

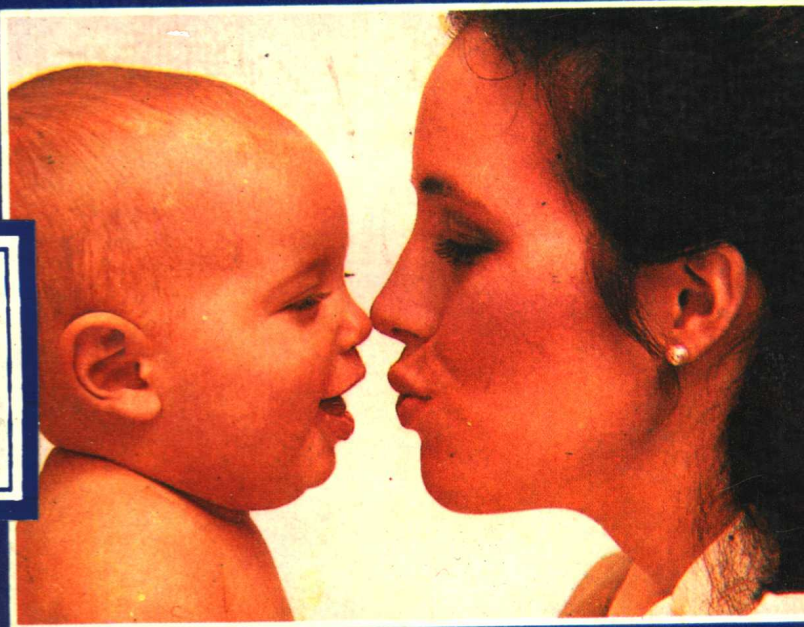
Zai gang zuo mama
de rizi li

在剛做媽媽 的日子裏



家庭教育丛书

宣麗華編著



江蘇教育出版社



Zai gang zuo mama
de rizi li

在剛做媽媽
的日子裏

宣麗華編著

江蘇教育出版社

在刚做妈妈的日子里

宣丽华编著

责任编辑：恽耀荣

出版发行：江苏教育出版社

（南京中央路165号，邮政编码：210009）

经 销：江苏省新华书店

印 刷：金坛县印刷厂

（金坛西门大街70号，邮政编码：213200）

开本787×1092毫米 1/32 印张 9.125 插页 2 字数 163,000

1990年6月第1版 1990年6月第1次印刷

印数1—2,460册

ISBN 7—5343—1015—6

G·893

定价：2.85元

江苏教育版图书若有印刷装订错误，可向承印厂调换

目 录

孕与育的接力	(1)
“家庭取名会”	(3)
“宝宝，吃奶吧！”	(7)
外婆的功劳	(9)
探寻“哭”的奥秘	(12)
第一次笑	(15)
一个多月的孩子喜欢什么	(16)
洗澡真不容易	(19)
先得“武装”自己	(22)
“随风潜入夜，润物细无声”	(25)
新动作：孩子观察世界的新角度	(27)
智慧在手指上	(30)
夏天的烦恼	(33)
“认生”以后	(37)
捉迷藏	(40)
吃·睡·撒	(43)
让孩子早一点爬	(46)
妈妈没有变	(50)
传递智力信息的小手	(52)
断奶：怜悯心与责任感的矛盾	(54)
给孩子布置合适的小天地	(57)

适时适度地下“禁令”	(59)
“逗”，不能过分	(63)
可别小看穿衣服	(65)
学话三忌	(68)
选择玩具大有学问	(74)
走吧，勇敢些	(77)
小“破坏狂”	(79)
矛盾的感情世界	(82)
小华一周岁	(87)
留下孩子成长的踪迹	(91)
“这个睡袋可以去申请专利”	(94)
孩子烫伤以后(一)	(97)
孩子烫伤以后(二)	(101)
孩子不应成为夫妻感情交流的障碍	(104)
酸 · 甜 · 苦 · 辣	

——与保姆相处的日子..... (107)

孩子是否入托的争议	(112)
怎样对待孩子的错误	(113)
在托儿所里	(116)
尿裤子后	(120)
教孩子坐便盆	(122)
手指游戏种种	(124)
亲身体验与讲道理	(130)
不妨冷淡孩子一回	(133)
治治“厌食症”	(136)
搭积木	(139)

