

(美国) 卡洛尔·凯 耶 丝

布鲁茨·格罗斯曼 著

白 金 译



幼儿家长手册

A PARENTING GUIDE FOR THE EARLY YEARS

YOU ER JIA ZHANG
SHOU CE

(美国) 卡洛尔·凯耶丝 著
布鲁茨·格罗斯曼 著
白 金 译

幼 儿 家 长 手 册

内蒙古人民出版社

幼儿家长手册

(美) 卡洛尔·凯耶丝 著
布鲁茨·格罗斯曼
白金译

*

内蒙古人民出版社出版发行
(呼和浩特市新城西街82号)

内蒙古新华书店经销 内蒙古蒙文印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/32 印张: 5 字数: 102千 插页: 2

1987年4月第一版 1987年5月第一次印刷

印数: 1-7,710册

统一书号: 7089·462 每册: 0.74元

序 言

教育孩子是一项严肃复杂的工作。完成这项工作应该具备一定的知识，需要进行认真的思考和缜密的计划，还需要虚心求教。

抚育孩子的过程，也是一个学习的过程。据我们观察，如果父母能够真正与孩子在一起共同生活，抚育工作大多都是有效的，而在这一过程中，家长也可取得经验，增长才干。

不少做父母的都可以证明，尽管抚育孩子的工作十分繁重，但是，它会给你带来很多乐趣。很可惜，现在有相当一部分家长不具备从事这项工作的能力。记得我们在以前合写的《成年人的任务——帮助孩子们成长》一书中曾说过：“今天的青年夫妇醉心于把小孩抬高到家庭中的核心地位，许多年轻的父母不想仿效从前他们父母的老样子来抚养孩子，正因为如此，家长对我们幼儿教育工作者的要求增加了，我们的工作越来越棘手了。”

在我们对家长进行育儿工作指导时，就曾遇见过这种情况。这些做父母的所关心的问题归纳起来主要有三点：一、孩子在生长发育期间需要一些什么；二、怎样提高科学育儿的本领；三、怎样了解孩子的需要，怎样和孩子建立感情。在本手册中，我们试图将这些做父母的所关心的问题论述清楚，从而帮助家长提高教育孩子能力。

虽然我们将举些例子，并且提出一些具体的建议，但这本手册并不是提供育儿知识的专用教科书，我们的主要目的是帮你承担一部分工作，从一个家长或者“候补家长”角度，

利用我们所了解的育儿原则和孩子生长发育的规律，帮助你制订提高孩子能力的方法。这些方法将有助于你对所见到的各种各样育儿建议进行比较和选择，从而胸有成竹地根据你的培养目标设计出方案。参照我们的建议，运用你已获得的评判力来进行择取；最后，你会形成一种同你的孩子相处的独有风格，这种风格比你所取得的任何经验都更自然、更可贵。

我们过去的著作主要是面向教师和儿童教育工作者的，而这本手册是直接给家长以及“候补家长”们看的。这不是我们的份外工作，而是儿童教育工作内容中的一个重要组成部分，因为父母是孩子一生中最早接触的成年人，可以说是孩子的第一任教师。

这本手册提出的建议和方法，曾经由在儿童保育中心任职的工作人员试用过，他们的工作相当于父母在自己家里抚育孩子的工作。事实上，不少看过我们旧作的家长，已经在家里成功地采纳了我们的一些意见，而且还希望我们补充说明怎样使那些原则和建议更易于应用到家庭中去，于是，我们产生了写这本手册的想法。

这项工作本身给我们带来乐趣，我们还期待工作的成果将会给我们带来更大的喜悦。

作 者

（注）：我们希望，在论述中用到“孩子”一词时，不会使读者发生“有性别歧视”的误会，所以，为讨论问题方便起见，我们决定在每一章中交替使用人称代词，即我们将不考虑孩子的确切性别，比如在某一章中用了“她”字，而在下一章中则用“他”字来代替，轮番交替使用“她”与“他”。

