

怎樣教養6歲到12歲的孩子

枳園 著譯



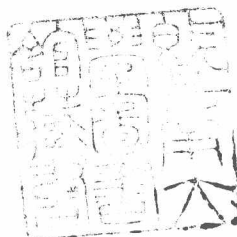
S 018112

G78
8824

萬卷文庫 ⑦

怎樣教養六歲到十二歲的孩子

枳
園譯



S9000381

怎樣教養六歲到十二歲的孩子

萬卷文庫⑦④

譯者：枳
封面設計：朱
出版者：姚宜
發行所：大地出版

園
旭
瑛
社

臺北市瑞安街23巷12號

郵撥帳號：0019252-9

電話：703-3862

印刷者：中寶印刷廠有限公司

三重市成功路41巷11弄8號

電話：9831061-2

初版：中華民國六十六年九月

八版：中華民國七十五年六月

定價：平裝65元 精裝95元

有版權
勿翻印

新聞局出版登記證：局版臺業字第3279號

• 本書如有破損或裝訂錯誤請寄回本社掉換 •

目 錄

前 言

第一章 你的孩子與衆不同

你的孩子有其獨特的個性 感受與行爲 孩子的感受深受需要的影響 不同的家庭教養出不同的孩子 他獨特的學習方式 他爲自己畫像

一七

第二章 成長需要時間與練習

恐懼須逐漸克服 孩子需要探索 男孩希望像男孩，女孩希望像女孩 對性的興趣在改變中 遊戲！遊戲！遊戲！ 學習遵守規律 學著用腦筋 好奇心需要引導 需要穩私 過多的失敗就是打擊信心 逐漸學習控制自己 鞏固善惡是非之心 生理發育緩慢而穩定 外表與體態的改變 青春前期 情緒的變化

一五

第三章

孩子需要成就感

三一

第四章	孩子的家庭生活.....	三五
第五章	管教方法因孩子而異.....	三九
	處罰有時是必需的 處罰並不等於管教 兄弟姐妹之間.....	
第六章	享受家庭生活.....	四七
第七章	家庭保健.....	五三
	清潔是健康之本 體力活動增加健康 情緒與健康 牙齒與健康 生病的徵象.....	
	預防疾病.....	
第八章	孩子的飲食.....	五九
	食物用量參考表 礦物質 孩子的胃口 餐桌上的氣氛 吃零食 早餐.....	
	午餐便當.....	
第九章	休息和睡眠.....	六七
第十章	孩子的安全.....	六九
第十一章	分擔家務事與零用錢.....	七三
	孩子的零用錢 家庭收入與家庭幸福 外出工作的母親.....	
第十二章	孩子的社交生活.....	七七

特別搗蛋的孩子	從社交中學習	為孩子立交友的原則	人緣好與孩子的將來
幫助羞怯的孩子	衣着與態度	運動技能	愛打架的孩子
孩子的學校生活	八五		

第十三章

領導孩子學習 多方面經驗增強學習意欲 學業成就評量 男孩比女孩容易發生問題 老師扮演重要角色 使他習慣學校生活 老師不是聖人 家庭作業 教學 法日新月異

第十四章

孩子的精神需要	九七			
---------	---------	--	--	--

先從你自己說起 愛是孩子生命的氣息 父母愛源自夫妻愛 賞識則擁有 更男性的爸爸與更女性的媽媽 先愛，然後要求順從 怎樣才是摒棄你的孩子？給孩子們道德標準 教給孩子道德 什麼是良心 紀律就是成功 老師也可幫助孩子培養良心 禮貌與暴躁易怒 孩子的越軌行為 棒子下面出孝子嗎？ 他會任你打罵 什麼叫管教 讓他自己掙脫繭殼 怎樣教孩子獨立 獨立之前必先保護 不要使孩子成為失敗者 教有缺陷的孩子自立 留神過於安靜的孩子 孩子的家庭作業 你的孩子心智遲鈍嗎？ 你的孩子是個小泰山嗎？ 把孩子的想像力引導到新的領域！ 如何指導孩子閱讀 最後幾句話

前 言

做父母的對自己的孩子都有一個美夢，長命百歲，事業發達，官運鴻通、大富大貴……這些可能是會破碎的美夢，可是讓他有完美的人格，愉悅的家庭，善良的朋友，有興趣的工作却是父母們能够幫助孩子實現的期許。