孩子能不能吃别人给的东西	(141)
尽是“君子教育”行吗?	(143)
首先从爱父母做起	(147)
这些品德依然“时髦”	(149)
温和的力量	(155)
还是背些儿歌好	(159)
孩子的语言需要训练	(163)
威信从何而来	(166)
为“早识字”亮盏绿灯吧	(170)
数学的启蒙	(174)
在大自然中“训练耳目”	(178)
无缝也能插针	(182)
世间哪有那么多的“神童”	(185)
笔和纸:孩子的好伙伴	(188)
生日小记	(191)
他开始讲“我”了	(194)
当孩子玩玩具时	(197)
生活的百科全书——劳动	(202)
暴力行为即将发生——	(207)
爱,是不需要过多掩饰的	(212)
请别问“你最喜欢谁”	(215)
球——孩子的好伙伴	(218)
他不太害怕打针了	(220)
精心教子的背后	(223)
我给儿子讲故事	(226)
想象与事实之间	(230)

视觉的偏爱	(232)
教孩子识字的几点体会	(235)
培养“男子汉”气质	(239)
小红花	(245)
喜新而不厌旧	
——谈谈孩子的交友.....	(248)
在大自然的细微处	(251)
好胜心的两面性	(258)
“人从哪里来”的风波	(260)
多看些电视亦无妨	(263)
开启思维之锁	(268)
孩子成群结队时	(274)
母亲的心	(280)
后 记	(284)

孕与育的接力

病房里的色彩单调极了，白的屋顶，白的墙壁，白的床单和被子，连间或匆匆走过的护士也 是一身素妆，只有一绺刘海、一对眼睛透出些许黑色。

太阳升起来了，黄黄的、柔柔的阳光洒进来，原先雪白的一切似乎灰暗了些，渐渐地成了奶色。

奶色？才做妈妈，就想到奶，可真能适应新的角色，我不由暗自笑了。

小东西在肚子里憋着劲往外挤，他会是什么模样呢？是男是女倒无所谓，假如缺胳膊少腿的，怎么办？

我不会死吧？我们学校陈老师的爱人不就永远没从产床上爬起来吗？对了，还有《骆驼祥子》中的虎妞、《家》里的瑞珏……

“意识流”还要流，可阵阵撕心裂肺的疼痛却将飘忽的思绪无情地拽回来了。我屏住气，双手死死抓住床边的两个铁环，不知哪来的那么大的力气，仿佛要将这铁家伙扭弯、捏碎。我害怕，我拼命地挣扎，头发湿了，紧紧贴在额上，汗水从眼窝滚向耳边，从后背处渗入床单。力气渐渐耗尽，我感到绝望，世界的末日大概来临了！

“哇——哇——哇哇——”

一阵阵清亮的啼哭。

孩子！我有了孩子，我做妈妈了！左冲右突的

小舟靠拢了岸边，我从黑暗中走进了光明，我是妈妈了。

门开了，涌进一群人，奶奶一把搂紧孩子，脸上的皱纹绽成一朵花，看着、亲着，嘴里还在唠叨：“粉嘟嘟的，不差不缺，端端正正，真是个好小子。”一连串的“小心肝、小宝贝”之后，象对待功臣似的，给我掖掖被角、理理头发。我不无惭愧又不无自豪地领受着奶奶的关心和照料。

太阳光依然黄黄的、柔柔的，不时传来几下皮鞋的“笃笃”声和新生儿的啼哭声。

亲友们想让我安静地休息一会儿，一个个都走了。我虽然疲惫，却又很兴奋，哪里能睡得着？

身边的孩子倒是睡得甜甜的，我小心而又笨拙地抱起他，仔细地端详着：他头很大，几乎没有脖子，皮肤特别红，而且有些皱，短短的双腿弓一样弯着，实在算不上好看。他的骨骼很软，抱起时非得顶住头不可，否则便向后仰去；眼睛也有些水肿，透过小缝可以看到眼球在滚动，仿佛期待着什么。霎时，一种怜爱、一种做母亲的责任感涌上了我的心头。

