

(台湾) 枳园 编译

怎样教育零到六岁的 孩子



JIA TING JIAO YU CONG SHU

怎样教育零到六岁的孩子

(台湾) 枳 园 编 译

福建少年儿童出版社

一九八七年、福州

怎样教育零到六岁的孩子

(台湾) 枳 园 编 译

福建少年儿童出版社出版

(福州得贵巷27号)

福建省新华书店发行

福建新华印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 6.5 印张 165 千字

1987年9月第1版

1987年9月第1次印刷

印数: 1—27330

ISBN 7—5395—0029—8/G·27

书号: 7367·102 定价: 1.15 元

编者的话

从出生到十八九岁是一个人成长的重要阶段，人的生理和心理的成熟，几乎是在这一时期完成的。因此，了解这个阶段中不同时期的特点，掌握教育子女的具体方法和措施，对父母来说，是至关重要的。

台湾枳园、汴桥编译的《怎样教育零到六岁的孩子》、《怎样教育六到十二岁的孩子》、《怎样教育青春期子女》是一套较完整、较系统地介绍各个不同时期孩子成长特点、需要以及父母应给的具体指导和帮助的家庭教育丛书。作者在编译这些书时，广泛地阅读了国外最优秀的家庭教育书籍，并采其精华之处，融入作者的观点，因此，这套丛书具有较强的针对性和实用价值。

但是，该书也有其偏颇之处。由于大量采编了西方、特别是美国家庭教育的理论、经验，这套丛书中的某些观点不太符合东方、特别是我们社会主义中国的国情，如书中对伦理道德、生活习性、兴趣爱好的教育都有许多片面、不足之处。其次，该书重生理教育，轻心理教育；较注重孩子的健康成长，对于如何从小陶冶孩子的性情，培养美好的情操和高尚的人格探讨得很不够；由于国情不同，即使在心理教育中，教育的准则，培养的方向也有所不同甚至大相径庭。

由于上述原因，我们对书中一些章节作了删改、处理，希望能得到作者的谅解，也希望年轻父母在阅读中加以思考与辨析。

目 录

第一章	母亲的感受.....	(1)
第二章	婴儿期 (从出生到走路)	(9)
第三章	学步期.....	(37)
第四章	第一少年期 (一)	(57)
第五章	第一少年期 (二)	(77)
第六章	学前儿童.....	(101)
第七章	孩子的管教.....	(131)
第八章	孩子与暴力.....	(156)
第九章	学习自家庭开始.....	(164)
第十章	如何为孩子选购玩具、图书及唱片.....	(187)
第十一章	最后几句话.....	(197)

第一章 母亲的感受

大部份儿童教育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课题。一直到你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——它就在你面前！一天二十四小时，绝不会离开。

这是一种艰难的适应。你过去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了许多年轻的妈妈，而这责任又是如此突如其来地加在她们肩头的，也难怪许多母亲都会感到手足无措了。

许多小事情都会使无主见的新妈妈忧虑，她对新生的婴儿了解得太少，不知如何解释会发生那些不同的事情——如果婴儿睡得很熟，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常常打电话向家庭医生请教的原因吧！

这种不知如何是好的感觉，最糟糕的是怕告诉别人。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，因而，她宁愿死也不肯向别人承认自己的这种感受。其实，如果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，不过应该告诉他们，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地照顾其宝宝，所以他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。她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，有关婴儿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，另一种使新妈妈烦恼的感受是愤怒。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说的那样：“我没想到是这个样子！”

现在，新妈妈的整个生活就是绕在摇篮的旁边。显然的，她感到气愤。不幸的是，没有人对这事实有所准备，而她也会因之自觉愧疚，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完全正常的，过一段时间，待新母亲对这种新责任习惯了，这些气恼感就会消失，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。照顾小宝宝的责任百分之百地落在她一个人肩头。面对着这种情况，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，这是随着婴孩的诞生而产生的，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责

任，你该觉幸运，用它来驱逐你那些不称职感与愤怒感吧！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诚地谈论这些感受，你就不会感到整个负担都在自己肩头上，这本身就是一种解脱呢！

记住，数千年来，母亲们都要设法克服“不称职”与“愤怒”这心理上的双生巨妖。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，只要你能坦诚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形成的沼泽地，并且很快会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扮演的角色，当然，其间，还有很多有关新生儿的事有待你去学习。

