

婴幼儿教养指南

当代家庭文化丛书

【美】卡罗尔·凯斯 布鲁斯·格罗斯曼著

胡和平译 关前进校

黄山书社



PDG

译者的话

儿童教养是每个父母的切身问题。教育好子女有其艰巨性，更有着十分现实的重要性。孩子能否健康地成长，不仅直接地影响到每个家庭的利益，而且也影响着我们社会的素质。“十年树木，百年树人。”孩子们的成长发育是一个循序渐进的长期过程，不是一蹴而就的。在这个过程中，父母要耗费大量的心血和智慧。同时，家庭教育问题是复杂的，它不仅是一门科学，而且还是一门艺术。

年轻的父母们都热切地期望子女能健康地成长，能成为“有出息”的人，饱含着对子女的亲亲之爱。但是事实上仅有良好的愿望是不够的，还需要付出艰巨的努力；光是付出努力也是不够的，还要有正确、奏效的方法。子女的成长与父母的成长是分不开的，因为这是一个相互作用，相互影响的过程。所以，父母们应该不断提高自己各方面的修养，以提高对孩子的教育水平，只有这样才能促进孩子们健康地成长。

有调查表明，有一些父母过于溺爱孩子，对孩子百般娇宠；有些父母采取家长制管教法，对孩子动辄施之以罚；有些父母只注意孩子的身体需要，而忽略了他们的情感需要和智力需要；也有些家长采取“任其自然”的态度，或者是撒

手不管，不闻不问，也有些父母对新生儿的降生，感到茫然不知所措，无所适从。……这些片面、极端的现象之所以产生，我们觉得其关键在父母自己没有科学教育子女的头脑，并且缺乏经验和指导，不懂得教育孩子的艺术。

我们译著这本《婴幼儿教养指南》正是想帮助父母们解决这些问题。

正如本书原作者所说，此书不是给父母们提供面面俱到的选择，而是旨在强化其教育意识，得以从中萌悟出自己的真知灼见。

这本书包括的内容很广泛，涉及到孩子多方面的需求，对儿童抚养、教育的方法和准则，父母的工作和家庭生活诸问题，作了详尽的阐述。这些独具匠心的见解是作者的智慧和多年实践的总结。读者从中可以得知，父母对孩子的明智的言传身教和亲亲之爱，应该有机地结合在一起。读者还可以从中领略到西方的家庭教育方法。

如果读者能从中得到智慧的启迪，那正是我们所期待的。

当然，此书所提到的一些做法，我们目前尚难达到，但它们可以被看着是我们的努力方向，至少我们可以引为借鉴。

在此，我要衷心地感谢关前进老师的鼎力相助。她为此书修饰文字，校订疏漏，并作最后的定稿。此书的诞生与她的不懈努力是分不开的。她严谨的治学态度更令人崇敬。由于译者水平有限，难免有疏漏传说之处，至诚地希望读者提出宝贵的批评、建议。

胡和平

1990.4.5.

原著前言

我们之所以把这本书取名为《你的孩子，你的抉择》(译稿改名为《婴幼儿教养指南》)，是要强调这样一个事实：做父母是件严肃认真的事情，仅有良好的愿望是不够的，它要求信息灵通，仔细思考和周密计划，此外，它还需要谦虚好学。实际上，这是一个不断学习的过程。正如我们所观察到的，在这个过程中，只有当父母能真正和孩子们共享生活，并且能进行自我完善的时候，才算尽到做父母的责任。

许多父母都会感受到，虽然尽父母之职不很容易，但它仍然是一种极大的快慰和满足。但是，大多数父母，据他们自己承认，对尽父母之职没有作充分的准备，我们在前一本书*中曾指出这一点：

今天，年轻的夫妇从他们自己的家庭中独立出来，单开门户，自己喂养幼婴的可能性较大。许多年轻的父母，不愿仿效他们的父母以前教养他们的方式，并且，孩子们受教养的环境变得日益复杂而不稳定。