当生命的种子刚刚萌芽时，当孩子在肚里施展拳脚时，我就有了做母亲的意识。然而，那只是一种构想，一种伴着新奇、充满浪漫色彩的构想。现在，这多彩而飘浮的构想因小生命的出世而变得切实、沉重起来，“母亲”字眼上罩着的七色光环消失了，虽依然新鲜但不再扑朔迷离，自豪中伴着沉重，收获的同时又似乎失去了许多。

“孕”与“育”是连结在一起的，“孕”固然艰难，“育”却更令人觉得高深莫测。现在，“孕”已经完成了它的使命，顺利地把接力棒传给了“育”，我能担当得起如此重任吗？

以前，我一直躲在爸爸、妈妈的羽翼之下，什么都不用操心。妈妈太能干，女儿常常就笨拙，二十出头，只会烧一只菜：榨菜蛋汤。将来怎么办？我也跟着妈妈若有其事地点点头再摇摇头：将来嘛，大概要有些麻烦，不过还远着呢！车到山前必有路。

那时的“将来”已经变成了眼前的“现在”，一个连自己的生活都料理得乱七八糟的人，现在居然做了母亲。回顾以往那无忧无虑、无牵无挂的时代，一种隐隐的自我怜悯的失落感、不知路该如何走的惶恐感，以及为了孩子奉献一切的崇高责任感交织在我的心头。

孩子的眼睛又动了动，我轻轻地把他的眼皮往下抹了抹：你放心地睡吧，我一定努力做一个称职的妈妈。

阳光比刚才更亮、更柔，象一把无形的梳子，轻轻地梳理着我紊乱的思绪，我的心一片灿然。

阳光真好。

“家庭取名会”

晚饭后，家里人各做各的事情，爷爷照例看《参考消息》，奶奶在给小宝宝打毛线衣，姐姐家正上四

年级的小峰津津有味地看着《动物世界》，我和康健噙着瓜子闲聊。

“对了，该给孩子取名字了，总不能老叫‘宝宝’吧，这太‘共性’了。”我提议道。

一呼而四应，大家纷纷丢开手头的事，坐拢来了，连小峰也来凑热闹。

奶奶粗通文墨，又心直口快，打响了开头炮：“名字有什么难起的？我看就叫‘小喜’，我六十得孙，康健三十得子，不喜吗？前面加个‘小’字，一来孩子还小，二来指望他以后有大出息呢。”

话音刚落，“噗哧”一声，小峰笑了起来：“小喜？嘻嘻，太难听了。”一点不留情面。

爷爷拿出了常用的《新华字典》，先是凑到眼前看，大概看不清楚吧？又戴起老花眼镜，膀臂绷得直直的，尽量把字典挪远些，一边看，一边频频颔首，一副殚精竭虑的样子。

奶奶捅了捅他：“哑巴啦？怎么不说话？”爷爷低着头，目光从老花眼镜的上方透了出来：“这么容易？一辈子的事哩。”便继续着他那字典拿近再挪远、眼镜戴起又放下的动作。

我看了看康健，他托着下巴，皱着眉头，直直地看着前方。——以往他写文章遇到障碍时就是这副架势。

我也想不出，不如岔开点，搞搞启发式。

“小峰，你们班的学生叫些什么？”

小峰似乎觉得自己没有发言权，正打算“开溜”，

一听我的问话，来劲了，他扳着手指头边想边说：

“有沈振宇，郭聪聪，张文武……”

不错，这些名字寄托了父母的期望，盼孩子长大后能声振寰宇、聪明伶俐、文武双全，可以参考。

“有李旦旦、王小春、张铭杭……”

这些名字有纪念意义，也许是表明了出生的时间，出生的地点，或者是不忘自己的老家吧？

“李雯雯，汤娜佳……”

听起来嗲声嗲气的，可惜是女孩子的名字，不适宜我们的宝宝。

“还有陈实、吴双……”

好，借谐音以言志，倒是很别致的。

小峰说了一大串名字，我感到思路宽了许多，索性再想想看，还有哪些可借鉴的？老王家的儿子叫“秉烛”，语出“少年而学，如日出之光……老年而学，如秉烛之明”，这类由古诗文或成语中化出的名字，颇有书卷气，雅得很。周厂长给他的孙子取名改改，意思是中国要改革，不改不行。这类名字烙上了鲜明的时代印记，当然也不免浅露一些……。