目 录

第一章 绪论	1
第二章 制订计划	4
一、增加了选择的余地	5
(一) 科学技术进步所引起的变化 (5) (二)	
人类能力的提高 (5) (三) 生活变化的增加 (5)	
二、制订一个能切实反映你的意旨的计划	6
三、人类生长发育的特点	6
(一) 及早的逗引能促进婴儿的智力发展 (7)	
(二) 孩子的依赖性 (8) (三) 孩子的独立性	
(四) 家长确定的培养目标对孩子产生的影响 (9)	
(10) (五) 社会需要对孩子的影响 (11)	
四、未来社会的公民应该具有哪些品质	12
(一) 灵活性 (12) (二) 协作精神 (12)	
(三) 自主性 (13) (四) 独立思考和独立解决	
问题的能力 (14)	
第三章 怎样根据小儿生长发育的特点来进行培养	16
一、注意个性差异	19
二、重视孩子生长发育的特点	20
(一) 摇篮时期 (22) 1. 哺乳阶段 (22) 2. 动觉	

刺激——重要的身体接触 (23) 3.视觉刺激——
 婴儿喜欢四处张望 (24) 4.一种区别“自己”
 和“别人”的意识 (25) (二) 蹒跚学步时期
 (26) 1.增加了机动性 (26) 2.说话的开端：
 “不”和“为什么” (29) (三) 学龄前幼儿 (29)
 1.生理特点 (29) 2.思维特点 (33) 3.心理特点 (36)

第四章 以身作则和正确认识自己.....41

第五章 培育方面的问题.....49

一、培育孩子提高自制能力.....50

二、孩子需要引导.....51

三、培育中要时刻不忘培养目标.....52

四、培育应达到的基本目标.....52

五、培育中应多做耐心解释.....53

六、多让孩子体验.....54

七、培育方法.....55

(一)“家长制”式的方法 (55) (二)“诱导
 式”的方法 (57) (三)“用爱感化”的方法
 (59) (四)限制行为的方法 (59) (五)“打
 屁股”(体罚)的方法 (61)

八、与孩子相处的艺术.....62

(一)言传身教 (62) (二)尽可能少立规矩
 (62) (三)避免唠叨和训斥 (63) (四)必要
 时做些让步 (63)

九、干扰培育的几个因素.....63

(一)过多地回忆自己童年的体验 (63) (二)想
 让孩子喜欢你 (64) (三)一切听凭孩子的需要

(64) (四) 受外来影响而改变标准 (65)

(五) 沿用父母用过的方法 (66)

第六章 与孩子进行心灵交流.....67

一、不同年龄阶段怎样进行心灵交流.....68

(一) 婴儿时期 (68) (二) 蹒跚学步时期

(69) (三) 学龄前儿童时期 (71)

二、一种坦率的心灵交流的方法——交谈.....72

(一) 表达的信息要明白易懂 (73) (二) 要根

据孩子的理解能力进行教诲 (73) (三) 形象的

示范 (74) (四) 不要说得太多 (74) (五) 用

自然的声调说话 (75) (六) 站在孩子的高度交

谈 (75) (七) 避免挖苦讽刺 (76)

三、耐心倾听孩子的话.....76

(一) 复述 (78) (二) 保持一种同意的态度 (79)

四、无言信息交流.....79

五、隐藏的心声.....81

第七章 通过活动发展孩子的智力和体力.....84

一、实际活动可以从家庭开始.....84

二、通过家务劳动增长才干.....85

三、怎样安排孩子和你一起干.....86

(一) 婴儿时 (86) (二) 进餐时 (87) (三)

擦洗时 (87) (四) 洗涤时 (87) (五) 买东西

时 (88) (六) 穿戴时 (89) (七) 沐浴时

(89) (八) 等候时 (89) (九) 乘车和远足时

(90) (十) “急救包” (91)

四、怎样和孩子一起做游戏和参加创造性活动

- (一) 讲故事 (91) (二) 玩水 (92) (三) 捏面人 (93) (四) 烹饪 (93) (五) 演戏 (94)
- (六) 音乐 (94) (七) 跳舞 (94) (八) 体育锻炼 (95) (九) 搭积木 (95) (十) 剪贴 (95)

