一七
十四、總論——父母須知	一二一
愛心最重要	一二四
附錄一 兒童在各種年齡與階段中所需要的 玩具	一二七
附錄二 不必花錢的玩具及其他	一三三

寫給母親們

母親是世界上獨一無二、一天工作廿四小時、全天候的職業。你一旦爲人之母，馬上就得負起這艱辛的工作。

爲人之母，不但要忍受生育的痛苦以及乳哺的辛勞，還要給予嬰兒愛心和照顧。養育孩子雖然是那樣複雜與困難，它却是世界上最偉大的事業之一。一個母親所能够給予這個世界的最重要的禮物就是：養育出一個快樂而聰明的人。

爲人之母，你還必須是一個特殊的兒童心理學家和一個特別的教師。因爲你需要了解你自己的孩子的心理；同時，你又是你孩子的第一個最重要的老師。

本書是爲兩種母親而寫的。第一種是初做母親的人，第二種是已經有了幾個孩子，但是最小一個是在五歲以下的母親。初爲人母者從本書中可以學到許許多多怎樣做母親

的知識。已經有過做母親經驗的人，則可以藉本書來糾正過去錯誤的觀念。

在兒童心理方面，過去我們一直有着許多錯誤的觀念，譬如：不敢對孩子說「不」，任由他們胡鬧；讓各階段的兒童自由發展；不可以打孩子的屁股；不可以發脾氣等。現在看來，這些想法都落伍了。最重要的是，父母應該誠實地對孩子表現他們的感覺與情緒，因為一個人是不可能整天都冷靜而沉着的。

孩子在五歲以前的生命是他一生中最重要的日子，也就是造型期。在這個時期，無論在他情緒的發展以及智力的發展上都極其重要。你知道你的孩子在幾歲時智力就已發展到成年後百分之五十嗎？是廿一？十七還是十二？

正確的答案是四歲。

不過，請不要把智力和知識混為一談。顯然地，一個四歲的孩子是不會像成人那樣可以獲得百分之五十的知識的。而智力是用頭腦操縱和運用一個人所獲得的知識。

一般人都過份低估了學齡前兒童的智力和學習能力；又以為我們的智力是得自遺傳的、先天的、不能改變的。最近，專家研究出這是錯誤的想法。一個孩子在他生命最早五年中所接受智力上的鍛鍊，對他將來成人後的智力大有影響。

既然，你的孩子生命的前五年對他一生的發展這麼重要，所以在這裏將集中討論幼兒期。

一 母親們的感受

普通一般教人怎樣育嬰的書籍，都是描寫嬰兒的形狀，以及怎樣照顧他們，而忽略了母親的感受，這真是一個嚴重的錯誤。

所有剛做母親的人，當她們帶着新生的嬰兒離開醫院回家時，總是手忙腳亂，非常惶恐。因為無論她們讀過多少育兒的書籍，但是，照顧一個新生的嬰兒，對她們而言，還是完全陌生的經驗。因此，叫一個第一次做母親的人負責去照料一個小小的生命，是會嚇到她們的。

在一般的觀念中，認為每個女性都有「母愛」以及「母親的本能」，事實上並不盡然。你對你的嬰兒的愛是自然地來到的。有些母親，在嬰兒墜地的一刹那就有了；有些則是慢慢發生的。至於育嬰的知識也不是本能的，它是來自經驗。除非自己當過母親或者替別人照顧過嬰兒，否則，她怎可能有這種實際經驗？

有些「新媽媽」們面臨這種一天廿四小時的工作甚至感到怨恨。有一個年輕的新媽媽就曾經訴過苦：「從來沒有人告訴過我原來是這樣的。」這種怨恨是完全正常的，經過了一段適應時期之後，這種怨恨之感就會消滅，然後就會變成她對嬰兒的母愛。

另外一個因素是母親、嬰兒與父親之間的「三角關係」。很多年輕的父親會跟嬰兒吃醋，認為他佔去他妻子的愛，因而完全不幫忙妻子照顧嬰兒，一切袖手旁觀，這當然會加深了做母親的怨恨。假使你有一個肯對嬰兒負責的丈夫，那你真是十分幸運的。記著，千千萬萬像你一樣的母親都渡過這一個難關了，那你又有甚麼可怕的呢？

剛生的嬰兒都是脆弱的，於是，毫無經驗的母親對嬰兒的任何一些小毛病都會感到驚慌失措。這種感覺也是正常的，等到嬰兒漸漸長大，你漸漸就會適應，你的信心也會增加。有一件你必須了解的事實就是：每一個嬰兒都是獨一無二的，正如每個嬰兒的指紋都不相同。他的生理狀態、心理狀態，乃至因子的組合，每個人都不一樣。這也就是說，世界上的嬰兒沒有一個是相同的。

我之所以告訴你，你的嬰兒是獨一無二的，那就是說：你的嬰兒不一定適合於一般育嬰書籍所教你的方法。所以，假使你的嬰兒跟書中描寫的不同，他吃喝和睡眠的習慣也跟書中所說的兩樣，你不必緊張，以為自己的嬰兒不正常。讓他去好了，不要強迫他