• 指的是1978年由Avery Publishing Group出版的《帮助孩子成长：成年人的作用》。——译注。

在我们对父母问题的研究中，由上述条件产生的一些值得注意的问题是显而易见的。这些值得父母关注的问题是：①进一步了解孩子们成长过程中的各种需求。②掌握解决问题以及控制家庭环境的建设性技巧。③在和孩子相互作用的过程中，应充分意识到自己的各种需求和情感作用。在本书中，我们鼓励父母和孩子们一起成长、完善，同时也力图阐明做家长时应注意的这些事情。

尽管我们确实提出了一些事例和较具体的建议，但这本书并不专门向父母提供教养孩子的意见。我们主要的目的是让已经做父母的以及未来的爸爸妈妈们，了解教养孩子的准则和孩子成长过程中的信息。我们曾把这些准则和信息集撰成册，题为《喂养幼儿指南》。了解这些准则和信息，会使你分清良莠，并形成自己的教养子女的决策模式；把这些建议和你自己的价值观及人生观有机地结合起来，你将会创造出适宜于孩子的个人风格，这比起你所得到的任何“灵丹妙药”，都来得自然，更富有实效。

在上本书中，我们花费了大量的笔墨，给教师及有关的教育工作者们提供参考意见，这一本书则是针对孩子的家长或未来的爸爸妈妈而言的。这不仅是我们工作合乎逻辑的延续，而且也是至关重要的一环，因为父母是出现在孩子生活中的主要成年人。

在这本书中，我们所提供的建议和方法，不仅对于那些从事儿童看护保育工作的人适用，而且同样也适用于在自己家里教养孩子的父母亲。事实上，许多看过我们上本书的家长，在其自己的家里，运用了其中的某些建议，取得了良好的收益，因此，他们要求我们把这些准则和建议进行改编，

使之更适宜于家庭环境下的儿童教育。

我们非常喜爱这项工作，同时希望你们能受益于这项工作的成果。

（当我们在此要涉及到讨论“孩子”的性别时，我们尽量做到不分性别，为此，在处理好这个问题时，我们决定改变每章所用的代词，即当我们提到一个不明性别的孩子时，这一章也许用“她”，而另一章却用“他”。）

目次

译者的话	(1)
原著前言	(1)
第一章 导言	(1)
第二章 制订计划	(5)
第三章 你的孩子是怎样成长的	(17)
第四章 认识自己与你的价值观	(44)
第五章 “训导”诸方面	(58)
第六章 与孩子交流沟通	(79)
第七章 和孩子进行实际而富有创造性 的活动	(99)
第八章 短程旅行和家庭假日的 设想与安排	(118)
第九章 电视, 慎重地处置好	(131)
第十章 非性别歧视的抚养法	(138)

第十一章	富有合作精神的父亲·····	(147)
第十二章	单亲家庭的孩子抚养问题·····	(153)
第十三章	参加工作的父母·····	(163)
第十四章	儿童护理服务的寻找与选择·····	(168)
第十五章	父母的倡导·····	(180)
原著后记	·····	(1)

第一章

导 言

天下的父母们，一直在世界上最艰辛的学校——培育人的学校里辛勤耕耘……这项工作，很难找到学校培训，也没有统一的课程安排。这些，你必须自己去努力弥补。这学校没有节假日，没有组织机构，也没有应子的晋升或报酬的增加。你在一年365天中，一天24小时里，都在忙碌，至少是随叫随到。为自己的每个孩子，你至少要花费18年时间。

我认为这是世界上最艰辛、最复杂的工作，蕴含着焦虑和烦恼，需要付出大量的心血和汗水。它需要极大的耐心，广博的见识，极强的责任心，也需要幽默、风趣、机智、爱抚、智慧、悟性和学识。同时，这项工作可能成为你一生中最有价值、最快乐的经历。*