五、注意事项

- 记住孩子的年龄特点 (96) (二) 灵活可变 (96) (三) 加入孩子的游戏 (97) (四) 为自己留一些时间 (97)

第八章 关于短途旅行和全家度假的安排98

- 一、在本地的游览98
- 二、较长路程的全家旅行101
- 三、旅行计划102
- 四、让孩子在筹划工作中得到提高105
- 五、重游105

第九章 怎样指导孩子看电视107

- 一、电视的局限性108
- 二、怎样指导孩子看电视111
 - (一) 培养良好的看电视的习惯 (111)
 - (二) 精心选择电视节目 (112)
 - (三) 培养孩子的批评精神 (112)
 - (四) 限制看电视的时间 (112)

第十章 不分性别地培养孩子114

- 一、从孩子一出生就开始做116
 - (一) 怎样装饰婴儿室 (117) (二) 怎样处理孩子的装束 (117) (三) 怎样爱抚孩子 (117)

(四) 怎样对待孩子的游戏和活 动 (118) (五)

怎样对待孩子表达的感情和意见 (118)

二、排除社会上的干扰.....119

第十一章 怎样做一个好父亲121

第十二章 单身父母如何抚 育 孩 子.....125

第十三章 双职工父母如何抚 育 孩 子.....133

一、出外工作的母亲和她的孩 子 的 情 况.....134

二、怎样既做好工作又照顾好孩子.....134

(一) 合理分担家务 (二) 合理安排时间 (135)

(三) 请外人帮忙 (136)

三、双职工父母需注意的问 题.....136

第十四章 怎样选择托 儿 所.....137

一、可供选择的托儿方 式.....138

(一) 请保姆到家里来 (138) (二) 游戏组 (139)

(三) 家庭日托 (140) (四) 幼 儿 园 (140)

二、选择适当的托儿方 式.....141

三、让孩子熟悉新的环 境.....145

第十五章 培育工作要争取社会的广泛 支 持.....147

第一章 绪 论

父母是孩子的第一任教师。这种教师是在一所特殊的学校——造就人的学校里做教育工作。这所学校没有统一的课程表，一切教育活动需要你自己去筹划。这所学校没有周末休息日，没有寒暑假，也没有工会组织，既不晋级也不加薪，而且在你的孩子成年（满18岁）之前，一年365天，你都要日日夜夜辛勤操劳。

我认为这项工作是最艰苦、最复杂、需要令人呕心沥血才能做好的工作，完成它，需要最大限度的耐心，同时需要具有育儿常识、知识、智慧、责任感和炽热的爱。这项工作可以说是人生最有价值并使人欣慰的工作。

当你的孩子呱呱坠地来到人间时，你作好一切准备了吗？第一次做父母的，面对刚出生的小娃娃往往会感到手忙脚乱，手足无措；抚育婴儿和看病所需要支付的高昂的费用，也会吓你一大跳。一个蹒跚学步的婴儿或者上幼儿园的孩子日常生活中常常有一大堆棘手的琐事，需要大人耗费相当多的时间和精力。年轻的妈妈由于整天和孩子在小家庭里过着与世隔绝的生活，同她的娘家、朋友之间的关系疏远了，年轻的爸爸则感到不知道应该怎样与他的小宝贝相处，仿佛自己在家中处于无足轻重的地位似的，夫妻关系也日渐疏远了。还有这样一种情况，做父母的认识到现今世界发生了变化，所以想采用一套与他们自己小时候所受的教育迥然不同的方

法来培养自己的孩子，但是，他们又沮丧地发现自己还是没有跳出前人的圈子；有的家长虽然有一些标新立异的打算，但又觉得这些想法毫无把握，做起来信心不足，他们希望得到别人的帮助，于是向各种书刊求教，精心收集各种各样的育儿经验。确实，有些书刊里介绍了很多育儿经验，诸如，怎样同孩子交谈，怎样训练孩子，怎样纠正孩子的行为，怎样成为一个经验丰富的家长等等，这些经验介绍可以在日报、大众化期刊上看到，甚至也可以从介绍装潢、烹饪的杂志里找到。那么，作为一个家长，怎样从这些众说纷纭的介绍中择其善而从之呢？