這裏所謂的人格當然不是指的像牙齒潔白不潔白，頭髮整齊不整齊，態度有沒有禮貌等膚淺的瑣事，而是指：怎樣感受，怎樣做，怎樣思想等比較深入的素質，而這些素質才是形成他整個人的基本素質，是使他具有閒適、泰然、滿足、自恃，及寧靜等美德的素質，是日後，不管他是總統也好，是平平庸庸的小市民也好，還是醫生、律師、商人……不管他是富還是窮，要想心境愉悅都需要的素質，你可以幫助他成爲一個能够以明澈而實際的眼光來看或處理問題，能够恰如其份地擔當其一國或全世界的公民的角色。

健全的人格是內在的，不過也表現於外，如果你的孩子已具有了它，你將從他的言行中窺見——與別人相處時的良好風度，解決問題時的明確手法，應對生活的幹鍊能力以及將理想與信念付諸行動的堅毅，在在顯示着他的內在修養，而這全賴你所給他的教養。

如果你希望自己的孩子有這種健全的人格，那就該立即開始，不管你的孩子現在是幾歲，當然，從出生就開始最理想，如果他已經六歲了，或是十歲了，也沒有關係，雖然有點晚，可是並不太晚，立即開始吧！

這是一樁日復一日，從日常生活中的瑣事中獲致成就的工作，你所做的，未曾做的，統統都有影響。

這是一樁你的孩子必須親自參與的工作，單單你做父母的來努力是辦不到的，說真的，這種可以稱之為內心的快樂的健全人格是孩子所盼望的，天性會促使他步向它，獲致它，故，真正的工作者應該是他。

他不停地發現出自己的需要與期望，而且讓周圍的人了解他在何時需要什麼，什麼對他有着重大意義，你站在他的旁邊，隨時予以協助，記得，沒有你的協助，他的目的沒有辦法達到，不過，你的工作是幫助者，是朋友，是支持者，是領導者，孩子必須自己去走自己的路，需要與期望是他的，你必須相信他，支持他，使他能夠獲得他所需要的。

孩子很難把他自己的真正需要以語言表達出來，這使做父母的工作愈發困難，不錯，自會講話起，他就不斷地說：「我要買腳踏車。」「我要一本書……。」「我要一個球……。」對這些要求，我們有時說「好」，有時說「不好」，不過，像這些可以說得出，買得到，摸得着的東西有時並不像我們所認為的那樣為孩子所重視，我們的答應不答應，對他也不是那麼有關係，在他內心裏，還有別的渴望，這些渴望發自他的整個自我，遍佈他全身，以致他沒法以語言表達出來。

不過，他有一種表達的方式——以他整個人，以他所有的行為來告訴你，你如細心傾聽，不會錯過的。譬如急切、堅持、與不斷地尋求；當他已獲得他所需要的時候所表現出的平靜與滿足；當他未得到所需要時所表現的不安，都是表達的方式，你的職責就是了解這些信號，而設法幫助他獲得他所需要的。

你將發現，說「好」容易得多，只要你有信心，它不會妨碍孩子的成長的。

孩子並不希望永遠那麼小，縱然小娃娃好像很愜意；他們也不會一直想望小娃娃的東西，雖然小娃娃的東西好像很引人，他們像裝了發條似的，像有馬達似的，有一種發自內心裏的衝動，使他們不停地向前，向前。

成長是一件普通的事，是健康的事，是孩子們自己想望的事，所謂成長並非單是生理的長大，他所能做的，以及做事的方法都隨着增多改進。

如果你很正確地了解他的信號，如果你助他輕易地獲得他所需要的……。他就得以自由自在地成長，而這正是你所能給他的最大幫助。

如果你讓孩子的需要都得以滿足，是否會妨碍他成長呢？不要怕，絕對不會。在適當的時機滿足其成長的需要，正是你做父母的職責呢！

「適當的時機」是非常重要的，只有在適當的時機所給予的滿足對其健全的人格才有助，時機一過，其價值也就盡失，我們成人圈子裏不是常有人說：「我像想望別人在我腦袋上打個洞一樣地想望它。」

你剛生了小孩，你所需要的是一打多餘的尿布，而親友送你一個遊戲欄！

你的孩子三歲，你所需要的是一堆供小傢伙撕撕扯扯的舊雜誌，而有人送你一套精美的百科全書！

恰如其時！不早也不晚，正合孩子發育階段的需要！兩歲的孩子玩搖搖鼓是太大了，而六歲的孩子所需要的是一輛迷你腳踏車，而不是真正的腳踏車，十歲的孩子對室內的棒球玩具已不感興趣，他所想望的是一付真正的棒球用具！

