

Ψ
桂冠心理學叢書

楊國樞 張春興 主編 家庭生活系列 1

怎樣做父母

陶森 原著 陳竹華 譯



S017068

楊國樞・張春興 主編

桂冠心理學叢書・家庭生活系列 7

陶森原著・陳竹華譯

怎樣做父母



S9000574

石景宜先生贈書

年 月 日

楊國樞・張春興 主編

桂冠心理學叢書・家庭生活系列 1

怎樣做父母

原著：陶森

譯者：陳竹華

出版：桂冠圖書股份有限公司

發行人：賴阿勝

登記證：局版臺業字第一一六六號

發行：桂冠圖書股份有限公司

地址：臺北市新生南路三段96—4號

電話：三四一六九四九・三九一一四〇七

郵撥：〇一〇四五七九—二

印刷：東遠印刷廠

初版：中華民國七十三年四月二十五日

四版：中華民國七十五年七月五日

■本書如有缺頁或破損請寄回調換
定價：新臺幣一五〇元

桂冠心理學叢書序

作爲一門行爲科學，心理學雖然也可研究其他動物的行爲，但主要重點則在探討人在生活中的心理與活動。人類的生活牽涉廣闊，心理學乃不免觸及其他各科學術，而成爲一門百川交匯的融合之學。往上，心理學難免涉及人類學、社會學、政治學、法律學、哲學及文學；往下，心理學則必須借重數學、統計學、化學、物理學、生物學及生理學。至於心理學的應用，更是經緯萬端、無所不至，可說只要是直接與人有關的生活範疇，如教育、工商、軍事、司法及醫療等方面，都可以用到心理學的知識。

在世界各國中，心理學的發展或成長各有其不同的速度。有些國家（如美國、英國、西德、法國、日本、加拿大）的心理學相當發達，有些國家的心理學勉強存在，更有些國家則根本缺乏心理學。縱觀各國的情形，心理學術的發展有其一定的社會條件。首先我們發現，只有當一個國家經濟發展到相當程度以後，心理學術才會誕生與成長。在貧苦落後的國家，國民衣食不週，住

行困難，當然談不到學術的研究。處於經濟發展初期的國家，急於改善大眾的物質生活，在學術研究上只能著重工程科學、農業科學及醫學。唯有等到經濟高度發展以後，人民的衣食住行都已不成問題，才會轉而注意其他知識的追求與應用，以使生活品質的改善拓展到衣食住行以外的領域；同時，在此一階段中，爲了促成進一步的發展與成長，各方面都須儘量提高效率，而想達到這一目的，往往需要在人的因素上尋求改進。只有在這些條件之下，心理學才會受到重視，而得以成長與發達。

其次我們發現，一個國家的心理學是否發達，與這個國家對人的看法大有關係。大致而言，心理學似乎只有在一個「把人當人」的人本社會中，才能獲得均衡而充分的成長。一個以人爲本的社會，往往也會是一個開放的多元社會。在這樣的一個社會中，違背人本主義的極權壓制無法存在，個人的尊嚴與福祉受到高度的保障，人們乃能產生瞭解與改進自己的心理適應與行爲表現的需求。在這種情形下，以科學方法探究心理與行爲法則的心理學，自然會應運而興。

綜合以上兩項條件，我們可以說：只有在一個富裕的人本社會中，心理學才能獲得順利的發展。對於貧窮的國家而言，心理學只是一種沒有必要的「奢侈品」；對於極權的國家而言，心理學則是一種會惹麻煩的「誘惑物」。只有在既不貧窮也不極權的國家，心理學才能成爲一種大有用處的「必需品」。從這個觀點來看，心理學可以視爲社會進步與發展程度的一種指標。在這個

指標的一端是既富裕又開放的民主國家，另一端是既貧窮又極權的共產國家與法西斯國家。在前一類國家中，心理學成爲大學中最熱門的學科之一，也是社會上應用極廣的一門學問；在後一類國家中，心理學不是淪落到毫無所有，便是寄生在其他科系，聊備一格，無法在社會中發生實際的作用。

