

全球阶梯教养圣经



耶鲁大学

40年研究成果

GESELL INSTITUTE of
CHILD DEVELOPMENT

数千位孩子

真实成长跟踪

两代父母, 3亿家长

信赖选择

你的 6岁孩子

叛逆而甜美的年龄
内心矛盾最为突出的一年

[美] 路易丝·埃姆斯

著

[美] 弗兰西斯·伊尔克

格塞尔儿童发展研究所

玉冰 | 译



Your Six-Year-Old

Louise Bates Ames, PH.D., Frances L. Ilg, M.D.,

GESELL INSTITUTE of CHILD DEVELOPMENT (格塞尔儿童发展研究所)

江西科学技术出版社



全球阶梯教养圣经

Your Six-Year-Old

你的6岁孩子

[美] 路易丝·埃姆斯

[美] 弗兰西斯·伊尔克 / 著

玉冰 / 译

图书在版编目 (CIP) 数据

你的6岁孩子 / (美) 埃姆斯, (美) 伊尔克著; 玉冰译.

—南昌: 江西科学技术出版社, 2012.8

ISBN 978-7-5390-4590-0

I. ①你… II. ①埃… ②伊… ③玉… III. ①儿童教育—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 201810 号

国际互联网 (Internet) 地址: <http://www.jxkjcs.com>

选题序号: ZK2011181 图书代码: D12043-106 版权登记号: 14-2011-83

丛书主编 / 黄利 监制 / 万夏

责任编辑 / 孙开颜

项目创意 / 设计制作 / 奇迹童书 www.qijibooks.com

纠错热线 / 010-64360026-103

YOUR SIX-YEAR-OLD: LOVING AND DEFIANT

By Louise Bates Ames (Author), Frances L. Ilg (Author)

Copyright© 1979 by The Gesell Institute of Child Development, Louise Bates Ames and Frances L. Ilg

This edition arranged with THE BANTAM DELL PUBLISHING GROUP

through BIG APPLE AGENCY, INC., LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition Copyright © 2012 by Beijing Zito Books Co., Ltd.

All rights reserved.

你的6岁孩子

[美] 路易丝·埃姆斯 弗兰西斯·伊尔克 / 著 玉冰 / 译

出版发行 江西科学技术出版社

社 址 南昌市蓼洲街2号附1号 邮编 330009

电话: (0791) 86623491 86639342 (传真)

印 刷 北京富达印务有限公司

经 销 各地新华书店

开 本 787毫米 × 1092毫米 1/16

印 张 12

字 数 100千

版 次 2012年9月第1版 2016年2月第6次印刷

书 号 ISBN 978-7-5390-4590-0

定 价 25.00元

赣版权登字-03-2012-79 版权所有 侵权必究

(赣科版图书凡属印装错误, 可向承印厂调换)

目录

第一章 内心充满矛盾，行为两极化 ——六岁孩子的身心特征

典型的六岁孩子，是一个小小的矛盾体，集两个极端于一身。他最大的苦恼是既依赖妈妈，又想要离开妈妈，期盼走向独立，所以六岁是孩子与母亲真正开始分离的起点。大约从五岁半到六岁半之间，孩子的许多行为似乎从各个方面一起忽然转身，都朝向明显对立的方向发展。但是，从六岁的太过精力旺盛而且强横刁蛮，转向七岁的太过忧郁而沉寂的程中，期间却会有一段日子是孩子的美好最为绽放的时刻，也是让家长最为享受的一段亲子时光。

1. 六岁典型特征：小小的矛盾体，
集两个极端于一身 36
 - ◎内心充满矛盾，爱走两个极端
 - ◎认为自己是整个世界的中心
 - ◎很多行为明显恶化
 - ◎使家里乌烟瘴气的小烦恼
 - ◎使家里快乐的小可爱
2. 六岁半到七岁之间：孩子的美好绽放的时刻 43
 - ◎聪明、幽默、喜欢猜谜
 - ◎感情上热切、炽热
3. 给父母的提醒：对孩子有一份合理的心理预期 46

第二章 母子矛盾占最突出的地位 ——六岁孩子的人际交往

以六岁孩子典型“两极化”的行为特点，在与他人相处的时候，他既可以展露出最可爱的一面，也可以展露出最糟糕的一面。没有谁会是比他更为活泼可爱、热情洋溢、充满快乐和惹人喜爱的小宝贝，也没有谁会是比他强横刁蛮、不讲道理、充满嫉妒和让人头疼的小捣蛋。在六岁孩子的人际关系中，朋友是一个很重要的概念，其中比较令人注意的一点是，以性别分群的现象开始出现。

