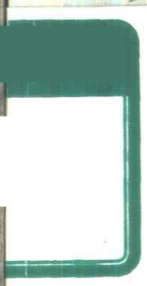


# 同你的孩子 交谈

妈妈丛书

2



# 妈妈丛书

同你的孩子交谈

辽新登字 6 号

妈妈丛书

**同你的孩子交谈**

〔美〕麦利·汉兹 著

方向东 译

高晓康 校

---

辽宁教育出版社出版      辽宁省新华书店发行  
(沈阳市南京街6段1里2号)      沈阳 7212 厂 印刷

---

字数: 89,000    开本: 787×1092<sup>1/32</sup>    印张: 3<sup>7/8</sup>

印数: 10,101—11,200

1990年6月第1版    1992年8月第2次印刷

---

责任编辑: 马 芳      责任校对: 日 月

封面设计: 谭成荫

---

ISBN 7-5382-1150-0/C·59

---

定价: 2.15元

## 编辑序语

在人世间，恐怕要数妈妈最善良，母爱最伟大。作家笔下的母亲形象，高大光辉；诗人吟诵的妈妈，亲切感人；在孩子的心中，妈妈是最可依赖的人；在人们的眼中，妈妈是最辛苦的人。

妈妈为孩子奉献了全部的爱，为作家提供了真善美的素材，为诗人创造了艺术的灵感，所有的人都从妈妈那得到温暖和爱抚。然而，我们给了妈妈什么呢？仅仅是赞美就够了吗？仅仅是报答就够了吗？仅仅是承认就够了吗？不！妈妈也需要营养、需要爱、需要得到全社会的帮助和理解！

譬如说，生一个健康宝宝的常识，胎儿期的科学护理、孩子饮食营养的合理搭配，启发孩子智力的方法，掌握孩子心理的方式，与孩子交谈的艺术，孩子理想性格的培育，孩子潜在能力的开发，孩子读书的辅导，科学教子经验的交流，等等。也许这才是妈妈们所实际需要的。启蒙者不可缺少的精神食粮。“妈妈丛书”就是着眼于这种为妈妈们服务的宗旨而问世的。

“妈妈丛书”中虽然包括的内容较为广泛，有涉及到生理学、心理学、伦理学、行为学、社会学、人类学、教育学、文学、哲学、自然科学等知识，不过，亲爱的妈妈们，你们不要被这些知识的名头吓倒，家庭科学本来就是包罗万象的。在你生活的过程中，在你了解的事物中，你已经潜移默化地掌握了这些科学的许多理论和观点。而且本丛书的作者大多是与你们身份相同的妈妈，她们了解你们的心理和需要，也都坚持了深入浅出，通俗易懂的笔调风格，相信“妈妈丛书”会让你感到亲切实用。

虽然，“妈妈丛书”出于良好的愿望，为妈妈们提供一些科学育儿的探讨性资料和启迪性素材，但能否对你的孩子奏效，还需要你的极大努力。书不是万能的，读书者心灵的悟性才是万能的。希望你能在读书的过程中举一反三，对自己的孩子具体情况具体分析，客观指导，从而取得良好的教育效果。

如果“妈妈丛书”对你有一些帮助和启迪，就是我们编者的欣慰，就是我们对伟大的母亲、崇敬的妈妈们的一点实际的回报。

祝你培养出一个品貌端正，聪慧潇洒、性格可人、独具风采、人见人爱的“天之骄子”！

1990年5月

## 目 录

|                 |    |
|-----------------|----|
| 1. 互相影响 .....   | 1  |
| 2. 学习说话 .....   | 13 |
| 3. 棘手的问题 .....  | 31 |
| 4. 到学校去 .....   | 47 |
| 5. 成长 .....     | 59 |
| 6. 同青少年交谈 ..... | 72 |
| 7. 父母还是伙伴 ..... | 87 |
| 8. 问题解答 .....   | 97 |

