

怎样教养〇到六岁的孩子

枳园译



中国

怎样教养○到六岁的孩子

积
园
译



中国友谊出版公司

怎样教养〇到六岁的孩子

*

中国友谊出版公司出版
新华书店北京发行所发行
中国建筑工业出版社印刷厂

*

开本: 787 × 1092 毫米 1/32 印张 7³/₈ 字数 153 000
1984年5月第1版 1984年7月北京第1次印刷

书号 7309·2 定价 1.05元

前 言

当你做了妈妈时，你就开始了一种一天二十四小时服务、不寻常的职责：做父母。

不幸的是在我们的词汇中，还没有一个恰切的动词来形容做父母每天日日夜夜所做的事，我在这里用了“做父母”这个词，其定义是：“满怀着爱心与关切，利用所有科学上所搜集的有关儿童心理的知识来培养快乐、智慧的人。”

这个词的新意义不是指生养孩子的生理行为，也不是指依照传统的、错误的方法教养孩子。教养孩子是一种复杂而困难的工作，也是一种充满乐趣的工作，母亲所能给予世界的最重要的礼物就是培养出快乐、并有安全感的孩子。

“做父母”包括了父母亲的爱心与关切及科学知识，做父母的知识可给你极大的帮助，了解了孩子脑中所想的是什么，你就能学习如何把孩子教养成快乐而有智慧的成人，而这也正是你教养孩子的目的。

奇怪的是在我们现代社会中没有训练做母亲的机构，当一个女孩子成为妈妈时，就好象社会突然对她说：“你现在是母亲了，我们没告诉你多少有关为人父母之道，可是，上任吧！尽力而为吧！”

做父母在某一方面来说，也就是要做心理学家与教师。你是心理学家，因为你需要了解你自己孩子的心理；

你可能是个好儿童心理学家，也可能是个普通的儿童心理学家，也可能是个蹩脚的儿童心理学家，不过，不管你感觉如何，你反正是个儿童心理学家就是了。

你也是你孩子最重要的教师，你是他们最早的老师，你所教给他们的事情，以及你并没教他而自己做过的事情都比他将来在学校里所学的任何功课重要。

不过，你或许象大部分妇女一样，在这方面根本没受过什么训练，你曾学过不少科目，就是没学过使你了解婴孩与儿童的知识，使你没法胜任这项工作。

普通的心理医师与教师每天工作八小时，有上下班，有周末，有休假，而你却没有，只这一点就使你的工作益发艰苦些，况且心理学家与教师们的工作对象是许多不同的小孩，他们的情感是分散给许多孩子，而孩子又不是自己的，在了解他们，适应他们的过程中，不会象母亲那样动感情。

在我们的社会中，还没有哪一行比这一行不寻常、一天二十四小时的儿童心理专家兼教师的工作更为艰苦。

做父母是我们所有人的一种学习过程。不管学习的是什么，都要从尝试错误中学习，不过，最浪费的学习莫过于不遵循方法瞎撞乱碰的学习了，譬如说，你从未打过桥牌，现在你决定要学，如果完全要你自己来摸索其中的秘诀与战术，你的学习实在太困难太无趣了，如果有个有经验的人来教教你，就容易得多了，现在我要做的就是想把我从二十多年的职业经验与做父母的经验中所摄取的知识传授给你。

一本书如果要想使读者充分了解作者的意思，必须具

有优良谈话的因素。所以，我预先想到你在何处会对我所说的发生疑问，对哪些科学上的事实会觉得格格不入，而尽量设法补救。

我尽量以随便谈谈的方式来写这本书，就好象我们两人一面品茶一面闲聊似地，譬如说，我一再地提及我自己带孩子的经验。虽然这本书是根据许多科学家的实验、研究写成的，我却很少引用所有的科学证明，只提到了几个主要的关键性的实验，因为我知道读者们大都不喜欢一本到处是科学实验注脚的书

我特别提醒两种会读这本书的母亲。第一种是那些还没有孩子的女孩子；她们会在适宜时间来读它，而在真正带婴孩之前，学到很多有用的知识。

不过，你不可能完全按照书本上所说的来带孩子，你应当依照你的小宝宝的情况灵活运用，而你的孩子是不同于任何别的孩子的不寻常生物。

这本书，以及别的儿童保育的书都只是一些粗略的现成指引，妈妈对自己孩子的了解是别人无法办得到的，所以，如果书上所说的与你的感受有所抵触时，那么忘掉你所读的，依照自己的感受行事。