再好的東西，如果不是適當的時機，也發生不了作用。他到底需要什麼以給予他走向成長的力量呢？沒有人寫下來，不過，我們可以猜，從他的行為中可以感覺得出，感覺得出他是否覺得

滿意，是否懷着信賴。

我們大人在面對新環境時不是也心懷疑懼嗎？當我們要踏上橫跨小溪上的木板時，當我們冬天第一次溜冰時，不是先要試探一下，木板够不够牢固，冰够不够厚，是否能負擔得起我們的重量嗎？

孩子們所面對問題比我們處新環境時所面對的要複雜得多。因為我們只是那一點不熟悉，而一個嬰孩所面對的却是周遭的一切，什麼都是不熟悉的，什麼都要經過試探才能確定。

人們怎樣？能信賴嗎？他們可靠嗎？友善嗎？周圍事物怎樣？友善呢？還是必須與之抗衡？寬容的呢還是必須處處小心？時時警惕？是安全的呢？還是隨時會有意想不到的驚險？

他甚至對自己都摸不透，他能做什麼呢？身體各部聽不聽他支配呢？

這些都是一個嬰孩的焦慮，只是他沒法明確地思索，當然沒法說出。

不過，他會感覺，當周圍的一切新事物是可信賴的時候，他就會放鬆地集中精力成長，不必心存疑懼，與環境抗衡。

這種確定的感受也是以後的生命基石，所幸，大部份孩子可以輕而易得地獲得。

你從許多小事情上給予他這種感受——你溫暖的懷抱，你親切的聲音，在他哭時你給他的安慰，在他尿濕時你給他換尿，在他需要同伴時你的撫弄……就是這些表示愛的小動作，會把那種

確定的感受傳到他的內心，傳到他的每一個細胞，使他確知「一切都沒問題」。

你不必特別做什麼，說什麼，你的歌聲，你的答語，你的溫柔，你的不凶不暴不吼叫，你那發自內心的無限愛意，就能使他得到所需要的——信賴。

「讓他自己做」也是滿足他的需要的方法——伸手拿玩具、試着爬、試着站起來……都是對自己的試探，都是告訴他「身體也是他的朋友」的機會。

嬰孩需要這種信賴，大些的孩子也需要這種信賴，而一個人終其一生都需要這種對事物有把握有安全感的信賴。有時，雖然已獲得了，偶而却也會又變得焦慮起來，這情形待大些時發生的次數會更多些，而遇到新事物、新環境時更易產生這種需要。

不管孩子在何年齡，只要他是在成長中，他就需要我們不斷地供給給他這種確定感——在背上拍一拍、安慰、幫他跳過高欄……每個孩子都需要，有的需要得多些，有的需要得少些，你不能以天平來衡量，也不能像法官似地判斷：好了，你得到的已經够多了。

孩子會告訴你他的需要，如果你還有所懷疑，記取這一點：內心有欠缺的孩子不會覺得自己很强，故，不管孩子已經多大了，在他需要時，就給予他支持吧！——在他需要安慰時安慰他，在他需要陪伴時站在他身旁，在他需要幫忙時，也接納這事實伸出你的援手，這不會使他變得軟弱，相反地，會給他成長的勇氣。

第一章 你的孩子與衆不同

大部份這年歲的孩子都是精力充沛的。他已不是小娃娃了，可是距成人的需求報價的生活也還遠。這是一個成長得緩慢却很穩定的階段，他將從這種成長中逐漸地了解自己及他周遭的世界，以爲青春期的竄長作準備。在很多方面，他已能够自己照顧自己，不過，大人們仍需細心地照顧、呵護他們，因爲，畢竟，他們還小哪！

在這生長的過程中，他和你的生活中將不盡是歡樂平靜的日子。他是熱切的探險者，而有多事尚待學習！在很多事情上，你和他會有不同的看法與期望，不過，經驗會使你們發現如何來處理日常生活中的那些激奮、驚奇、爭論、歡樂，與失望的，而你將覺得，這一切都是有其代價的。

每一個家庭有其獨特的背景，而你的孩子又是你家中獨特的一分子；這也正是何以沒有一定

的教養規條可提供你使用的原因，不過，有一些孩子生長的原則却可適用於任何孩子。——你孩子的成長，部份與他從父母所得的遺傳有重要關係，一方面受他的生活經驗所影響，而父母所給他的了解與教導更有極大的影響力。

你的孩子有其獨特的個性

在父母的眼中，自己的孩子特別顯眼。在人羣中，你孩子的朋友們在他周遭嬉笑嚷叫，而他的聲音却帶着它特有的親切感傳入你耳，你覺得他比別人都重要，更令人激奮，如果你對他有這種感受，你就是能領導並滋養他生命的父母了。