# 1

## 互相影响

同孩子交谈听起来像是世界上最容易的事情，而为什么有时结果却是那样困难？为什么许多父母和孩子抱怨在他们中间出现了交流的隔阂？这些隔阂是怎样产生的？又如何消除？更重要的是，以往的交流失败究竟会发生什么？

回答所有这些问题，我们需要知道一些交流的方式。例如，大家都知道通过谈话来交流，但是对交流的对方我们想到了多少？难道仅仅是听？按一些专家的意见，有比谈话更好的交流，这孩子尤其重要。

想想这样的时刻：你同朋友的交谈已经进入最喜欢的话题，不料

发现她心不在焉。你的反应怎样？是生气、沮丧，还是觉得受到伤害了？有一点可以肯定，你再不想谈下去。她有力地打断了你的话题，好像切断了电器开关。而我们是不是对自己的孩子常常干这种事情？

一些专家说，“父母和孩子之间产生交流隔阂的原因是许多慈爱而热心的父母实在太忙，在日常生活中有许多急事，舍不得花时间同孩子进行真诚的双方面的谈话。”例如汤米在早饭时给我们讲一个他自认是激动人心的故事，我们可能正在忙着或在想，“我要记住把这些排骨从冰箱里拿出来供晚餐用”，或者“他的那件衬衫已经脏了，我真应该动手洗一洗”；还时不时的对钟瞄瞄，看还有多少时间可以做完这些。汤米很快意识到母亲想的是别处，他的故事也就慢慢停止了，或者他又想出其他引人注目的办法来吸引妈妈的注意。

这并不是说我们每时每刻都得注意孩子，世界上不可能有这样的好事。父母都是忙人，每天的时间都安排得紧紧的。可是，孩子认为我们值得听他的话，我们喜欢他也就应该听他的“重要讲话”，他应该时时受到重视。然而，你却似听非听或假装在听，而假装在听比完全不听更糟。如果在某一特定时刻，你真有许多其他事，或者你太累，或者不耐烦认真听，可能会说：“去！我很忙。”最好说：“我希望我有时间听这些，可是如果我们现在不分手，你上学就会迟到。你放

学回家后，我保证我们一起进行一次好好的长时间的交谈。”

无论如何，不能只是听你孩子所说的话。孩子谈话时，他们象成人那样寻找感情的分享。不仅希望别人听，更希望别人理解。譬如：假定你母亲病了，你告诉邻居说你如何焦急。可她只是淡淡地说：“别焦急，会好的。”你大概不会感到舒服。如果她温暖地说“看你急成这样，我很难过。”你的反应会完全不同。她的话。她的语调告诉你，她很关心，知道你的感情如何。她的理解态度，鼓励你进一步相信她。

对我们的孩子也是如此。理解孩子的父母知道孩子情绪不好的时候，也对他们说些温暖的话。不要漠视孩子的情绪，或者因此责备孩子，而要给他所需要的同情和安慰。一般说来，父母们了解到孩子的这种情绪时，要给孩子安全感，让他表现出诚实和开朗，以继续保持交流渠道的畅通。

在他人面前，我们总会寻找温暖、理解、承认。其实别人也是这样。从别人那儿接受的反映影响我们的幸福，我们的信息也影响他们。这就是最好的交流。别人觉得我们更亲密，彼此互相吸引。

从这方面看，“自我理解”具有新的含义。我们说的话只表达一部分意思。例如，当你丈夫晚上在门口出现，你通常能马上说出他一天过得怎么样，甚至可以说出你们会过一个什么样的晚