我们都会有这种情形，在初次尝试一件事时，会不敢确定，希望有人给我们严格的规则以资遵循，待我们有了经验之后，就会更有信心，会发现有时是需要改变规则以适应实际情况的。

根据我自己的经验，我敢保证当你带第二或第三个孩子时会比第一个有信心得多，其原因是从带第一个孩子中获得了经验。在带第一个孩子时，我们有时赢，有时输，

有时犯错，也曾痛快过，通常在带第一个孩子时犯的错误比较多，当你觉察你有时处理事情处理得实在笨拙时，你已经加入了以父母组成的“犯错者俱乐部”了。

将要读这本书的第二种母亲是有一个孩子还未满五岁，不过，也有一个或更多的孩子已过了五岁了，当她读着这本书时会想：“假如我在几年前就读这本书多好，在珍妮小时候，我那样待她，现在才知道是不对的。”她很可能感到好象犯了什么罪，开始自责起来。

我希望你不要这样。没有哪个父母是该受责备的，我们每个做父母的都在尽可能地使自己的孩子得到良好的教养，想想看，我们谁也没受过做父母的训练，有此成绩已经是相当不错了，所以我劝你不要太苛责自己，尤其是当你感到犯了什么错误时，更要想开一点。

根据我本人的经验，我可向你保证，即使获得心理学博士的人，在带第一个孩子时仍然会犯错，在带第二个时，很可能犯错少一点。我自己的经验使我记起一个心理学家的故事：开始时，他有六项原则，没有小孩，而临了有六个孩子，却无一项原则了。我只有三个孩子，故还有三项原则，许多做父母的告诉我，当老五老六出世后，他们就不会这么关心了。

犯罪感于教养孩子无助，我们都需要认为自己已经尽了全力。单就你肯费神来看这本书这件事来说，你就是真的关心着你的孩子了，否则，你绝不会为了他伤这个脑筋，对不？

现在让我们来谈谈一般人对儿童心理的错误观念。

这些年来，在顾问室中，或在演讲与授课之后的讨论

会中，我发现很多父母对现代心理学有几个主要的错误观念，我认为在讨论别的之前，应该先提出谈谈，让我们在谈论心理学家教我们如何带孩子之前，先了解他们不相信些什么。

一、心理学家不相信纵容。所谓纵容就是任孩子随心所欲地做，没有哪个心理学家会提出这种主张，可是，使人难以相信的，竟有很多父母随便让孩子在漂亮的墙壁上乱画，因为他们认为阻止对心理有坏影响！其实，这些父母只是不敢对孩子说“不”，拿现代心理学来作挡箭牌而已。

二、心理学家不支持“让孩子自己自然发展，父母只能无助地旁观”的说法。孩子们在各发育期各有其特殊问题是真的，希望四岁的孩子行为象三岁那样，或对待四岁孩子象对待三岁孩子，都会遇到困难。不过，了解其发育特征是一回事，感到束手无策，完全任其自然发展又是一回事，我常常看到父母们容忍孩子的越轨行为，一面无可奈何地耸耸肩：“我想他很可能正处在这一发育阶段。”好象说：“我又有什么办法？”

父母并非是无助的。在孩子某一发育阶段，父母处理的方式，往往可决定孩子在这阶段是否适应得好。在这本书中，我用了很大的篇幅来讨论孩子在各阶段的发育情形，就是由于我相信父母应该尽量多拥有一点这方面的知识。

很多父母还有一个观念，那就是：现代心理学教我们不该打孩子。有些心理学家是这样说过、写过，不过，我这个心理学家却认为要想有效地教养孩子，尤其是那些侵略性强的男孩子，不打是办不到的。当然，我不是说“打”是万灵丹，也不是说“打”是万无一误的。

记得在一次妈妈会上我曾经这样说过，而一周之后，在超级市场上碰到一位与会的妈妈，她对我说：“自从你说打孩子没什么不对后，我家的孩子都挨过揍了，效果还真不错呢！”