1. 与父母之间：母子之间纠葛最多的年龄 50

◎矛盾与冲突是母子关系的主旋律

◎对父亲往往心怀敬畏

2. 与祖父母之间：关系融洽且亲昵 53

◎对祖父母充满好感，充满温情与和谐

◎尽量每次只和一个孙儿玩

3. 与老师之间：行为得体，言听计从 55

4. 与兄弟姐妹之间：

充满磕磕绊绊，对小弟弟妹妹尤其恶劣 57

5. 与朋友之间：容易发生矛盾和冲突 58

◎在玩耍中争强好斗

◎对朋友往往看不顺眼，不够宽容

◎开始出现以性别分群的现象

第三章 充满战争的硝烟

——六岁孩子的日常作息

与五岁时的乖巧、听话完全相反，六岁孩子两极化和情绪化的性格特点，使他在日常作息方面的表现实在令家长头疼、崩溃！他们在餐桌上“胡作非为”，穿衣时挑三拣四，在宣泄情绪时每每大发脾气……这些的确都是令家长十分头疼的行为。但不可否认，放肆和野蛮是这个时期不可避免的。六岁的孩子非常脆弱，做家长的与其一味的责骂孩子，不如给孩子更多的宽容，同时，善用与孩子的相处技巧。

1. 饮食：漠视餐桌礼仪，胃口大增 62
 - ◎对餐桌礼仪置之不理
 - ◎食欲大增的“小吃客”
 - ◎自理能力“退化”
2. 睡眠：和顺而安稳，负面情绪较少 64
 - ◎上床睡觉相对和顺
 - ◎睡眠质量相对较高
 - ◎睡醒后麻烦较少
3. 排泄：自控能力增强 66
 - ◎小便方面
 - ◎大便方面
4. 洗澡和穿衣：不配合，麻烦不断 68
 - ◎爸爸帮孩子洗澡会相对顺利

◎穿衣服——战争

◎头皮对疼痛非常敏感

5. 紧张情绪的宣泄涨到最高潮..... 71

6. 健康方面..... 73

◎健康状况令人担忧

◎对伤痛、药物等感到害怕、抗拒

第四章 善用方式方法

——与六岁孩子相处的技巧

六岁到六岁半的孩子往往是强横刁蛮和异常情绪化的“小炸弹”，随时有可能爆炸。和六岁孩子相处，运用一定的技巧来化解矛盾，不但是最为需要的，也往往是最有成效的。书中提供的一些技巧不一定就会对你家的孩子有效，但是你肯定会发现，在很多情况下的确能帮你不少忙。你一定会惊讶于仅仅是因为你说了恰当的话或做了恰当的事，就能令你那狂躁的小暴君奇迹般地变成了你友善的小伙伴。

1. 有效管教孩子的 8 个技巧..... 76

◎夸奖

◎给机会

◎数数

◎避其锋芒

◎讨价还价

◎让步

◎冷处理

- ◎漠视
- ◎避开雷区

2. 日常作息和顺的 6 个对策 81

- ◎用餐
- ◎就寝
- ◎着装
- ◎情绪控制
- ◎关于看电视
- ◎道德问题
- ◎爸爸妈妈的最佳王牌

第五章 活动丰富，兴趣广泛，创意无限 ——六岁孩子的兴趣和能力

六岁的孩子，不分男女，都体力无限，总是动个不停。他非常富有冒险精神，什么都想去试试，对任何新奇的东西或者事情，都会很感兴趣。总之，他既让你为他的热情洋溢所感染，又往往让你为他的调皮捣蛋而头疼。

六岁的孩子创意无限，想象力天马行空。作为父母，你需要多带孩子出去增长见识，为他提供一个有益于充分发挥并且发扬创造力的环境。你要知道，孩子的创意不会凭空生出来，孩子需要丰富的生活体验。

1. 玩耍方面：体力无限，总是动个不停 86

- ◎爱好的游戏
- ◎不适合玩竞技性游戏

2. 阅读方面：喜欢读书，阅读兴趣广泛 89

3. 音乐以及电视方面 90

◎看电视是生活中的重头戏

◎看电视的决定权在谁手里

4. 孩子的创造力 92

◎用创意表达自我

◎为孩子提供发挥创造力的环境

◎《教你开发孩子的创造力》之建议

5. 活动方面：注重过程，不在乎结果 96

◎典型特征：无时无刻不在动

◎动作不够协调，趋于冒进

◎意识到手的“功用”，姿势古怪

6. 视觉方面：..... 98

◎视觉更具拓展性，开始关注视线中的新东西

◎目光转换能力增强，锁定能力减弱

7. 牙齿的生长：乳牙相继掉落，恒牙接连生长 101

第六章 行动本身体现心智

——六岁孩子的心智能力

格塞尔博士在 50 年以前就已经指出：“人的心智可以通过他身体各部位的几乎所有的行动本身呈现出来。”的确，六岁孩子的行为能力在很多方面都比以前有了一个非常大的进步。比如，六岁孩子对时间、空间和死亡概念的理解比过去更为深入和透彻，计算、识字和阅读的水平都有了大幅度的提高，等等。