上。他说声“嘿”，脱去外套，放下身上的东西。种种方式或脸色明白地告诉你他感觉如何，这都是我们用的方法。不错，我们用声音交谈，但是我们也用整个身体交谈。

这种“身体语言”是这样重要，心理学家阿伯特·默莱比安强调，这占我们同他人交流的90%。因此，我们对这种无声信号越敏感，我们对他人的反应也就越好。

有时很容易理解这种“身体语言”。你的丈夫要是带着刚刚提升的消息回家时，他那十分洋洋自得的神气，笑嘻嘻的讲话，就会给你非常清楚的信息。

孩子对这种无声语言特别敏感。当母亲说的是一件事，而身体语言表示的是另一件事时，孩子意识到有些事是不恰当的。可是他不能迅速指出其错误，他变得糊涂起来。

并不是说你总得对孩子或他人表露自己。可是，即使你自己要保留一些也许是有害的感情，你仍然可以表现出诚实。“我今天过得很不愉快，真不想现在如实地告诉任何人！”这可能很难说出口，但是比“没什么，走吧！”这样的咕哝更诚实。

大体上说，我们对孩子表达真实的感情总是做得很糟。我们不想承认自己在生气、疲倦了，灰心失望或有其他原因；因为害怕他们看出外表上的弱点和美中不足。我们害怕要是承认了错误，会失去他们的尊敬。可孩子们需要同真正的

的人接触，而不是圣人。要是我们隐瞒了自己的感情，掩盖了我们的错误，我们的孩子总会知道它，可能最终失去对我们的信任。相反，如果我们有勇气承认我们天生的弱点，他们会更尊敬我们的诚实，更尊敬我们。

父母在孩子背后犯错误是很自然的，恰如孩子在生活的其他方面犯错误一样。因此，我们最好对孩子所犯过失反应不要太过分，如果为小事大发脾气，反而会引起孩子错误的行为。当发觉我们的反应太严厉时，对孩子是应该道歉的。这一点也不削弱我们的权威，相反，这有助于孩子把我们看成是道德的、容易犯错误的人。父母不带头承认自己的错误，会扰乱孩子的心。他觉得受到不公平的对待，而不准备去理解它。

正如孩子们对我们语言背后的感情是敏感的，他们也很快注意到我们说的和做的差异，而这正是我们要做好的重点。如果母亲试图教孩子不要打人而她却反过来打了孩子，这一课注定要失败。同样，世界上所有关于诚实的教育，都抵不上这种事对孩子的影响，不要忘记，我们的行为对孩子是多么重要的榜样——这就是保持每天二十四小时畅通的交流渠道。

那么，好的交流意味着努力使自己诚实，然后表达出这种感情的信息。也就是说获得别人的信息以及含义，做出我们已经理解的反应。意味着直接看别人，我们只要试图用背对别人交谈，就会认识到用眼睛接触多么重要。最后，意味着注

意他本来是什么样子，而不是想象他应该是什么样子。

最后一点很重要。对父母来说，世界上最难的事情是把他们的孩子当作独特的个人来看。相反，我们倾向于用自己的经验、需要和价值看孩子。活泼的父母可能很难接受一个安静的行动迟缓的孩子。一个要儿子成为运动员的父亲当孩子成为书呆子时，一定很失望。一个总是后悔自己缺少自信心的母亲对她羞答答的女儿总是过分严厉的。

悲剧在于那些陷入失望中的父母可能从不试图欣赏他们有多么好的一个孩子。他们只注意孩子缺少什么，而看不到孩子的独特品质。他们的失望可能对孩子的自尊造成难言的伤害。所有小孩，如果要达到最佳状态，都需要得到肯定；每个孩子最盼望的都是他生活中两个最重要人物的赞同。

我们能给孩子最大的礼物是承认他们本来怎样——让他们知道他们的状况对我们最好。一个高度自尊的孩子对自己会表现出高度自信，抵制那些父母害怕可能影响和伤害他们的各种外部压力，集中认识他那充分的潜力。如果你能按孩子的本来面貌，而不是按你想的他能怎样或应该怎样去看他，承认他；你就会发现他特殊的天资和能力，你就会对他的独特之处非常满意。