從這個觀點來看心理學在臺灣的發展與進步，便不難瞭解這是勢所必然。在日據時代，全臺灣只有一個心理學講座，而且是附設在臺大的哲學系。光復以後，臺大的心理學課程仍是在哲學系開設。到了民國卅八年，在蘇薌雨教授的努力下，心理學才獨立成系；從此即積極發展，先後增設了碩士班與博士班。此外，師範大學、政治大學、中原大學、輔仁大學等校，也陸續成立了心理學系。其他大專院校雖無心理系的設立，但卻大都開有心理學的課程，以供有關科系學生必修，或一般學生選修。

在研究方面，人才日益增加，而且都曾在國外或國內受過專精的訓練，能以適當的科學方法探討心理與行爲的問題。他們研究的範圍已由窄而濶，處理的課題已由淺而深，探討的策略也由鬆而嚴。回顧三十年來此間心理學的研究，以學習心理學、認知心理學、發展心理學、人格心理學、社會心理學、臨床心理學及教育心理學等方面較有成績，其中有關下列課題的探討尤有建樹：

- (1) 思維歷程與語文學習，
- (2) 基本身心發展資料，
- (3) 國人性格與個人現代性，
- (4) 內外控制與歸因

現象，(5)心理輔導方法驗證，(6)心理診斷與測量工具。三十多年來，臺灣的心理學者已經完成了大約八百篇學術性的論文，其中大部份發表在國內的心理學期刊，小部份發表在國外的心理學期刊，都為中國心理學的未來研究奠定了堅實的基礎。在實用方面，心理學知識與技術的應用已逐漸拓展。在教育方面，各級學校都在推行輔導工作，多已設立學生輔導單位，亟需心理輔導與心理測驗的人員與知能。在醫療方面，隨著社會福利的改進，心理疾病的醫療機構日益增加，對臨床心理學者的需要頗為迫切。在工商方面，人事心理學、消費心理學及廣告心理學的應用早已展開，心理學者在人事管理單位、市場調查單位及廣告公司工作者日多，此外，軍事心理學在軍事機構的應用，審判心理學在司法機構的應用，偵查心理學與犯罪心理學在警察機構的應用，也都已次第開始。

三十多年來，在研究與應用兩方面，臺灣的心理學之所以能獲得相當的發展，主要是因為我們的社會一直在不斷朝著富裕而人本的開放方向邁進。臺灣的這種發展模式，前途是未可限量的，相伴而來的心理學的發展也是可以預卜的。

心理學在臺發展至今，社會大眾對心理學知識的需求已大為增強，有更多的人希望從閱讀心理學的書籍中得到有關的知識。這些人可能是在大專學校中修習心理學科目的學生，可能是在公私機構中從事教育、訓練、管理、領導、輔導、醫療及研究工作的人員，也可能是在日常生活中

想要增進對自己與人類的瞭解或改善人際關係的男男女女。由於個別需要的差異，不同角落的社會人士往往希望閱讀不同方面的心理學書籍。近年以來，中文的心理學著作雖已日有增加，但所涉及的範圍卻仍嫌不足，難以充分滿足讀者的需要。我們研究與推廣心理學的人，平日接到社會人士來信或當面詢問某方面的心理學讀物，也常因尚無有關的中文書籍而難以作覆。

基於此一體認，近年來我們常有編輯一套心理學叢書的念頭，桂冠圖書公司知道了這個想法以後，便積極支持我們的計劃，最後乃決定長期編輯一系列的「心理學叢書」，並定名為「桂冠心理學叢書」。依照我們的構想，這套叢書將有以下幾項特點：

(1) 叢書所涉及的内容範圍儘量濶廣，從生理心理學到社會心理學，凡是討論內在心理歷程與外顯行為現象的優良著作，都在編輯之列。

(2) 各書所採取的理論觀點儘量多元化，不管立論的觀點是行為、機體論、人本論、現象論、心理分析論、認知發展論或社會學習論，只要是屬於科學心理學的範疇，都將兼容並蓄。

