



育儿教室



CHILDREN

三岁之前 教养妙方

(日) 二木武 著
蒋立蕙 译



天津科技翻译
出版公司

育儿教室系列丛书

三岁之前教养
妙方

[日] 二木武 著
蒋立蕙 译

天津科技翻译出版公司

著作权合同登记号:图字:02-2000-4

图书在版编目(CIP)数据

三岁之前教养妙方/(日)二木武著;蒋立蕙译. —2版. —天津:天津科技翻译出版公司,2001.6 (2001.10重印)

ISBN 7-5433-1184-4

I.三… II.①二… ②蒋… III.婴幼儿-家庭教育 IV.G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 10482 号

授权单位: Sunmark Publishing Inc.

(由台湾博达著作权代理有限公司协助取得)

出 版: 天津科技翻译出版公司

出 版 人: 邢淑琴

地 址: 天津市南开区白堤路 244 号

邮政编码: 300192

电 话: (022)87893561

传 真: (022)87892476

E - mail: tsttbc@public.tpt.tj.cn

印 刷: 天津市宝坻县第二印刷厂

发 行: 全国新华书店

版本记录: 880×1230 32 开本 6.75 印张 134 千字

2001 年 6 月第 2 版 2001 年 10 月第 2 次印刷

印数 10 001—15 000 册

定价 10.00 元

(如发现印装问题,可与出版社调换)



育儿教室

前言

家庭与母亲阻碍小孩子的发育

小孩子原本就能在适当环境中发挥其与生俱来的好奇心,能自己向各式各样的事物挑战,自然地发育。这种能力是遗传来的,所以母亲最好能促成这种自然发育的成长,这也就是所谓育儿。然而现在的母亲,不但不能促成孩子自然地成长,有时反而造成阻碍。

当小孩子自发性地想做什么的时候,妈妈就会在一旁说:“危险哪!”“好脏噢!”“你这样真是不象话!”或是小孩想做什么事之前,母亲就会跑到跟前说该怎么做、该怎么做……这样会使小孩子正萌芽的好奇心夭折,也就无法期待他能有正常的发育。



以前的母亲因孩子生得多,家事十分繁杂,比现在的母亲过着更忙碌的生活,没有办法像现在的母亲在孩子身上下这么多工夫。结果以前的小孩反而幸福,能自然地发育。

比较今昔的育儿条件,想想看,我们的确受惠于现在物质条件优越,整个环境都十分齐备,好象什么都变得很好了,但从小孩子的立场来看是怎么样呢?

野生的植物、辽阔的空地,比起有美丽草坪、溜滑梯的公园藏有更多的秘密,更能启发小孩子的冒险心。藏在泥土里的泥鳅及河中的蝌蚪,也比养殖箱里的昆虫和水族箱里的热带鱼更刺激。在自然界中自在游玩的小孩子,能够不断地成长发育。

然而,这些能启发小孩子好奇心和冒险心的场所,正是母亲眼中的危险之地。这种危险性当然比过去来得高(因为现在没有安全对策),但是以前的母亲会毫不在意地让小孩子去玩,现在的母亲却会说:“不要到那里去!”奉行“安全第一”的主义,反而阻碍了小孩子的发育。

与昔日育儿相比,现在的育儿特殊之处在于对小孩子危险的防范特别敏感,因此也妨碍了小孩子各式各样



育儿教室

的行动。

究其原因,在于现在的母亲越来越有时间,而且越来越聪明了。并不是说以前的母亲就是愚笨的,而是以前的母亲限于整个社会信息的匮乏,而无法获得较多的信息。

再来看看现代社会,随时都能获得任何方面的信息,育儿方面也不例外。例如说,大众传播媒体不断呼吁母乳对婴儿是绝对好的,几个月大的婴儿标准哺乳量一天应该是多少,或者是平均一天体重该增加几克等等,在不知不觉中,母亲得到这些资讯。结果是——造成心理的不安。

每个人的性格不同,因此虽是相同的信息,也有人一点都不在意。例如,搭飞机失事率为百万分之一,有人会觉得只有百万分之一,比例很小,不算什么;但也有有人认为竟然有百万分之一的失事率,因此很担心。当然,这种优哉与神经质的比例,今昔都差不多,但随着信息量的增加,感到不安的人应该也会增加。

知识量的增加,也会造成育儿不安感的增强。以前看来不算什么事情,也会成为育儿时焦躁的原因。

此外,由于社会的过密化,使得人类不断累积紧张,





这从老鼠实验可以看出。如果把老鼠置于过于密集的环境中,它常会出现异常行动,也会累积紧张。也许现代人有着这种潜在的紧张,因此,不安感才会大增。

总之,母亲的不安感增加,因此阻碍了小孩子的自然发展的情形,也是社会进步之下必然的结果。

在此,我们并不是以往昔的思考层次来谈养育孩子,而是针对处于现代社会的需要,探讨如何超越现有的条件,以正确观点来教养我们的下一代。



育儿教室

目 录

第 1 则 第二主义才是最好的育儿方式

- 不要以完美育儿为目标…………… (5)
- 以宽裕的心情育儿…………… (9)
- 育儿也有平衡感…………… (14)