承认孩子的本来面目并不意味着我们应该接受他做的每一件事，而是要找出他的行为和他本

身的明显区别。孩子行为不当时，我们都常常根据他自身而不是他做的事做出反应。

“你这个淘气鬼！”吉米拧他妹妹时，我们大声说道。

“你怎么这么笨？”他把牛奶杯打翻在桌上时，我们叫道。

“不对！傻瓜！我刚刚告诉你不要那样做！”达蒂在帮助他做家庭作业时对路易斯说。这些反应，如果重复多次，就会吞蚀掉孩子的自尊心。相反，如果你能自尊自爱，尽管他的行为有时使我们生气，他会感到按自己的方式走向成熟非常安全。我们最大的帮助就是努力了解他的性格，给予他需要的支持和指导。

因此，交流的最重要作用就是传达我们的爱。从孩子出生时起，婴孩懂话之前，他从所受到的对待方式中收集了无数关于他自己及其周围的世界的印象。如母亲轻轻抱起他，紧紧地托起他、贴着他，用柔和慈爱的语调和他说话。在某种程度上，她对他交流许多东西——使孩子感到他是可爱的，受欢迎的，世界是友好的。只要孩子发现他饿的时候有人喂，脏和不舒服时有人换，害怕时有人抱，他就知道信赖那些照料他的人。出于这些早期经历，他获得了生存的基本信念，而这是健康的感情发展所必不可少的。

父母怎样才能帮助婴儿发展基本的安全感、信任感？首先，他们要知道孩子需要什么和对哪些行为作出反应。婴儿依赖父母，因为他几乎对

一切都要感到满意，他饿了、冷了、湿了、累了、受委屈或生病时，他必须得到满足。然而，他不能把这些情况明白地告诉谁，所以他的父母必须作出特殊的努力，去学会理解这些无声信息。

在生命的开始。哭是婴儿需要什么信号，他在寻求帮助。婴儿只有通过哭，让父母知道哪些事情不对。如果没有这种交流方法，许多婴儿可能死于没有发现的失调。通过看和听，你会逐渐发展对婴儿需要的敏感。例如，你会注意到他有各种哭法，表达的意思很清楚。他是因为饥饿大哭，还是因为喝多了冷风肚子痛？他是有地方痛，还是仅仅湿了和不舒服？他是孤独或厌烦，还是需要好好抱抱？对刚做母亲的人来说，这些问题似乎无法回答。可是不久，她可能会熟悉这一切。她对孩子注意越密切，她就越了解他，越容易发现他需要什么。

身体接触是对孩子交流健康感情的最初方法。研究表明，孩子摆在拥挤的人群中，没有受到足够的拥抱和爱抚，就不能很好地发展。某些情况下，婴儿会生病，甚至死亡。母亲在接触、拥抱和谈话中表达的爱，对孩子如同食物和饮料一样必不可少。

这种身体接触的需要伴随着母亲对孩子明确表达的真实感情。小孩有超常的能力品味出母亲同他接触的意图。她抚摸他的头，托起他的手，摆弄他的脚和腿，对他柔软的光滑的皮肤和微微

上翘的脚趾表示高兴，对他高兴的咯咯笑声作出反应，注意力完全集中在他的身上，孩子感到母亲的温暖，觉察出他的价值多么大。这种温暖的反应不仅交替出现在给孩子喂奶、换衣服、洗澡中，也出现在其他任何时候。对他龇着嘴笑，说句玩笑话，走过摇床边逗逗他，同他聊聊，紧紧抱住吻他，给他唱歌，同他玩等等。通过这些温暖的接触，孩子终于感觉到他能依赖母亲。他也需要发展对其他人的这种信任，尤其是父亲。父亲不管是帮助喂、洗或换尿布，还是只同他玩，都能增加孩子那种极其重要的自信心。有了这种自信心，孩子就容易迈开走向独立的第一步。