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！”

在这时候，她自然会忘记了自己还有常识。于是她无助地去请教专家，如果家庭医生不能立即予她启发，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——不能胜任、痛苦、愤怒。每个妈妈都会有这些感受！

渐渐地，你会发现你的宝宝并不象你所以为的那样脆弱，数千年来，宝宝都能设法在妈妈的手足无措中成长起来，你的宝宝自然也能。

新妈妈从医院回来后的几周里,有个亲戚或佣人来帮帮忙是最好不过了。不过,不管怎样,这段历程还是要你自己走的,每个新妈妈都要在宝宝的前几个月里经受这番“洗礼”,没有人能代替她。

邻居太太不是专家

与别的妈妈谈谈,发现她们也这样感受是有助益的。那样,你就不会觉得那么孤独了。因此,和她们谈谈,不但和新母亲,也可以和有经验的母亲谈。不过,谈归谈,却不要把她们视为专家。很多新妈妈常常犯这错误,张妈妈这样说就这样做,李妈妈那样说就那样办。可要注意,把她视为心理支持可以,千万不可把她视为专家。还要记得,你的宝宝是一个与任何人都不同的个体,对李妈妈与她的宝宝管用的办法,对你的宝宝可能根本无效。

待你有了更多的经验,你的信心增加了,你会更舒服地抱他,更轻松地喂他。待他过了两个月时,你会确信他会活下来的。

与众不同

你的宝宝跟谁都不一样。这将是个体我无法过于强调的主题,在这本书中,我会一再强调。

在这世界上,没有哪个婴孩的指印会与你的宝宝相同,而不管在心理方面还是生理方面也是如此,过去没有人与他一样,将来也不会有。

让我举个例来说明:假如世界上的婴孩各有其不同的颜色,不会有两个婴孩的颜色完全一样。当然,会有相似的情

形。

- 我如此强调婴儿的个别差异只是想告诉你：书本上所提出的一般性的儿童发育情况不会完全符合你的宝宝。所以，如果你的宝宝或他的行为不能吻合这些情况时，不要大惊小怪，骤下断语，就认为自己的宝宝有什么地方不对劲了。他有他的饮食、睡眠习惯，随他去，不要强使他符合你从书本上得来的原则。

每一个婴儿都在生长中谱写他自己的发育史，随他去，每个孩子都有其个别的典型，这典型是与生俱来的。就象我的三个小家伙，就非常不同，自很小就显示出这种差异。

我希望你停下来想一想，全世界没有哪个与你的宝宝一样，这是多么奇妙的一件事呀！他是独一无二的！假想毕加索特别为你绘了一幅图画，是独一无二的一幅图画，你会不赞赏它、珍惜它吗？不过，这仍然比不上你那如此安详地在摇篮中的小宝宝的与众不同。

不过，不要由于我这样说，就想到这种个别差异使你这样做妈妈的毫无作用。正相反，他需要你帮助他发挥其个别差异，他自己办不到。在发展的过程中，他时时都需要你的鼓励。在这本书中，我要帮助你，使你的宝宝发挥其所有的潜力。

孩子一出世你就该开始尊重其个别差异，如果你在他幼时能接受他独特的饮食与睡眠习惯、以及脾气，在他发育的各阶段，接纳他个别的生活方式也会容易些。

事实上，不管你愿不愿意，他都会成长为一个与众不同的人，干涉他的精神生活就等于阻碍他的发育。不过，无论如何，他还是他，你费尽心机想使他依照你的方式生活，只

不过使他成为一幅缺少自我的讽刺画罢了。当然，在其内心深处，仍然有他自己的本性存在的。

如果你放弃依照你的模型来改造你的孩子的企图，你会轻松得多——任他自由发展吧！

这本书中主要的主题就是你所能够给予你的宝宝的最大礼物是让他自由发展。他有他自己的特色，给他保有自己的特色的自由吧！

孩子的发育阶段

在我还未谈到孩子的情况与保育的方法之前，容我先提一提孩子的发育阶段。

所有的婴孩都要经历各种不同的发育阶段，这是近四十年来行为科学家们的基本发现之一。

五岁前的发育阶段比以后的更具有显著的差别。譬如说，一个孩子在两岁至三岁间的差异远比八岁至九岁间的大。

每个孩子都要经过这些发育阶段，不过各有各的走法，所花费的时间也不一致。同一种发育阶段，有的孩子需要一年，有的孩子五六个月就可走完。

我想强调一点：发育是急不得的，不能催，也不能逼。他以其自己的速度来走，没有人能更改。

每一发育阶段都有为下一阶段铺路的作用，就象盖房子，地基的牢固与否可决定第一层建筑的好坏，第一层又会决定第二层。孩子在周岁时的发育情况可以预言出在两周岁时的情况，从两周岁时的情况又可推断出三岁时的情况，以此类推。