第 2 则 以“霜降育儿”为目标

- 何谓“霜降育儿”…………… (23)
- 轻微的受伤与争吵是重要的体验…………… (27)
- “不行、不行、就是不行!”的育儿…………… (31)

第 3 则 抱他、对他笑、疼爱他

- 安定的母子关系可以开启小孩的心…………… (41)
- 与孩子接触以培养母爱…………… (44)
- 关爱不足会导致身心发育障碍…………… (49)
- 妨碍母子关系的主要原因…………… (54)





父亲担负着协助母亲的重要角色…………… (58)

第4则 育儿要从培养食欲开始

食欲是一切意欲的基础…………… (65)

食欲不振的原因有很多…………… (68)

在不知不觉中勉强小孩子吃饭…………… (73)

“饮食”和心灵的发育相关…………… (76)

消除食欲不振…………… (80)

肥胖的原因之一是欲求不满…………… (82)

第5则 培养正确饮食的能力

饮食的练习从断奶开始…………… (91)

培育健全的味觉…………… (94)

不要太在意偏食…………… (98)

饮食的重点是“不要急”…………… (102)

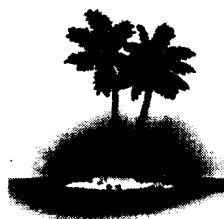
零食问题不在于吃了什么,而在于吃的次数
…………… (108)

第6则 坏习惯把教养都搞坏了

白天排尿的教养…………… (115)

夜晚排尿“不要叫他起床、不要责骂他、不要
焦急”…………… (120)

5岁以前尿床不用担心…………… (123)



育儿教室

清洁的教养以及睡眠	(125)
教养的基本原则	(128)
第 7 则 在愉快的活动中锻炼身体	
锻炼的意义与方法	(135)
利用自然条件进行锻炼	(139)
不断地让小孩子运动	(144)
第 8 则 仔细听、仔细回答、仔细说话	
语言的重要性	(151)
母子关系建立语言基础	(154)
不回答语言就无法发展	(157)
各种生活体验可以培育语言能力	(160)
第 9 则 自由自在游玩培育健全身心	
没有快乐兴奋就没有办法游玩	(169)
不会游玩的小孩子增加了	(172)
运动游戏及手部游戏	(176)
不要干涉朋友之间的游戏	(180)
第 10 则 安定的家庭培育健全的小孩	
温暖的家庭气氛是培育人格的基础	(187)
夫妻和睦是创造家庭气氛的基础	(190)
母亲主导型的家庭问题较多	(193)

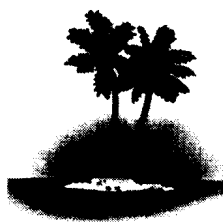




上班族母亲和孩子接触质重于量	(196)
养育独生子和多子女的方法	(199)
后记	(203)

第 1 则

第二主义才是最好的育儿方式



育儿教室

不要以太过于理想的方式育儿

虽然以育儿书上的理想为目标,其实不太能做到。

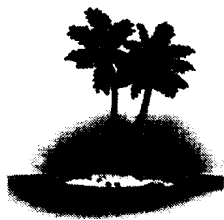




第二主义才是最佳的育儿方法

以心来育儿,用放松的第二主义对待孩子。





育儿教室

不要以完美育儿为目标

近来的母亲比起以往的母亲对育儿这件事更为热心,只要得知任何和育儿相关的信息,就会设法加以应用,不论小孩子需要什么,都会设法去取得。多数母亲可说是尽量充分运用其丰富的育儿知识,想把自己的小孩子教育成理想中的佼佼者。

当然,不论在什么时代,做母亲的都希望尽量给孩子好的环境,不同的是,今天理想的育儿状态的知识非常丰富,使得大家都以这种理想状态为目标。如果这个目标和现实差距过大,做母亲的不安感自然就会增加。

现实中当然不会出现理想的育儿条件,也没有人真能照着育儿书籍上所说的去养育小孩。如果什么都要比照理想的育儿状况,则当母乳分泌较少、小孩的发育比标准速度慢时,就会焦躁,就会苦恼。这时问题就来了。

不管持有多么伟大的育儿目标,不管拥有多么优越的育儿环境,如果做母亲的处于焦躁的状态,那就是最恶劣的育儿状况。而且,不管多么想进行完美、理想的





育儿方式,都不可能真的做到,往往只是集中在某一点上。正因为集中在某一点上,所以只要出现一点点裂隙,就会成为致命伤。



“不管怎样,育儿就是要完美。”事实上,应该配合现实条件,在能力所及范围内尽量做好,不给自己太大压力,放松心情,以自然的心情育儿,这非常重要。我把相对于理想主义的育儿心态,名之为“第二主义的育儿方