小朋友们的名字各有特点，令人眼花缭乱。其实，名字只不过是一个代号而已，可做父母的都希望自己孩子的名字不一般化，能给人留下深刻的印象，尤其是有点知识的父母，好象孩子的名字差了，就丢了大人的面子，名字——知识——面子三者一结合，简单的问题就变得复杂化了。

还是康健先打破了沉默：“我们的思维方式不对

头，干脆先想想，哪些名字不能取。”

爷爷瞟了奶奶一眼，意味深长地：“最不能取俗气的字，象小喜、永贵、发祥之类的。”

奶奶也不示弱：“俗气是有点，但人家认得，假如取又生又冷的字，我们的宝宝会遇到不少的麻烦，隔壁李家的儿子叫个什么‘菱’，幸亏我们熟人熟事的，读惯了，外人哪晓得？”

“我们班上原来有个学生叫朱石同，大家钻空子给他起浑名‘猪——食——桶’哈哈！有几个调皮的男学生一见面就叫他的浑名，朱石同气得哭了好几次，缠住他爸爸改了名，又转了学校。”小峰人虽小，倒也有些见地。

爷爷平时爱议论国家大事、名人轶闻，他对“容志行”的名字很有意见，说至今弄不清该读行走的“行”还是银行的“行”，还有那个钱伟长的“长”，是读“常”音还是读“掌”音。

我也发表“高论”：“最好不取单名，单名易同音，读起来又单调。”

原则有了，大家便充分行使自己的民主权利，你一言我一语，一下子提出了十多个名字，但都是一出口便遭否定，且被挑出一大堆毛病来，气氛热闹得很，就是没有一个名字能够通过。

爷爷见我们老是达不成协议，便说：“有什么难的？我看就叫‘兴华’好了，现在不是讲要振兴中华吗？让我们的宝宝将来也出些力。”爷爷不愧是老干部，连起个名字也不忘为国争光。我和康健一时

都想不出更好的，加上这“家庭取名会”的时间太长，我该休息了，于是勉强通过，暂时休会。

“宝宝，吃奶吧！”

“宝宝，吃奶吧！”

我抱起小华，轻轻地叫唤着，小家伙猛地扑向我怀中，呼呼地吮吸起来，又是一阵钻心的疼痛。

这喂奶真太艰难了。

一点点大的孩子，抱在手上别别扭扭，头又很软，非得枕住臂弯不可，还要常换位置，好让他吃饱。而从左臂弯到右臂弯，每换一次位置都格外吃力，就怕有个闪失，扭了小腰呀，伤了脖子呀，因而总是特别小心翼翼，也益发显得拙手笨脚，象个虾子似地弓着背，不一会儿便累得腰酸脖子硬了。

更糟糕的是，我的奶水少得可怜，孩子总是吃不饱。奶奶急坏了，一天五餐端到我面前，鸡鱼肉蛋，山药枣子，只要能想出来的、能买到的营养品，都设法做给我吃，把我的胃口全吃倒了，可要想不吃又不行，奶奶固执得很：“不吃就没奶，为了小宝宝，不想吃你也要硬着头皮吃。”只得顿顿依着她。可不知为什么，尽管我养得白白胖胖的，奶水却总是很少，孩子饿得直哭。

没办法，四、五天前开始加喂牛奶，一份奶粉兑四份水，喂下去孩子还是哭，我想大概还是没吃饱，于是将牛奶调得浓浓的，一喂就是好多。结果，上午

保健医生来检查，摸摸小孩的肚子，叫了起来：“哟，小肚子硬得象石头一样，敲上去咚咚响，给孩子吃了些什么呀？”我告诉了她，她又好气、又好笑：“幸亏你们的孩子消化功能还不错，不然呀，早够你受的了，哪能瞎喂呢？”我默然了。

唉，还是坚持喂奶好。儿童保健专家的研究成果表明：母乳新鲜、卫生、易消化，温度适中，有孩子需要的全部营养物质，特别是初乳，更有很强的杀菌性，如果浪费了，可能造成难以弥补的遗憾。不过，从做妈妈的这方来说，这份罪也实在是够受的了。