但是，你要记得，孩子与孩子之间有很大的不同。假如一个孩子的发育速度没有依照常规按部就班，或没有达到正常水平，作为家长，一定要耐心等待，切不可拔苗助长。你需要以平静和理解的态度看待孩子成长中的问题。

1. 对时间的感知 105

◎对时间观念和顺序理解更为透彻

◎对时间长短缺乏概念

2. 对空间的感知 107

◎空间世界向外极大扩展

◎理解孩子之间的个体差异

3. 阅读方面 109

◎大多能够独立阅读，且能发现自己的误读

◎切忌拔苗助长

- 4. 写字方面：兴趣浓厚，水平全面提升 111
- 5. 计算方面：水平大幅度提高 112
- 6. 语言与思维能力 114
 - ◎开始具备一定的逻辑思维能力
 - ◎语言的规范性提高
 - ◎区分幻想与真实的能力与日俱增
 - ◎对死亡的理解更加成熟，偏于情绪化
- 7. 孩子的道德观念： 好坏概念以父母的导向为标准 116
- 8. 性方面：过于感兴趣 118
 - ◎大多喜欢玩“性游戏”
 - ◎以平静和理解的态度看待孩子的性问题
 - ◎孩子对小宝宝来源的认知
- 9. 孩子的幽默感 122
 - ◎傻笑和厕所幽默突出，喜欢当众出洋相
 - ◎展现出一种温馨而美好的幽默感

全球阶梯教养圣经



耶鲁大学

40年研究成果

GESELL INSTITUTE of
CHILD DEVELOPMENT

数千位孩子

真实成长跟踪

两代父母, 3亿家长

信赖选择

你的 6岁孩子

叛逆而甜美的年龄
内心矛盾最为突出的一年

[美] 路易丝·埃姆斯

著

[美] 弗兰西斯·伊尔克

格塞尔儿童发展研究所

玉冰 | 译



Your Six-Year-Old

Louise Bates Ames, PH.D, Frances L. Ilg, M.D,

GESELL INSTITUTE of CHILD DEVELOPMENT (格塞尔儿童发展研究所)

江西科学技术出版社





有爱 有梦想

芭迪 亲子馆 4018

我要郑重地向所有的家长们推荐本书，看看它是用怎样的关怀，向想要了解孩子的人讲述孩子，又是用怎样朴实贴切的招数在帮助它的读者。

——李跃儿

中国著名儿童教育专家，
中国芭学园创始人。

这是一套研究1~14岁孩子发展规律的书，无论是东方还是西方的父母，都希望在了解孩子发展规律的基础上来帮助孩子成长，都希望孩子具备善良、责任感和自律等优秀的人格品质，由此，这套书能够帮助到中国的父母们。

——胡萍

中国儿童性教育的先驱，
《成长与性》等畅销书的作者。

儿童成长是分阶段循序渐进的，每个阶段都有不同的需求和特点，这套书详细解释了各年龄段孩子的成长规律、行为特征和心理需求，让父母们有案可寻，不至于摸不着头脑。

——小巫

著名儿童教育专家，被国外媒体誉为“中国的斯波克博士”。

相比较个人发展和心理认知的专业书籍的晦涩，《你的N岁孩子》系列更加生动，语言更容易理解。在这里，你一定会找到自己家里的那个宝贝，也更能走进他们的内心。

——兰海

上瀕教育机构创始人，中央电视台《成长在线》特邀专家。

6岁，已经步入校园的年龄，也让父母似乎看到了青春期的一些端倪。这需要父母更大程度上的接纳孩子。书中提醒我们在这个时候，不要只记得与孩子之间的那些挣扎，却忘记了和孩子共度的美好时光。真实地去经历与孩子相处的每个瞬间，相信这些都会是日后最美的回忆。

——安燕玲

《怎样说孩子才会听》的中文译者。

6岁是孩子与母亲真正开始分离的起点。我看了这本书，马上明白了为什么当初龙儿在那个阶段总是会把所有的发泄都倾倒到我身上，原来他面临着分离的挣扎。还好当时我知道有妈的孩子像个宝，就是因为妈妈肯接纳孩子的情绪。庆幸！也希望更多的妈妈看到这本书，预知孩子的发展阶段。