在五岁以前的各个发育阶段是最重要的。以盖房子来说，

这五年是地基，在这五年中，你的孩子已形成了其基本个性，形成其基本个性的主要因素是“自我意识”。所谓“自我意识”即一个人对自己的看法，它就象一张精神上的地图，他的行为全靠这张地图的引导。他在学校里的学习情形以及以后的处世做事都与之有关。

最近，我曾对一个十二岁的男孩做智力测验，其中一部份是拼图，他试了试，很快地就放弃了，他说：“太难了，我不会。”——他的自我意识告诉他如果事情很难做，就放弃。

有些孩子从他们的自我意识中所看到的自己是这样子：

“我是个好孩子，我很可爱，我能试做新事物而且有所成就。”这些孩子不管在学校里，还是在家里都不会使人操心、讨厌，而且能够学到很多的事物。

不过，也有的孩子这样看他们自己：“我不怎么好，我不可爱，我什么也不能做，从未做过的事更不用说了，试了也没用，因为根本不会成功的。”这些孩子不管对自己还是对别人来说，都是伤脑筋的问题，在学习上会遇到重重困难。

你孩子的自我意识将是我这本书的重点。我会指示给你，在婴孩期孩子如何开始形成其自我意识，然后在前五年中如何逐渐发展。同时，我也会教你如何帮助你的孩子培养一个健康、强壮的自我意识。

第二章 婴儿期（从出生到走路）

你宝宝的自我意识一出世就开始形成了。

姑且把自我意识视为一副眼镜，在宝宝成长到六岁间的四个发育阶段中，每个阶段你的宝宝都会为这副眼镜加上一层镜片，互相重叠在一起。

让我们来检查一下第一层镜片：这是从出生至会走路这阶段所形成的。大部份婴孩需要一年，有些走路早的孩子有九个月就够了，有些走路晚的可能需要十六个月。有些妈妈凝视着自己的宝宝，可能说：“没有什么值得注意的嘛！婴孩毕竟只不过是婴孩，整天只是睡觉，醒来喂喂他，尿布湿了换一换，洗洗澡，如此而已。他还太小，不能学什么，以后他会坐、会爬、会在游戏栏里玩；可是现在，他还太小，不能学什么！”

这些妈妈可说是大错特错了，你的宝宝非但不是太小不能学习，而是自出生那一刻起就开始学习了。他的自我意识之镜在他还没睁开眼睛之前就已开始形成了。

在这阶段，你的宝宝所能获得的事物中最重要的即是他对生命的观点。就婴孩的看法来说，他正在形成其人生哲学——他对活着的基本感受：可信赖的、是快乐的，或不能信赖的、不快乐的。

你的宝宝是否会形成一种信赖感，全赖你为他设置的环境，而环境将是他用来观看世界的镜片的一部份；如果在第一年中所形成的镜片是乐观的，他会成长为一个乐观的人，如果镜片是悲观的，他也将成为一个悲观的人。

第一年是相当重要的，比以后任何阶段都重要，因为婴儿完全仰赖你为他布置的环境。当他会走路后，他就有较大的能力来控制自己的环境了，待会说话了，情形更好些了，可是婴孩时却是一点办法也没有，全看你的摆布了。

你需要为你的孩子布置怎样一种环境？你需要怎样做才能使你的宝宝充分发挥其潜力？

如果宝宝的基本需要都得到满足，他的潜力就会得以充分发挥。因此，让我们先研究一下他的基本需要。

第一重要的是宝宝的饥饿，就这一点，我们不妨把他视作一张口与一个胃。他的饥饿是相当剧烈的，需要马上满足的。一个月大的宝宝，饥饿的痛苦使他醒来，吃饱之后马上入睡，直至再次感到饥饿时再醒来。