在和他生活了六年之後，你對他已相當了解。不過，如果你跟其餘的父母一樣的話，他有時可能會使你焦慮不安，或困擾不解。這是由於你對他的某些行為的動機還不夠了解。他既為你家的一員，他極需你對他的這些動機有所了解；待你對形成他特別個性的事物有更深入的了解時，你就更能懷着欣賞來接納他了，這種瞭解與欣賞對他的健全與成功是極具重要性的。

感受與行為

形成你的孩子的性格的因素有很多，這些因素合起來促成其行為。在這些因素中，感受是其

中之一，而每個孩子以其獨特的方式來表達其感受。

也許你的孩子像賽姆，這對別人的傷害具極敏銳感受力的孩子內心裏充滿了同情與憐憫，可是當他的這種感受遭到呵斥與否定後，溫柔的賽姆變成了虛張聲勢，一點小事就大聲嚷嚷的男孩了。

也許，你的孩子像愛麗絲，總是那麼安靜，氣惱也好，高興也好，都不形於色，使你猜不透他的感受是什麼。也許像費立，只揀拾歡樂的觀念，什麼都稱心滿意。

也許你的孩子像賽姆，也像愛麗絲，也像費立，不過，他必定有其獨特的情感方式。他不能完全像另外一個人，因為他是他自己，不過，也不可能跟別人完全不同，因為年輕人，他們必定有什麼共同的特性，而所有的人類都負有情感的歡樂與壓力。

這些情感也在你孩子的生命裏，它們給予他生存、成長、學習，及遠避危險的衝力。每個人都嚐受過；愛的溫暖、失望的壓力、激奮的快感、氣憤的怒火、以及恐懼的寒慄，而這些與你孩子的基本需要是分不開的。

孩子對自己的需要有其獨特的感受方式，有其獨特的表達方式。而就像所有的人一樣，他有以下各種基本需要：食物、睡眠、空氣、蔽身所、與避免危險。

愛與被愛的機會，成爲獨立自主却又可以依賴別人的機會。

自覺重要與有些價值的感受。

探索、成長、學習與創造的機會。

當孩子這些情感上的需要得到滿足時，他就會滿足而合作，以他獨特的方式表達他的愉悅感受，把愉悅帶進你家。

可是，當你的孩子覺得自己無足輕重，不管是由於在學校裏考試成績不理想，還是不喜歡晚餐的食物，還是由於沒有及時幫忙擺餐桌而受責備，都會使他覺得不快樂。他將以其獨特的方式來表達他的不快樂：他可能公然表示氣憤，或是變得頑皮；他也會覺得不舒服、不安、或厭煩。

當你的孩子煩惱時有什麼表現呢？他如何表達他的快樂或煩惱呢？他為什麼快樂又為何煩惱呢？很簡單的問題嗎！可是答案却相當複雜。當你留心他的言行時，你對他的感受及感受如何影響行為將了解得更清楚些，既然你希望指引他的行為，使其對他個人及別人都有好處，你必定也希望了解他那些影響其行為的需要與感受了。

你雖然不可能了解他所有的感受，如果你以敞開的胸懷及愛心去關心他、觀察他，你將找出表達感情的獨特方式，而從更多研究行為的原則中你將發現別的線索。

孩子的感受深受需要的影響

從行為學者研究的結果所見，某一孩子對某一需要的感受可能比別的孩子強烈，也可能比較弱，這與遺傳因素有極大的關係。

你的孩子有其獨特的感受能力。譬如說，有的孩子覺得胡蘿蔔有怪味，有的却覺得很好吃；有的能聽到草原那邊隱約的鳥鳴，有的對震耳的喇叭聲却充耳不聞；有的在擦破一點皮時痛得大叫，有的却只是好奇地注意血流出的樣子。

雖然孩子的感受力各有不同，他却必須學習以一種為社會所接納的方式來表達其感受。

不同的家庭教養出不同的孩子

父母在不知不覺中做了孩子的老師——孩子從摹仿中學習。他可能學習媽媽的某一些動作，也可能摹仿父親的某些動作；在更多情形下：他摹仿父母，再加上他自己想像的手筆，還有從兄弟姐妹、朋友、鄉人中那些對他有特別意義的人那裏攝取的點滴，才形成他這個人。

他獨特的學習方式

在你教導你孩子那永遠學不完的生活課程時，你可能發現有些事他學得特別快，有些事却特別慢；有些事學得比較好，有些事又總是學得不够理想。他可能好久也學不會把玩過的玩具收好