



Lifespring
生活美學 5

有效化解手足之間的敵對、衝突和紛爭

用最好的方式 愛每個孩子

Loving each one best

南茜·薩梅琳◆著

陳美玲◆譯

國家圖書館出版品預行編目資料

用最好的方式愛每個孩子 / 南茜·薩梅琳著；
陳美玲譯。-- 初版。-- [臺北縣]三重市：
新雨，1997[民86]
面；公分
譯目：Loving each one best : a caring
and practical approach to raising siblings
ISBN 957-733-308-7(平裝)

1. 兒童 - 教育 2. 家庭教育 3. 父母與子女

528.21

86012619

用最好的方式愛每個孩子

作者◎南茜·薩梅琳

譯者◎陳美玲

發行人／王永福

出版者／新雨出版社

地址／三重市重安街102號8樓

(02)9789528 · 9789529 傳真 9789518

郵政劃撥：11954996 新雨出版社

出版登記／行政院新聞局局版臺業字第 4063 號

印刷者／久裕印刷事業股份有限公司

出版日期／1997年11月初版一刷

定價◎220元

本書如有缺頁、誤裝，請寄回更換

版權所有·翻印必究。

南茜·薩梅琳

Nancy Samalin

全美著名養育諮詢專家，班克斯崔大學教育碩士，並獲專業諮詢文憑。她的書廣受好評，對無數父母來說是最大的慰藉與鼓勵的來源，其中《愛與憤怒：父母親的難題》於1991年以最佳教育孩子書籍獲兒童書報獎。她創辦「父母導引工作室」，迄今已逾二十年，長期擔任《父母雜誌》編輯顧問及專欄作家，並在全美各地及海外演講。

閱讀本書，請勿錯過——

- 十種減輕你的壓力的方法。
- 新寶寶誕生前後，讓大孩子有心理準備的最好建議。
- 避免掉進「公平的陷阱」裡，教你如何應付「不公平！」這類的抱怨。
- 減少孩子爭吵和謾罵的有效方法。
- 當你脾氣快爆發時該怎麼做。
- 使你的期望更實際，以減少罪惡感與失望感的方法。

用最好的方式 愛每個孩子

Loving each one best

南茜・薩梅琳◆著 陳美玲◆譯

本著作中文版係經大蘋果股份有限公司授權出版發行

原著書名／Loving Each One Best

Copyright(c)1996 by Nancy Samalin. Complex Chinese Characters
edition arranged with Jane Dystel Literary Management through
Big Apple Tuttle Mori Agency, Inc. All Rights Reserved.

Complex Chinese Characters Copyright 1997 New Rain Publishing
Co.

代序

有一個孩子以上的父母們很快地就會發現：只有一個孩子，和有兩個、三個或更多孩子時的情況大不相同。對許多父母來說，生活變成了模糊不清的紛爭，並爆發激烈的口角，父母爲了不停地滿足孩子們的需求，而時刻處在筋疲力盡的精神狀態。但，生活可以不是那個樣子的。現在，全美聞名的養育諮詢專家南茜·薩梅琳提出一個溫馨的指引方向，它揭示了其他父母的處理方式，以及他們找到解決數個孩子的問題之創意性方法。

- 「要如何讓三個孩子按時上床睡覺？是不是有我不知道的秘訣呢？」
- 「我的孩子們似乎彼此厭惡。我做錯了什麼呢？」
- 「我被他們的需求搞得精疲力盡，現在我幾乎不覺得當媽媽有什麼快樂。」
- 「我決定有第二個孩子，好讓我第一個孩子不會孤單。但現在，他們只會吵鬧與打架。」

南茜·薩梅琳爲解決父母親們的問題而經營工作室已逾二十載，她以具有寬容

性的、實效性的方法聞名。然而，她相信：對煩惱的父母親們來說，最有價值的智慧是從她們自己口中說出來的。她從無數次的討論會中擷取了真正專家們的親身經歷，與他們擅長的方法——而真正的專家們正是這些五味雜陳的父母親們。在把新生的嬰孩介紹給家裡的成員之後，他們找到了處理各項事情的方法，化解孩子之間的謾罵與敵對狀態。