如何处理这饥饿的问题？很简单。喂他就是了。听起来好象很简单，事实上也很简单，只是社会上莫须有地把它弄复杂了，把一桩原本母子之间非常简单的过程弄得复杂了。

按时喂还是饿了就吃？

在二十年代或三十年代，很多人都认为尽早给婴儿或小孩训练是好的。在他们眼中，这训练中包括了起居规律化，于是，婴儿多是三、四小时喂奶一次，而这种硬性规定，严重地违反了培育心理健康的儿童的基本原则：尊重孩子的个别差异。

每个孩子都是与众不同的个体，有其个人的耐饿时间，我们怎能规定出一个能适合所有婴孩的时间表？不管四个小时喂一次，还是三个小时喂一次，都不会是合适的。

如果按照严格的时间表来喂孩子会怎样呢？当他感到饥饿时，就受到了挫折。婴孩的饥饿是一种全然耗尽的状态，饿了就是饿了，不是可能饿了。他需要的是食物，我们成年人很少这样饿法的，也许这样说会使你感受到这种饥饿的滋味：要一个婴孩等半个钟头再吃，就好比让我们大人等三天！

婴孩是不懂礼貌的，当他饿了而你又不喂他时，他以他唯一的方法来提醒你的注意：哭。喂奶的时间越推迟，他的哭声愈大，好象在说：“这是个什么世界？我在这里一直哭，告诉人们我饿了，可是没有人来喂我！”时间久了，他的哭声不再只是大声的要求，而转为愤怒的呼号，好象说：“我气死了！我恨你们大家，也恨这个鬼世界，你们都不注意我！”

如果常常如此，他就知道了无论怎样哭也是没有用的，不会有人来喂他。结果怎样？他可能气恼，也可能变得淡漠、无精打采，他放弃了满足自己需要的企图，他已学会了压抑自己的愤怒，取而代之的是一种可怕的退缩。不管他是继续愤怒，还是淡漠的退缩，他所得教训是一样的：对生命的不信赖。你能怪他吗？对他来说，生命就是挫折与可恨呢！

终于，我们的社会觉醒了，看出按时喂奶的缺点，越来越多的医生推荐“饿了就喂”的喂奶法，使用这方法的妈妈也愈来愈多了。这种喂法是建立在常识与显而易见的事实上的——让孩子告诉你该何时喂奶，让他以醒来或哭声来告诉你他饿了。

很多妈妈，当孩子长大一点时，就为孩子的饮食问题搞

得焦头烂额，其实，以心理学的观点看来，这完全是多余的。几乎所有的饮食问题都是由于违反了孩子饥饿要求的心理压力造成的。不过，父母们毕竟有一个生理上的同盟，那就是孩子的饥饿。如果我们能尊重孩子的个人需要，而且设法适时地满足它，该不会有所谓饮食问题发生的。

父母应该从孩子一出生就尊重其个别差异，这是极为重要的。可是事实却不然，下面所举的实例真是屡见不鲜：孩子在一个多钟头以前才吃过奶，已经睡着了，可是又醒来哭个不停。母亲会想：“天知道他为什么哭！才吃了一个半钟头，不可能饿。”——她怎能知道？她又不是他肚子里的蛔虫，怎知他饿不饿？他何以不会饿？（在这方面，原始民族的母亲确比我们聪明，因为每当孩子哭时，奶头就送上来了。）

所以，当你的宝宝哭时，先喂给他吃。如果他往外吐奶头或表示出不吃的举动时，你就可断定他的哭并不是由于肚子饿，而是由于别的原因。

帮助你的宝宝对自己与世界有一种基本的信心——坚强而健康的自我意识之基本的方法，最重要的即在他饿了时就喂他。饿了就有得吃的孩子会这样感受：这是个美好的世界，被喂奶真舒服，我喜欢妈妈温暖的怀抱，更喜欢在妈妈温暖的怀抱里吃奶，这世界是一个安全又使人满意的地方，因为我一表示自己饿了，就有人来喂我，我知道一切都会很好的。

夜里不睡怎么办？

婴孩的第二个基本需要是温暖。这一点倒无须赘言，因为百分之九十九的母亲都不会冻着她们的宝宝的。