一个小生命哇哇坠地，这意味着什么呢？我们对随之而来的生活上的变化、责任的增加作了充分准备吗？如果这是第一个孩子，年轻的爸爸妈妈们将会惊讶地发现自己对此一筹莫展。一个新生儿多令人费神！他们本以为怀孕的几个月

* 摘自 Virginia Satir 所著 Peoplemaking 一书。

和分娩是最难熬的，没想到随着孩子的降生而来的工作、社会生活和性生活的紊乱会给自己带来那么多怨恨。他们也许对孩子的费用感到吃惊，也不知如何支付这笔开销。

从幼婴到蹒跚而行，到学龄前，这段时间要花费父母大量的时间和精力。这个时期，孩子们什么问题都会出现，有时甚至很棘手，给父母招来各种各样的麻烦。在一些家庭中，呆在家里带孩子造成的与世隔绝，对于年轻的父母来说是一个难题，因为年轻的妈妈也许远离自己的家庭和朋友，而年轻的爸爸也许感到被遗忘了，或者压根儿就不知道如何和孩子亲近。今天的许多父母，不再象往常那样和自己的家人组成一个大家庭，在那样的大家庭中，他们有机会和孩子进行广泛的交流，并使孩子们得到关照。

此外，父母认识到时代不同了，希望用完全不同于自己所受教育的方式，去培育自己的子女。然而，他们发现自己仍滑入老一套，或者不能作出明确的抉择。他们有时感到难以胜任，希望能得到更多的忠告。确实，有许多如何养育孩子的忠告从四面八方云涌而来；对于如何与孩子交流，如何约束他们，如何调节他们的行为，如何作一个尽职尽责的父母诸问题，就有许多著作可供参阅；有些日报及通俗杂志辟有忠告专栏，甚至连专登装饰技巧和食谱的报刊杂志，也有这类栏目。但是，作为父母，怎样才知道应采纳哪一条意见呢？

我们认为，尤其在今天这样复杂多变的社会中，哺育子女是没有“万全之策”或“简易方法”的。当然，有的孩子就是比其他孩子易于抚养。在孩子的成长过程中，有许多外界因素冲击他们及其家庭，例如：经济条件，社会环境，学

校教育，其他孩子的影响，这些都必须考虑到。

虽然，尽父母之职，比起以往或许更加任重而道远，但是同时，在许多方面，它又给父母和孩子的成长，提供了巨大的潜力。

象现代心理学家们一样，我们以一种积极的发展眼光，把注意力集中在每个人都具有的发展潜力上。心理发育是一个渐进过程，它必然导致悟性的脱颖而出，发展、探索与创造的个人自由意识的提高。至于孩子本身，我们一开始侍弄的是一个无助的小家伙，不久他便通过学习辨识，学习记忆，学习协调自由的动作，学习说话，来对环境、对身体发育中的各种力量作出反应。头五年里，孩子的成长速度是相当惊人的。你自己会看到，儿童的好动性、语言的发展，以及推理能力如何渐渐使孩子变得更加独立自主。尽管人的发展潜力势不可挡，但没有外因的涉入，这种发展是不可能产生的。讲外因的涉入，并不是不管孩子的意愿。这种成长过程不是被动式的，孩子自己起着主导作用。尽管这种观点是乐观的，而事实上，从发展即意味着变化这层意义上说，平衡状态随时都会被打破。在不断地达到更高一层平衡状态的过程中，你和你的孩子会体验到周期性的不适应。父母和孩子都别指望总是幸福美满，也不应该认为不愉悦就一定是失败的征兆。

在这个过程中作父母并不意味着必须放弃你们生活中所有其他方面的快乐。实际上，父母给自己生活留些余地，保持与其他成年人的友谊，对自己及子女都是有益的。将自己全部奉献给教养孩子的事业，并不是理想的做法。随着孩子渐渐长大，他们要求有更多的自由去探索，去发现，去犯错误，去再尝试。如果你不是一味追求尽善尽美，不是一切都