《用最好的方式愛每個孩子》迥異於一般照顧孩子的手冊，那些手冊指示你「必須」以及「應該」做的事。相反的，這本具有鼓勵性、有實際效益的書，說出了孩子們的感覺，也說出了「你」的感覺。它提出了有意義的見解，讓你覺得不那麼孤立無援，不那麼有罪惡感，而讓你覺得你是更有能力的，更能瞭解與欣賞孩子的。你身為兩個孩子以上的父母，南茜·薩梅琳藉著幫你減輕壓力，告訴你如何能更好地應付小事故、挫折感與擔憂。她幫助你創造一個有更多歡笑與樂趣、更少爭吵與緊張的家庭。

所以，當你兩歲大的孩子要求你把新生的寶寶帶回醫院時，當你六歲大的孩子因為找不到他心愛的襯衫而歇斯底里，但你卻上班快要遲到時，或當你九歲的孩子在校車停在門口時，才說她不記得把她的數學作業放在何處了，請打開《用最好的方式愛每個孩子》這本書。

目錄

代序	3
第一章	從一個孩子到好幾個孩子 7
第二章	把第二個孩子帶回家 22
第三章	世界上最棘手的工作 49
第四章	手足間永無止盡的戰爭 83
第五章	掉進公平的陷阱裡 123
第六章	「我真不敢相信他們是如此不同！」 146
第七章	生氣沒有關係 183
第八章	孩子們敘述他們的想法 211
第九章	輕鬆一下 243
第十章	值得的時刻 265

附錄 A
附錄 B

（給父母親填寫的問卷）
（給孩子們填寫的問卷）

285 280

第一章

從一個孩子到好幾個孩子

爲人父母者，其實是在世界上最難教育的學校裡執教，而這所學校正是爲培育成人而成立的。你是這學校的教育委員、校長、老師、守門員，你必須身兼數職……，並且這裡也沒有一般性和共通的課程。你對你的每個孩子都有責任，至少你必須在孩子年滿十八歲以前，一天二十四小時，一年三百六十五天，都得隨時待命照顧她（他）們。

——維珍妮·塞特《培育新法》

當我知道我可能再度懷孕時，我的兒子艾立克才三個月大而已。我的第一個反應是：「我真不敢相信！」我滿懷憂慮地約醫生替我驗孕。

但在診療間裡，有件奇怪的事情發生了。當他告訴我，我的確懷孕時，我並不覺得失望，反而興高采烈。我知道我一直想有兩個小孩，雖然我從來都不希望他們的年齡是如此接近。然而，忽然間，這像是個好主意了。現在，我們家庭的成員將

不只兩個成人和一個小孩了。我們將是個「完整」的家庭了。當我在準備迎接第二個小孩的來臨時，我發現我一直在幻想著這會是怎樣的情形，於是在腦中浮現一幅溫暖的圖畫，充滿著快樂與和諧。我想像著我的孩子們會是相親相愛的夥伴，也會是一起長大、分享秘密、發展對彼此的忠誠、同甘共苦一輩子的朋友。這種景象讓我充滿了既驕傲又喜悅的期待。

但是，現實與浪漫的幻想是非常不一樣的，這種例子可以經常看到。我完全忽略了伴隨養育兩個兒子而生的挑戰——像是加倍的壓力、筋疲力盡，我必須調解他們的每一場爭辯，也擔心他們不會彼此友愛。我怕我恨透了自己尖聲吼叫地下命令，也怕我恨透了自己嘮嘮叨叨地請求他們安靜。我怕我夢想中和諧的世界會被日常生活的戰場所取代。

當然了，若會有這樣的情形應該要怪我自己。如果我是個較有能力的母親，我應該能夠慢慢灌輸他們要彼此友愛，也能教導他們停止打鬥和爭吵。我花了很多時間去適應，但我可能只了解到兄弟關係間正常的變遷過程，也可能了解到敵對、衝突和競爭是無可避免的，而這些情況甚至可以是健全之手足關係中的一部分。

跟我最害怕的情況相比，艾立克和陶德，他們童年時期的衝突並沒有使他們陷入一輩子的敵對狀態中。這結果與我想像的正好相反。我的兒子現在已是年輕人

了，而他們也已愉快地度過童年的敵對時期。我最害怕的事情沒有一項成真。更好的是，他們的生活由於他們之間的關係變得更為豐富起來了。在他們成為成人之前，就已經是彼此最好的朋友，以及最信賴的人，並且一直延續到今天。雖然他們現在住在不同的城市裡，但他們幾乎每天都通電話。他們的親密情誼給了我很大的喜悅。回想起過去我為他們擔心的那幾年，我真不敢相信我花了如此多的精力。