有的父亲带很小的孩子时感到别扭，要到孩子大点的时候才能适应。妻子们不要因为丈夫抱孩子有点笨手笨脚，或是看起来有点危险，似乎让孩子滑进澡盆里去，而不让他适当地做做。首先，父亲抱小孩经常觉得焦急，你批评他只会使事情更糟。如果你丈夫有点笨手笨脚，别着急，他会改进的，甚至会变成某方面的行家。别忘了，孩子会在他的照看下茁壮成长。

孩子也表现出对父亲的行为和感情的敏感。母亲累了，生气或焦急，孩子会烦躁不安，不合作；甚至可怜的母亲越紧张，他越烦躁哭闹。

“我头几个星期在家带孩子真叫人害怕，”一个母亲说，“朱莉娅似乎哭个不停。她越哭，我越灰心。我觉得根本不能胜任，确信自己完全不是做母亲的料子，我希望永远没有小孩。朱莉

娅似乎知道我在想什么，变得更加难对付，我又觉得有罪，更加悲伤。”

许多做过妈妈的人都能体会和同情这时女人的心情。一个刚做母亲的人大多会感到恐慌，不适应甚至有些生气。不管她的孩子多么可爱，一想到孩子完全依靠她，她处在未来很长时间都得关心孩子需要的境地，她就会感到不安。她可能觉得她再也不能单独和丈夫在一起，再也没有属于自己的时间，想出去的时候就出去，甚至还有这种感情压力，她现在带孩子的方法可能对孩子未来的健康情绪有深远的影响。随着对孩子感情的日益加深，这些不安和自亏的感觉都会消失的。

当然也有些母亲发现带婴儿缺少趣味。头几个月最亲密的身体接触，她们觉得不自在，只是在孩子大点依赖少点时才开始喜欢。这样的母亲是极少的！小孩呢，反应也不同。一开始，有些孩子是温和的，安静的，容易对付；而另一些则非常活泼、紧张、敏感。例如，有些孩子容易适应环境和食物的变化，有些则一有点变化就抗议、大叫。大多数情况下，只有孩子特殊性格产生反应，母亲才感到不能胜任。必须提请注意，了解孩子个性特征是母亲最值得注意的，作母亲的却一度完全忽视了这一点。

确实，不管脾气如何，每个孩子肯定有许多要求并且难对付。每天花许多时间特别是晚上喂呀、洗呀，带着躁动不安的孩子走啊，不用说，

是令人厌烦的。有个母亲说，“我从没想到过打孩子，可现在我听到有些父母打孩子时，我竟然能理解是怎么发生的。一天，我的孩子特别急躁和难弄，我显然很灰心、生气，以致竟然剧烈地摇动她，几乎把她抛下摇床。接着，我突然哭起来，哭个不停，直到我丈夫回来才设法使我们俩安静下来。”当母亲和孩子关系处于紧张，都想躲避对方时，是父亲出来解围的好时机。当母亲和孩子感情处于一种特殊的痛苦状态时，如果父亲能采取很缓和的态度，就能给予更大的帮助。如果孩子弄得你心烦意乱，而他父亲又不在场，你该怎么办呢？最好是把孩子放在摇床里，让他哭一会。你打个电话给朋友，向他们说话，来缓和你的情绪，然后你就能很好处理了。

记住这一点非常重要，这种生气的感情正是母亲对紧紧依偎在身边的孩子产生的爱和温情的一部分。看到他第一次微笑，想四处爬，做母亲的非常高兴。有时因紧张、劳累而发脾气，不会对他产生长时间的伤害。随着孩子得到合理的爱和注意，他会茁壮成长。只要温暖的爱多于不感兴趣和发怒，不耐烦的责备后亲吻他，紧紧拥抱他，孩子能理解母亲的意思。

可是，如果父母把各种不实际的动机归因于孩子的行为，真正的问题就出现了。当孩子多次扰醒我们时，我们会抱怨：“他不给我片刻的安宁，”或者，“他总是使我糊里糊涂。”这种对孩子的抱怨是不公平的。孩子还没有这种活动能