(3) 各書所討論的内容，有偏重於理論者，有偏重於實用者，而以後者居多。

(4) 各書的寫作性質不一，有屬於創作者，有屬於編輯者，也有屬於翻譯者。

(5) 各書的難度與深度不同，有的可用作大專院校心理學科目的教科書，有的可用作有關事業

人員的參考書，也有的可供一般社會大眾閱讀。

(6) 這套叢書的編輯是長期性的，將隨社會上的實際需要，繼續加入新的書籍。

身為這套叢書的編者，我們要感謝各書的著者；若非他們的貢獻與合作，叢書的成長定難如此快速，內容也必非如此充實。同時，我們也要感謝桂冠圖書公司執事諸君的支持與工作人員的辛勞。

楊國樞 張春興 謹識

中華民國六十九年八月於臺灣臺北

桂冠心理學叢書序

作爲一門行爲科學，心理學雖然也可研究其他動物的行爲，但主要重點則在探討人在生活中的心理與活動。人類的生活牽涉廣闊，心理學乃不免觸及其他各科學術，而成爲一門百川交匯的融合之學。往上，心理學難免涉及人類學、社會學、政治學、法律學、哲學及文學；往下，心理學則必須借重數學、統計學、化學、物理學、生物學及生理學。至於心理學的應用，更是經緯萬端、無所不至，可說只要是直接與人有關的生活範疇，如教育、工商、軍事、司法及醫療等方面，都可以用到心理學的知識。

在世界各國中，心理學的發展或成長各有其不同速度。有些國家（如美國、英國、西德、法國、日本、加拿大）的心理學相當發達，有些國家的心理學勉強存在，更有些國家則根本缺乏心理學。縱觀各國的情形，心理學術的發展有其一定的社會條件。首先我們發現，只有當一個國家經濟發展到相當程度以後，心理學術才會誕生與成長。在貧苦落後的國家，國民衣食不週，住

行困難，當然談不到學術的研究。處於經濟發展初期的國家，急於改善大眾的物質生活，在學術研究上只能著重工程科學、農業科學及醫學。唯有等到經濟高度發展以後，人民的衣食住行都已不成問題，才會轉而注意其他知識的追求與應用，以使生活品質的改善拓展到衣食住行以外的領域；同時，在此一階段中，爲了促成進一步的發展與成長，各方面都須儘量提高效率，而想達到這目的，往往需要在人的因素上尋求改進。只有在這些條件之下，心理學才會受到重視，而得以成長與發達。

其次我們發現，一個國家的心理學是否發達，與這個國家對人的看法大有關係。大致而言，心理學似乎只有在一個「把人當人」的人本社會中，才能獲得均衡而充分的成長。一個以人爲本的社會，往往也會是一個開放的多元社會。在這樣的一個社會中，違背人本主義的極權壓制無法存在，個人的尊嚴與福祉受到高度的保障，人們乃能產生瞭解與改進自己的心理適應與行爲表現的需求。在這種情形下，以科學方法探究心理與行爲法則的心理學，自然會應運而興。

綜合以上兩項條件，我們可以說：只有在一個富裕的人本社會中，心理學才能獲得順利的發展。對於貧窮的國家而言，心理學只是一種沒有必要的「奢侈品」；對於極權的國家而言，心理學則是一種會惹麻煩的「誘惑物」。只有在既不貧窮也不極權的國家，心理學才能成爲一種大有用處的「必需品」。從這個觀點來看，心理學可以視爲社會進步與發展程度的一種指標。在這個

原序

撫育兒女是門大學問，初做父母的人的確要好好學習一番。陶森博士早已做了父親，又是兒童心理學家，還辦了一所托兒所，因此，毫無疑問的，他有許多心得，可以讓我們分享。

生育和撫育是兩回事，正如陶森博士所說，生育了孩子之後，並不是自然而然就具有撫育兒女的智慧和本領。要想善盡為人父母的天職，亟需徹底了解兒童的成長。

許多父母只是從經驗中用許多錯誤換來這份了解，其實，事先就對兒童發展下點功夫，有很多錯誤都可以避免。

本書作者對兒童各個時期的發展談的很詳盡，同時也強調，僅只知道兒童各個時期的發展概況，而坐待那些現象出現，還不够；這份知識必須能引導父母最有效的配合兒女各個時期的發展，處理各個時期的行爲，才算發揮了用途。