在后面谈管教那一章中，我会进一步谈到哪一种打是有效的，哪一种打是错误的。不过，要想带出心理健全的孩子，“打”的确是一种必需而且不可免的方法。

还有一种普遍的观念：“好”父母从来不烦恼，不发脾气。我从来没见过这种父母，我自己也不是这样的人，有时，当我们心情好时，我们能够平静地处理小捣蛋们最伤脑筋的问题，有时，却会为了一点小事向孩子大发脾气。父母们必须坦然地表达内心的感受，心理学家并没有要求我们做父母的无时无刻不平静明智，如果这样，就是对做父母的作不可能的精神要求。

很多人认为心理学家会告诉他们身为父母该如何感受，该以何种科学而健全的态度来对待孩子。不幸的是有些心理学家确实使人这样以为。不过事实是：一个人所感受的就是已经感受的，忧虑的就是正在忧虑的。我们的感受是自发的，我们的思想也不是受命而来到大脑，所以，我们对它实在无控制力。

我试着要告诉各位父母们的不是他们应该怎样感受，而是应该做些什么，你不能控制你的感受，却能控制你的行动，我将提供给你有关儿童的知识，帮助你更了解你的孩子，而且我还要向你建议做些什么才能帮助你的孩子成长为快乐聪明的人。

也很可能，你们中有些人还照着我所建议的事、或别

的心理学家所建议的去做，你可能发现自己虽已尽力，孩子仍然不听你那一套，而你已无计可施了，在这种情形下，你或许该请教专家了，不是单单看看我这本书或任何有关儿童教养或儿童心理的书就能解决的问题了，你的绝望显示出在你内心有情感上的结需要心理专家帮你解开。

谈过了有关现代心理学的错误观念，下面我们要谈的是一个做父母的该了解的心理问题是什么。

你需要知道的心理事实中最重要的也许该推：孩子的前五年是最重要的年岁——可塑性最强的时期。这并不是说他其余的童年并不重要，或是孩子到了六岁，一切就已定型了，不过，毫无疑问，孩子的前五年最最重要。

孩子到了六岁，他的基本性格已经形成，此基本性格将维持终生，决定他在学校里或处社会的是否成功，决定他将如何与人相处，对性的观点是怎样，将成为何种少年，会与哪一类型的人结婚，以及婚姻是否美满等。这前五年不仅对孩子的情绪发展有极重要的影响，对其智力的发展也同样重要。

也许问你这个问题会使你真正体会出这几年对你孩子智力的重要性：你认为一个孩子的智力到何时可发育其百分之五十？二十一？十七？还是十二？告诉你，正确的答案是：四岁！

芝加哥大学的本·杰明·布鲁姆博士（Dr. Benjamin Bloom）从一项极广的调查研究中求得结论说，一个孩子到四岁时，其智力已发展了将近百分之五十，百分之三十至八岁时发育完成，其余的百分之二十至十七岁时完成。

请不要把“智力”与“知识”搞混了。当然，一个四

岁的孩子不可能具有一个成年人的一半知识。所谓智力是一种寻求知识的心智能力，而一个四岁的孩子已具有百分之五十这样的能力了。

假如你估计的不正确，也不要不安，大部分成年人对孩子的智力与学习能力都低估了太多。过去，大家都认为我们每个人都具有一种从遗传得来的天生智慧，这种智慧是无法更易的，而近代的研究，证实孩子在五岁前所得的智力启发与其聪明能力大有关系。

既然如此，所以我这本书所讨论的重点在五岁前，儿童期与少年期应该另书讨论。我在这本书中以一个假想的孩子为依据，从他的出生写起，一直写完他的重要的可塑性极强的前几年。由于很难确定这孩子的性别，每次都用“他或她”太麻烦，故一律用“他”，如果你的宝宝是女的，那就在心里把“他”换为“她”好了。

下面我们将谈谈母亲对她们初生的宝宝如何感受。

目 录

第一章 母亲的感受 (1)

手足无措无所适从 愤怒 邻居太太不是专家 与
众不同 孩子的发育阶段

第二章 婴儿期 (从出生至走路) (10)

母乳与奶瓶之争 按时喂还是饿了就吃? 夜里不
睡怎么办? 尿布何必换太勤 接触的慰藉 早期的
情感关系 智力上的需要 婴儿期概说 前三个月
三~六个月 六~九个月 九个月~周岁 育
婴四诫 (一)不要忽视宝宝的哭 (二)不要太早训
练大小便 (三)不要怕惯坏孩子 (四)不要让父亲
忽略宝宝

第三章 学步期 (41)

向环境探索的时期 检查你的房子 玩具是宝宝的
教科书 需要什么玩具 你是内行的老师吗? 学
步期的孩子不该打 你的孩子尿床吗? 宝宝玩小
鸡鸡怎么办?