我们这一代，在“文革”那畸形的年代里长大，不但心理畸形，连身体的发育也有些畸形。那时，我们狂热地“不爱红装爱武装”，发式、衣服和男孩子差不多，连走路的姿势、说话的语调也有意无意地显示出阳刚之气，绝对不敢象现在的姑娘那样挺着胸脯走路，骄傲地显示女性特有的风韵。

现在，我们一个个都做了母亲，自然规律便来惩罚我们了。我们当中有许多妈妈没有奶或奶不多，即使有，也常常因为以前束缚过严而影响了胸部的正常发育，造成了孩子吮吸的困难。

这不，小家伙在我怀里有滋有味地吮吸着，阵阵疼痛，我浑身大汗淋漓。我真搞不清，一个这么软弱的小可怜儿，又没有牙齿，居然能将我折磨得眼泪快要淌出来，太受罪了，我将孩子丢到床上，真想就此作罢，干脆全部改喂牛奶算了。可奶奶端着鱼汤，在一边轻声地劝我，“不能怕疼啊，要是奶一胀上去，想

喂也不成，就苦了孩子了，牛奶到底不如人奶，弄得不好还要拉肚子，咬咬牙忍忍吧，我们不都是这样过来的？”

是得咬着牙坚持喂，谁让我是妈妈呢？既然做了妈妈，就意味着一定程度上的奉献和牺牲。喂奶也是一种责任，而承担责任总是要付出代价的。

奶奶拿来毛巾帮助我热敷、按摩，渐渐地，奶水由稀而浓、由少到多了。我又抱起了孩子，看着他舞动小手，在怀抱里拱来拱去的馋相，心里涌起了一丝甜蜜。乳汁一点一滴地注入孩子的身体，我搂紧了他，真正感到了他是我生命的一个部分，作为母亲，我的生命就在这默默的爱抚和奉献中升华。我也才真正悟出：为什么雕塑家、摄影家、文学家在作品中会那样真诚地讴歌哺乳的母亲？不就是因为艺术家们把这看成是爱的结晶、美的象征，从而通过它向人世传递纯洁而高尚的感情吗？

外婆的功劳

真感激妈妈背来的那只大包，照料孩子缺什么准能在那大包里找着。

可当时，我对那大包还挺不以为然的：“干什么呀，孩子还没出世哩，穷忙！”妈妈可不管我，象展览陈列品似地，喜滋滋地两只手忙乱着把包里的东西一样样往外拿。

三件小毛衫，全是无扣、斜襟、系带的。哪要这

么复杂，街上买两件小儿对襟衫穿穿，不更方便吗？我想。

两件小棉袄，和尚领，也是斜襟，袖子肥大，后身稍短，衣服两侧各有一根带子。我在心里嘀咕着，这是什么怪式样，连钮扣也没有，难看死了。但妈妈既然辛辛苦苦做了，我也不忍当面拂她好意。

单尿布三十块，厚尿布十五块，还有三块垫在身下的大棉尿布，一律旧被单布做的，软软的，易吸水，这倒不错，可就是颜色太浅，大便和尿尿不易洗净，多难看，我又在心里挑刺儿了。

两条小棉裤，更不成形状了，摊在那儿完全象一幅平面图，类似一个孔的拱桥形，一个倒过来写的“凹”字，裤管不是“管”，而是片子。妈妈见我看不懂，解释道：“小毛头的棉裤腿不能缝起来的，有时一天要换几遍，难穿，大冬天的，太冷了，在裤脚处裹扎根带子，又顺便又暖和。”原来是这样。

妈妈又取出两条小包被，一条厚些，一条薄些，两只奶瓶，四个乳胶奶头，留待未出世的宝宝喝水用，如果乳汁不够，还可补充些牛奶；一条柔软的浴巾、一盒爽身粉，说是洗澡后裹好宝宝，在皮肤的皱褶处扑些粉，以避免皮肤溃烂；一个新的热水袋，还有一支体温表。甚至连婴儿肥皂都没有忘记，她知道我这个女儿做事丢三拉四太粗心了。

现在，我已做了近一个月的妈妈，越来越感到我的妈妈（也可称做外婆了）做事的细心周到与育儿经验的丰富，小毛衫假如钉了扣子的话，说不定会被笨