雖然陶森博士和我在某些方面看法不一樣，比方：我覺得母親應該儘可能親自哺餵

；我覺得孩子入學前學閱讀不甚重要；不過我認為這無損本書的價值，因為這種意見的不一致很可能存在於任何兩位兒童心理學家之間，就像每位父母的想法都不盡相同一樣。

陶森博士沒有高高在上的板着說教的道學面孔，而只是竭誠慷慨的和我們分享他自己撫育兒女的經驗，站在心理學家的立場，提供他的意見，而且，他不要求讀者亦步亦趨的跟隨他。撫育兒女的書上說的，只有真正對我們有幫助的才能拿來應用，不能不明究裡的全盤用上去。可是這本書裏的知識，我相信極大部份都很有幫助。

大多數父母很喜歡關於兒童行爲的一般知識，可是最想知道的還是具體的忠告，指導父母哪些該做，哪些不該做。這本書在這方面十分充實，尤其是「管教兒女」那兩章特別有用；那兩章中談到如何安排環境、讓孩子由事情的自然結果和父母所賦予的人爲結果中領受教訓、身教甚於一切、九條管教的原則、十二條管教的誠律，這些全是每位父母都應該一讀的。作者在本書之尾還提綱挈領的講了十三條撫育兒女的指南，對每位努力做理想父母的朋友盡了最後的幫忙。

陶森博士冷靜明智的探討電視問題，我尤其感到心有戚戚。他坦白表示喜見電視已有的貢獻，沒有把一些社會現象的罪責遷怒到電視頭上，不是用警告的口吻談電視，也不贊成兒童的暴力行爲就是電視上的暴力節目所引起的說法。

總之，作者全書的風格既平靜又輕鬆，幾乎使人感覺不出他所談的其實全都絕頂重

要。

大多數父母看了這本書之後，會掩卷感謝在撫育兒女上獲益匪淺。孩子生在社會變動極大的今天，成長實在不容易，的確也需要努力學做理想父母的雙親來撫育他們。

我十分贊成作者的看法：除非重新喚起內心深處的童心，否則學不會有關兒童的知識；一顆赤子心是撫育兒女的最佳指南，因為如果沒有童稚的感受，就只能純由大人的眼光看兒童發展的知識，這將導致歪曲和誤用。

我也十分讚賞他所強調的：每個孩子都是獨特的人，父母爲了孩子，最重要的是站在幕後，幫助他實現他未經扭曲的潛在自我。

作者強調一個事實，雖然父母是一生中最重要的老師，可是目前的社會沒有實際訓練我們如何撫育兒女；他還承認撫育兒女是一天廿四小時全天候的兒童心理學家兼老師的工作，沒有比這更辛苦的事了。作者此言的確不虛。

對我們大家來說，實在都應該學做理想父母，才能善盡撫育兒女的天職。

我們每一個人都必須親自學習撫育兒女，這本書——怎樣做父母——會給我們有力的幫助。

路易斯·艾密斯謹識於

吉賽爾兒童發展研究所

怎樣做父母 目錄

桂冠心理學叢書序·····	一
原序·····	三
譯序·····	一五
有關的問題·····	一七
向父母進言·····	四六
爲人父母是需要學習·····	四八
一般人對兒童心理學所持的一些錯誤觀念·····	五〇
五歲以前最重要·····	五二
第一章 初爲人母·····	五四
克服初爲人母的惶恐和怨憤·····	五五

你的孩子是獨一無二的·····	五八
五歲以前的發展期·····	六〇
第二章 嬰兒期 ·····	六二
餵母乳或餵牛奶用不着爭論·····	六四
按着寶寶的需要餵奶還是按着時刻表餵奶？·····	六四
換尿布·····	六八
溫暖的撫愛·····	六九
嬰兒期的第一個人際關係·····	七一
智能需要·····	七一
嬰兒期的鳥瞰·····	七六
頭三個月·····	七六
三個月大到六個月大·····	八一
六個月大到九個月大·····	八三
九個月大到一週歲·····	八六