按你的旨意去做，你会感到更轻松愉快。使孩子顺利成长，有时是很艰辛的，这需要关怀和耐心，也需要灵活性和承担自己错误的勇气。但是，帮助你的孩子成长也使得你通过与另一个人的相互作用，获得成长的机会。结果会证明你所做的是最令人兴奋的，也是最值得做的一件事（除了最令人灰心丧气的时候）。

第二章

订制计划

抚养一个小孩，就好比作一次旅行。在没有线路图的情况下，也可以作一次旅游，但这样做，迷路的危险性是相当大的。要是你有一个大致的方向，或者有一个到达目的地的指南图，误入歧途的机会就少一些。当然，即使你有计划，也带了线路图，如果一味依赖它们，便会同没有它们一样危险。

我们不想把这个类比扯得太远。选择一条生活道路，尤其不是选择自己的生活之旅，需要保持灵活多变，必要时，还要考虑到不可避免的“走回头路”现象，在方向上，作戏剧性的改变。我们认为，遵循一个计划，并在执行中不断加以修订，这比没有仔细考虑该怎样走，就踏上这条重要的人生旅途，更有可取之处。

对于每位家长来说，过去从事这项工作，也许不必象今天这样做。那时，如何抚养孩子是预先决定好了的——只有一条路可走。宗教和其他的传统——比方说民族习俗和家庭的影响——清楚地告诉父母们，什么样的人才算“好”，以及怎样才能把孩子培养成这样的人；如果父母和孩子们迷失了方向，他们的亲朋好友、社会同仁、牧师们会伸出援助之手，并提醒他们该怎么走，把他们引入“正确的轨道”。

今天，这些宗教和民族习俗等传统势力所起的作用，已不再象往昔那样举足轻重了。此外，还有其他因素使得抚育孩子的任务日趋复杂，这也使父母们必须积极主动地承担起这项决策任务。

选择余地扩大

对一些父母来说，今天比以往更具有选择的余地，其一是个人和家庭的流动性增加了，为了追求从事业务、就职或受教育的机会，父母也许想迁移到另一个地方；其二是妇女们迈出家门谋职的机会增加了，这一点对家庭产生了深刻的影响。这种种选择，似乎说明了要想抚养好孩子，制定计划是很重要的，哪怕制定一个试验性的计划也好。

〈一〉技术与变革

以前人们靠手工劳动，现在大多数已被机器取代了。在制造行业、医学领域，实际上现代生活的各个方面都在不断挖掘新的潜力。在电视广告、社会风尚、传统习俗以及音乐中的革新，都受到广泛的称道。与此同时，以前那些阻止或妨碍变革的传统势力，现在对人的行为影响已大大削弱了。

〈二〉人的潜能增加

在美国，父母们似乎热衷于一种颇具理想主义色彩的目标：培养孩子多方面的，无与伦比的潜能。许多父母对孩子的关心已不再是一味想给他找个好工作，以确保其生活有保障，或者有一桩美满的姻缘。今天的父母们可能会致力于帮

助他们的每个孩子认识自己作为“个人”的潜力。

〈三〉寿命的延增

寿命的延增，产生了这种可能性：人们的婚姻生活和工作年限将比过去长些；另一方面，人们一生中有过几种职业，甚至有几次婚姻的可能性也增加了。

你自己的计划

没有计划，你能养育好孩子吗？有的父母确实能行，当然，这是由于多种因素造成的；而有些父母则不知道该怎么办，或者不知做些什么；有些父母错误地认为经济保障等于教育；还有的则认为生物意义的成长发育可以确保心理的成长发育，其实不然。也有些父母，出于自己的利益考虑，抚育子女毫无计划。的确，教育子女是要付出劳动的，而且确实需要花费你的时间和精力，甚至会扰乱你的日常生活。