我们的看法是：在现今这个复杂多变的社会里，不可能有一个现成可靠而又简易的育儿方法供你套用，因为孩子们的家庭经济状况、家长的社会地位、孩子接受的教育以及周围环境各不相同，这些因素必然会造成孩子在成长过程中的差异。因此，在教育方式上不可能采用同一个模式。

尽管现在培育儿童的工作比过去更加难做了，但是在孩子能力的发展方面实际上存在着巨大的潜力，家长在育儿方面能力的提高也正在日益增长。

人类本身蕴含着巨大的发展潜力。刚出生的婴儿适应环境的能力很差，他们是如此娇嫩、软弱，但是孩子很快便能适应环境，他们的感知能力发展很快，在和成人以及外界的频繁接触中，孩子的语言表达能力、注意力、记忆力、想象力和思考力等也都逐步发展起来。在五岁之内，孩子的成长速度是非常惊人的。你会发现，如果你有意识地引导孩子锻炼动作的灵活性，促进他们语言的正确使用，并注意训练他们的思维能力，那么，孩子的体格和智力就会得到较好的发

展。可以说，在提高人的能力方面，外来帮助的作用，并不亚于人本身所具备的素质的作用。我们这样讲，并不是说依靠外来的帮助，就可以随心所欲地塑造一个人，一个孩子的成长，并不是任人摆布的被动过程，在决定孩子怎样成长的问题上，他们自己是主要的、起决定性作用的方面。心理学所指“成长”这一个词的概念是一个渐变的过程，也可以理解为“不断地打破平衡”的过程，你和孩子可能要经历周期性的烦恼，在烦恼过后，达到的是新的高度的平衡。家长不能抱有总和孩子欢欢喜喜相处的幻想，也不要把一时性的生气看成是自己教育失败的征兆。

在抚育孩子的过程中，做父母的并不需要放弃生活中的其它乐趣。实际上，作为父母，为自己保留一部分时间，并保持同其他成年人的交往，是完全必要的，把心思都扑在孩子身上是愚蠢的。

在孩子成长的过程中，需要给他尽可能多的自由，让他自己去探索，去发现，去跌交，爬起来再闯，不要对孩子求全责备，也不要让孩子一切都按你的意旨去行事。只有那样，你才会感到很轻松，并且从抚育孩子的工作中获得无穷的乐趣。抚育孩子有时是一件艰巨的工作，需要仔细和耐心，还要能够灵活、有效地控制自己和纠正自己所犯的错误，但是，帮助孩子成长的过程，也是提高自己能力的过程。这项工作不会是：“竹篮打水一场空”的，它会使你终身受益，并且津津乐道。

第二章 制订计划

培养孩子和旅行一样，你可以不看地图而仓促出发，这样走，迷路的危险比较大，如果按照一定方位、路线图去旅行，那就要好得多。但是，有些人虽然有计划和地图，却没有严格地去执行，那么，迷路的危险也仍然存在。

当然，为孩子选择人生道路，和旅行不完全一样，在制订计划时要留有余地，并允许走回头路，乃至改弦易辙。我们在这里提供的一些意见，也许可以帮助你较有把握地引导孩子踏上人生的旅程。

过去同现在不一样，那时，并不是每个做父母的都面临着怎样为孩子选择人生道路的问题。因为在很长的历史时期内，孩子的发展方向是“命里注定”的：只有一条道路可走。宗教信仰、民族习惯和家族影响等等传统，明确地告诉父母，“好人”的标准应该是什么样的，孩子应被塑造成什么样子。即使父母或他们的孩子中途迷了路，大量来自亲友、教师以及社会的帮助，也会把他们赶上“正道”，因循老路走下去。

现在，宗教与民族习惯之类传统势力的作用已大不如前了。今天培养孩子的工作受到一些新出现的因素的影响，于是，做父母的变成了在这一工作中起决定性作用的角色。

一、增强了选择的余地

做父母的现在有更多的选择余地了。一来由于个人和家庭的机动性增加了，父母可以因为工作调动、做买卖、或接受教育而迁居他乡（甚至可以到一个社会制度不同的国家去居住）；二来妇女走出家门就业的机会大大增加了，这也对家庭产生了深刻的影响。为了适应这些变化，你在培养孩子时，制订一个计划，哪怕是暂时性的，也是十分必要的。