——海文颖

浩途家庭俱乐部创始人，《我要做个好妈妈》的作者。

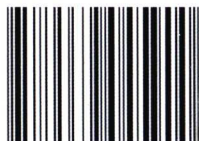


爱生活，享阅读

扫一扫，加入爱读，收听精彩生活

建议上架类别：家庭教育·亲子

ISBN 978-7-5390-4590-0



9 787539 045900 >

定价：25元

全球阶梯教养圣经

Your Six-Year-Old

你的6岁孩子

[美] 路易丝·埃姆斯

[美] 弗兰西斯·伊尔克 / 著

玉冰 / 译

 江西科学技术出版社

作者序

我们在这里讲述的是孩子在相应年龄段所应有的行为或者行为规范。这些东西能使得不少家长看过之后感到心里踏实，因为做父母的总是愿意了解自己的孩子会有哪些行为。当然，我们的这些描述也有可能反而使一些家长更感焦虑，甚至是愤慨。好在绝大多数的父母都因为预先知道了孩子可能会出现的一些行为，而能够多多少少放松下来。这正是我们愿意看到的事情。

尤其让许多父母感到安慰的地方是，他们现在终于明白，孩子在某些阶段出现的一些“糟糕”行为，其实是一种“正常”行为。因为，别人的孩子也这样。

我们这一群人在阿诺德·格塞尔博士的亲自带领下，跟踪调查了孩子40多年，详细研究儿童行为的变化与发展。我们的研究始于当年格塞尔博士指导下的耶鲁大学科研诊所，也就是现在著名的格塞尔研究所的前身。

这些针对数千名儿童（一点不夸张）的不断学习和研究，使得我们坚信，人类行为的成长模式十分有规律。我们可以相当准确地预料出孩子在某种行为阶段之后将会是什么行为阶段。这里的行为，指的是能够表现出孩子的运动能力、语言能力、适应能力，以及与人相处的能力等各方面的行为。

我们的确能够很有自信地告诉你，**通常来说**，一个男孩子或者女孩子会在某个年龄出现某种行为特征。

但是，毫无疑问，没有哪个孩子可能是一个“通常来说”的孩子。正如我们在这本书里的第九章将要详细阐述的那样，**每一个孩子都是独一无二的个体，都可能从各个不同的方面有别于其他孩子，甚至包括和他或者她同胎而生的兄弟姐妹。**

因此，当我们告诉你，四岁孩子是张狂而可爱的，五岁孩子是沉静而内敛的，六岁孩子又是怎样怎样的时候，请你记住一点，这并不意味着**所有的**孩子都会在某个特定年龄段表现出某种特定行为来，而且都肯定或者应该跟我们的描述完全一模一样。

同样是发育十分正常的男孩和女孩，他们的行为成长既很可能比我们描述的进程时间表更快，也有可能比我们的进程时间表更慢，当然也很有可能不偏不倚，与其同步前行。不论孩子的成长是更快还是更慢，这都肯定不值得家长忧心忡忡。

不仅仅是每个孩子的成长进程快慢有所不同，而且其行为的和顺与不和顺的程度也相当不同。有些孩子不论在哪个年龄段，都十分招人喜爱，很善于调整自己，让别人觉得十分易于相处；另有些孩子则相反，不论家长多么懂得孩子、多么精心照料，他都有可能在整个童年阶段十分难以相处，甚至有可能在任何年龄段都十分不易相处。

有些孩子各方面的成长明显十分均衡，齐头并进。他们在各个方面的发育进程要么都提前，要么都延迟，要么都恰好跟我们的描述同步，这包括了他们的语言能力、运动能

力、适应能力，以及所谓的为人处事的能力。可还有些孩子却不均衡，比如有可能他的语言表达能力进步神速，而运动方面的能力却远远落后；或者很可能完全倒过来。

在这本书后面的章节里，我们将会详细阐述孩子与孩子之间的个体差异。但这却绝不是为了要让我们的读者因此而更加惴惴不安；相反，请让我们在这本书的一开始就再三强调，**我们对孩子各种行为的预期只不过是常规描述**，是对众多孩子自然展现出来的各种行为的一个概述而已。

我们不妨来打个比喻，把这本书里以及其他类似书籍的描述都比喻成一份地图，而且是你想要前去旅游的那个国家的地图。我们**能够**告诉你的是那个国家总的来说是个什么样子；但是我们却**不能够**告诉你，你的旅程将会是什么样子。你可能比其他游客走得更从容些，或者更匆忙些；也可能比别人看得更细致些、更周详些，甚至有可能会回过头去再看看。你的这份地图既不能告诉你你将会遇到什么，也不能告诉你你应该做些什么。它能够告诉你的只不过是这块地界的大致模样。

人们大多愿意借助于地图的帮助。许许多多的父母也愿意借助于我们所做的这份孩子行为描述图的帮助。因此，如果你愿意，请使用我们的行为描述图吧，我们很希望你能因此有了一个很实用的向导，就像许许多多的家长一样。只是，请你不要因为我们的常规描述跟你的孩子不太一样，就去指责自己的孩子不好，或者指责我们的描述不对。每一个孩子都是一个美好的、与众不同的独立个体。我们仅仅希望这本书能够帮助你，在孩子成长的各个阶段之中更加懂得欣赏他。