在本书中，我们通篇都主张制定计划，我们主张在制定计划时，要考虑其自发变动性和灵活多变性，这种自发多变性和灵活性，与你孩子的发育成长，你的准则，以及你自己的成长和发展是密切相关的。你是怎样制定这个计划的呢？周围毕竟有那么多的忠言良语，那么你又如何从中挑选出适合自己情况的建议，并按照这些建议抚育你的孩子呢？

请记住我们用“旅行”所作的比喻，在这个人生的旅途中，你无法写信去阿拉斯加索要一张标好准确线路图的“旅行票券”——有的父母亦步亦趋地按照专家的意见去教育子女，实际上无异于这种做法。首先，你所采用的教养孩子的

计划，应该反映你自己的准则，当然也应反映你孩子的特殊需要。除此以外，你的计划应该基于正确的发展准则之上，这能够使你的孩子在今天和未来的社会里处于最佳的竞技状态。让我们看看如何运用这些发展准则，来为你的孩子制订计划。

发展原则

人类的幼婴发育成熟，比其他任何种类的幼仔成熟所需的时间都要长得多，这意味着人类的幼婴比动物的幼仔依赖父母的时间要长。如果你曾饲养过小动物，那你是否注意到它们的幼仔似乎很快就成熟了？河鼠的幼仔出生时，身上没有毛，眼睛紧闭着，可没几天它们就蹒跚挪步了；几周后，身体就增大了两倍，毛也长齐了，并开始看东西了；几个月后，它们就完全成熟了。小猫崽只在最初短短的时间里依赖老猫，随后便能四处跑动，能吃硬食物，相互之间似乎很协调，实际上也就从它们的父母身边独立了。它们的父母需要为它们作计划安排，或教它们体验吗？它们的生长，甚至长幼之间相互作用似乎大半是发育过程中所“固有”的，而人的发育成长过程却较少有这种固有性，发展也较为缓慢。

和其他动物相比，尽管人类的幼婴一开始时显得相当孤弱无助，发育成长也较为缓慢，但他们很大一部分的智力、情感及身心发育却是在头3年中进行的。那么孩子这种最初的依赖性，以及后来在运动技能、语言、智力和社会情感上的迅速发展，对你制定孩子早期活动计划来说，意味着什么呢？

在下一章里，我们将详尽地阐述成长这个问题，现在，

咱们略举几个事例说明生长发育和儿童哺育间的关系。

〈一〉早期刺激

许多心理学家和教育家观察到幼儿甚至婴儿也有“学”的能力。比如，伯顿·怀特指出，刚刚出生几周的婴儿，如果把刺激物放在她的视觉范围内，她就会对有趣的刺激物有所反应。他还指出，当这些视觉刺激物放在婴儿面前，他们会学着凝视，并能跟踪或追寻物体而来回移动。一般说来，这些婴儿比没有受过刺激的婴儿更机灵，反应更敏捷。这表明，尽管人的生长发育非常复杂，发育过程也相对长些，但作为父母和教师，可以通过训练来加速和完善这一过程。

如果你觉得给新生儿提供干净的垫单、干净的尿布以及牛奶就够了，说明你只注意孩子身体健康发育这一方面；假如你再去搂抱她，摇晃她，抚摸她，这将还会促进孩子情感的健康发育；要是你再有意识地拿一些刺激物来激发她伸手抓以及看的意识，那么你的所作所为已不只是基础训练了，你已经在有意识地激发孩子的智力发育了。

要想做个好父母，上述种种练习和刺激都要做吗？那倒未必，我们只是要说明，在你为孩子制订计划时，应考虑到早期刺激和早期发展的作用。如果你还有其他小孩要照料，可能会影响你投入这个过程的时间安排。不过，即使是一个很有天赋的孩子，其身心发育很好，也能得益于父母的这种有针对性的刺激，因为这能促进孩子智力早期的发育。

〈二〉依附性

埃里克·埃里克森曾以“信赖和怀疑的抗衡”这句话来