（一）科学技术进步所引起的变化

许多过去由人类完成的工作，现在已能让机器来承担。在制造业、医疗和现代生活等都不断出现新的成就，甚至在广告、服装式样、风俗以及音乐方面也出现了可喜的变革。而与此同时，传统的习惯势力仍然是社会变革的阻力，对人们的行为起着缓冲作用。

（二）人类能力的提高

在美国，做父母的看来格外关心的是发展和完善他们的孩子的独特的能力。许多家长对孩子的关心不再局限于为他们谋求一个有保障的职业，或是寻找一门好亲事了。目前家长们更喜欢帮助孩子们认识他们自身的能力。

（三）生活变化的增加

在人的漫长的一生中，单独生活的时间大概要比婚后生活和工作的时间少得多。再有，一个人一生中可能要从事多种职业，有的也许结几次婚。

二、制订一个能切实反映你的意旨的计划

由于各种原因，有的家长在抚育孩子时是毫无计划的。不少做父母的不知道应该怎样干或干些什么。有些家长只注意在物质生活上满足孩子的需要，却错误地把它认为是抚育工作的全部内容。还有一些人认为，人的聪明才智是先天赋有的，后天的教育是可有可无的。再有相当一部分家长则完全从兴趣出发，把孩子当“玩意儿”似的任意逗乐。

我们主张有计划地培育孩子。当然，计划不是一成不变的。重要的是在制订计划时，要灵活地考虑孩子的生长发育情况、你本人的意旨以及你本身具有的能力。你的周围肯定会有亲友们数不清的忠告和建议，你应该善于从中选择出对你的孩子的实际情况有用的建议。我们认为，最基本的原则是：育儿计划应该反映出你的意旨，同时又符合你的孩子的特殊情况。另外，为了使你的孩子在当今和将来的社会中成为第一流的人才，一个很重要的前提就是要充分保证他在儿童时期能够健康地发育成长。这一点，在制订计划时请你务必不要忘记。

现在我们来了解一下，怎样把人类生长发育的一些规律用到你培养孩子的计划中去。

三、人类生长发育的特点

人类孩子的成熟期比其它动物长得多，这也就是说，人类的婴儿要比其它动物的幼崽对父母的依赖时间长得多。你

注意过吗？你所喜爱的动物幼崽长多少天便成熟了？沙土鼠的婴儿刚生下来时没有毛发，紧闭双眼，但过不了几天就会满地乱爬了，几周之后，它们的个头便会增长三倍，披上毛皮“外套”，在它们的小天地里悠然自得地散步了。用不了几个月，它们自己也当上爸爸妈妈了。沙土鼠的幼崽只是在刚生下的很短一段时间里需要依赖父母，不久就学会了四处乱跑，能吃固体食物，动作也逐渐协调灵活起来。这时，它们就不再依靠父母了。那么，小沙土鼠的父母是不是也需要为它们的孩子制订练习计划并加以训导呢？看起来好象是这样，实际上，动物是按照它们的生长发育规律自然生长起来的。但人类却没有什麼天然的计划可以遵循，而且比其它动物发育的速度要慢得多。

人类的婴儿尽管刚出生时很柔弱，依赖性很强，但不出三年，孩子的智力、感情以及体格等方面都会有很大的提高，他们的运动技巧、会话能力、思维能力以及交流感情的能力会迅速地发展起来，我们在制订幼儿早期教育计划时必须把这种现象认真地考虑进去。

在下一章里，我们还将对生长发育问题加以详细的论述，为了说明人类生长发育的特点和育儿的密切关系，这里，我们举几个例子。

（一）及早的逗引能促进婴儿的智力发展

许多心理学家和教育家注意到：小孩子，那怕是婴儿，都具有学习的能力。例如，波顿·怀特指出，几周的婴儿对于他们看得见的逗引会做出反应。他还注意到：如果把引起婴儿注意的物品放到他的眼前，婴儿会盯着看，物体移动时，