第四章 第一少年期 (一) (61)

不平衡的年岁 两种错误的管教方式 幼儿期的管
教 为他的行为立下一个合理的限制 让孩子自由
抒发情感 反射情感 如何培养良心

第五章 第一少年期 (二) (82)

智慧之钥——语言 回答孩子的问题 利用电视作

教育性玩具 孩子的嫉妒 训练孩子大便 训练孩子
小便 幼儿期的玩具 安静的游戏 使睡前时间成
为享受

第六章 学前儿童 (110)

平衡的三岁孩子 这就是四岁的 孩子 五岁是快
乐的年代 满足生理上的需要 控制冲动 离开母
亲的怀抱 学习给与取 表达情意 是男孩还是女
孩 男孩应该象男孩 孩子的性教育 家庭罗曼史
智力的启发

第七章 孩子的管教 (146)

加强孩子的行为 你能教海豚打字吗? 使孩子自
律就是管教 制造人为的后果 处罚孩子的原则

第八章 孩子与暴力 (173)

何谓暴力 父母教孩子暴力 侵略性与暴力

第九章 学习自家庭开始 (183)

教孩子思想 右手思想 帮助孩子思想的游戏 左
手思想 如何启发孩子的语言能力 教孩子阅读
阅读与学前儿童 如何教孩子数数 教孩子数目字

第十章 如何为孩子选购玩具、图书、及唱片 (209)

如何为孩子选玩具 如何为孩子选图书 如何为孩
子选购唱片

第十一章 最后几句话 (220)

教养孩子的原则 孩童的感受 爱的话语

第一章、母亲的感受

大部分儿童教养方面的书籍都是从描绘婴孩象什么样子，以及如何照顾他开始，很少提及母亲的感受，我认为这是一个严重的错误。

这些年来，我曾经和许多母亲谈过，这些母亲有的是我的病人，有的是朋友，有的是同事，在谈起生了第一个孩子从医院回家开始自己照顾自己的小宝宝时，都感到手足无措，就象有一位母亲所说的：“我生平从未感到如此无主见过。”

手足无措无所适从

不管你曾经读过多少有关育婴方面的书籍，不管你曾参加过多少次这方面的讲习会，它仍然是一种崭新的经验。一直到从医院里回来面对着你那新生的、会呼吸的小家伙时，你才算真的接触到事实——他就在你面前！一天二十四小时，绝不会离开。

这是一种可怕的适应。你生平从来没有必要去承担这样重大的心理上的责任。这种首次负起另一小生命的全部责任的念头会吓坏许多年轻的妈妈，而这责任又是如此突如其来地加在她们的肩头，难怪许多母亲会感到无主见手足无措了。

许多小事情都会使无主见的新妈妈忧虑，她对新生的

婴孩了解得太少，不知如何解释会发生的那些不同的事情——如果婴孩睡得很熟，好象没有呼吸似的，她会跑过去看看他是否还活着；如果他在吮奶时呛着了，或好象咽不下去，就着急起来；……。每一样小事都显得极为重要。新母亲真可说是易丘为山的专家。在吃东西、睡觉时的任何一点异乎她所认为的正常现象，都会使她害怕出了致命的毛病。这也就是何以有许多新母亲每个钟头都打电话向家庭医师请教的原因吧！

这种不知如何是好的感觉，最糟糕的一面是怕告诉别人。她会暗自辩解：现在，我毕竟做妈妈了，而生第一个孩子是女性的加冕，是其生命的完成，何以感到这样不知如何是好？她想象着别的妈妈们都能称职地照顾她们的宝宝，独有她这样感受，所以，她宁愿死也不肯向别人承认自己的这种感受。其实，只要她知道别的新妈妈与她的感受完全一样的话，就会使她更有把握一点了。请相信我，真的，每一个新妈妈都会手足无措！

你看，新妈妈从我们的文化中吸取了各式各样的知识，有些很明确，有些很模糊，不过都告诉她们，上天赋予母亲们一种奇妙的“母爱”与“母性的直觉”，这两者使母亲们自然就会照顾她们的宝宝。问题是母亲们并不这样感觉！她并不觉得自己能胜任照顾她的宝宝，即她认为别的母亲都有这种天生的“母性直觉”，独独她没有，她只是忙着自己的不称职着急、忧虑。竟不能坐下来理智地想一想：母爱是一回事，照顾孩子的知识与经验又是一回事！

你的母爱可能是与生俱来的。有的母亲当孩子一落地就感到这种母爱泉涌而至，有的母亲会发现这种感受是逐

渐形成的；不过，有关婴孩的知识与育婴方法却绝对没有天赋的道理，即使你一直生活在孩子堆里，也是一样，不到你生下第一个孩子是没法获得的。

愤 怒

除去这种对照顾宝宝没有把握的感受外，另一种使新母亲烦恼的感受是愤怒。许多母亲对这种突然加在肩头的、一天二十四小时的工作感到气恼，就象有一个新母亲对我诉苦的：“我没想到是这个样子！”

现在，新母亲的整个生活就是绕在摇篮的旁边，显然地，她感到气愤。不幸的是，没有人对这事实有所准备而她会因之自觉愧疚，有时会把愤怒迁到孩子头上。

新母亲应该了解开始时的这种愤怒感是全然正常的，过一段时间，待新母亲对这种新责任习惯了，这种气恼感就会消失，而完全代之以满溢的爱心了。

还有一种事实时常会使母亲气自己的宝宝。母亲往往是假想小宝宝的出生会使她与丈夫更为亲近，毕竟小宝宝是他们两个所创造的，她以为她、她丈夫与小宝宝会形成一种新的三位一体的关系，殊不知小宝宝却象是他们之间的心理之楔，把他们分开了。丈夫不但不主动地与她负起照顾小宝宝之责，反而因她对小宝宝的关注而嫉妒，就象是小宝宝的情敌一样，照顾小宝宝的责任百分之百地落在她一个人肩头。面对着这种情势，她很可能把气泄在孩子身上！

年轻的新母亲必须视上面所谈到的愤怒感为当然，是与婴孩俱来的，她与丈夫必须学着适应。每一个新母亲都

需要以她自己的方法来将自己的家庭结合为一个新组织。

如果你的丈夫真的能与你共同负担起照顾宝宝的心理责任，你该感到幸运，以他为你那些不称职感与愤怒感的支柱吧！了解这些感受的必然性，并请毫不犹豫地与他谈谈吧！如果你能与你丈夫坦率地谈论这些感受，你就不会感到整个负担都在自己的肩头上，其本身就是一种解脱呢。

记得，数千年来，母亲们都要设法克服这“不称职”与“愤怒”这两个心理上的双生巨妖，你当然也可以克服它们，起初也许不太容易，你会觉得很很不愉快，也许会哭一哭。不过，只要你能坦然地面对自己及自己的感受，很快地你就会适应了。

就象在你之前的亿万个母亲一样，你早晚会通过这块由不胜任与愤怒所混成的沼泽地而站立在平坦的大道上。到那时，你与你的宝宝会在一种新的“我们”型的关系中扮演你们恰如其分的角色，当然，其间还有很多有关新生儿的事有待你去从经验中学习。

你的宝宝在初生时是那么纤小，那么脆弱，每一桩，好象不太合规定的小事情在你看来都可能是大灾难，有时，你会恐慌得不能运用头脑与常识来分析事物。有一个母亲曾对我说：“我读了四年大学，可是，我会花四个五个钟头来调配牛奶！我怕调得方法不对。有时真怀疑自己是否还有大脑！”

在这种当口，她自然会忘记了自己还有常识，于是她无助地去请教专家，如果家庭医师不能立即予她支援，她会急急去找邻居帮忙。

一个新妈妈所需要的就是了解这些感受都是正常的——