誰有答案？

當有人與我洽談，請我寫一本關於養育數個孩子的書時，我的第一個反應是：「關於手足間的問題與複雜性，真的可供解決的答案嗎？」

而我的第二個問題是：「為人父母者真的需要這樣的書嗎？他們會不會早已經接受了太多的建議？」但當我開始和父母親們討論到這個想法時，我很驚訝於他們對這個話題所表現出的濃厚興趣，這才知道他們是多麼渴望想找到有效的、實際的建議，以及新的解決方法。

許多父母曾經失望和驚訝，就如同我曾經有的心情一樣，因為有了第一個孩子並不能使他們成為作父母親的「專家」。面對著他們接繼而來的第二個、第三個乃

至第四個小孩，他們仍然懷有無比的不安，並且會對一本關懷他們問題的書感到濃厚的興趣。我不只一次地聽到過他們的驚訝，不管他們育有許多小孩，或只有兩個小孩，但每個小孩卻都如此不同，使得作父母的他們也毫無頭緒，不知要如何處理這樣的情況。他們無法想像，若養育的小孩在一個以上，會有多少附加的工作，又會有多少決定要作。每個孩子本身都有其獨特性與複雜性。

然而，在我開始知道這本書有其迫切的需要性之時，我卻為它所要擔負的重責大任而感到憂慮。我坦承，我懷疑手足間的要求與口角所帶來的混亂與壓力是否真的有解決的方法？我能告訴父母親什麼，好來減輕他們的負擔，讓他們有實際的方法，並給予他們支持和鼓勵呢？我看到他們在找尋一種更有意義的方法，而不是只需要一連串的「為人父母的妙招」。他們尋求真正能解決實際困境的答案。每當我與父母談到兄弟姊妹間的話題時，話匣子就打開了。徵得他們的允許後，我將他們這些無法用言語形容的深切情感，試舉數例：

- 一位媽媽在親自哺育她的嬰兒時，不敢給她六歲大的女兒看到，因為她怕女兒會因此嫉妒，並且覺得被遺棄了。

- 一位媽媽不安地向我描述，她前一個如天使般的兒子是如何變成一個「怪獸」，因為在他剛出生的弟弟從醫院返家的途中，他開始捏他弟弟。

· 一名筋疲力盡的職業母親認為：她開始失去在孩子身上找到喜悅的能力了。
· 一位爸爸背負著一個「帶有罪惡感的秘密」，那個秘密就是：他最喜歡他第三個孩子。

· 一位四個小孩的媽媽抱怨：對小孩無止盡的照顧使她覺得自己像是個苦力。她疲倦地說：「好東西都要先給每個孩子，自己卻什麼都不留。」

· 一位媽媽難過地流下眼淚，當她的兒子坦承說：「我討厭我的妹妹，我討厭死她了！」

· 一位爸爸當他看到四歲大的女兒正要勒住兩歲大的弟弟時，他簡直無法相信他所看到的景象。

· 一位媽媽想到她失去了曾經與第一個孩子一起分享的親密時，就感到難過。
· 一位爸爸承認：自從他的第三個小孩來臨後，他就刻意超時工作，以避免回到一團混亂的家。

· 一位從小是獨生女兒的媽媽，被她三個小孩之間的爭辯和打架給嚇到了。但是父母親也有幽默的時候，雖然這些是帶有諷刺性的：

· 一位媽媽逐漸降低了她對孩子的期望，她說：「我生活的目標只是希望在浴室裡能有五分鐘不被打擾就夠了。」

· 一對要慶祝結婚七周年的夫妻，是在孩子們終於上床睡覺後，吃剩下的披薩來度過「浪漫的」燭光晚餐。

· 一位媽媽坦承：「我最大的孩子在幫五家營養食品公司貼海報賺外快。而我第三個小孩第一句會說的話之一竟是『麥當勞』。」

但不管這些字語是幽默還是諷刺，它們所包含的訊息都是一樣的，許多育有一個以上的小孩的父母承認，他們為孩子們所困。別說我錯了。我並不是說他們沒有經歷過養育孩子所帶來的滿足與喜悅。事實上，我很少碰到後悔決定養數個孩子的父母。但通常，這些滿足感會由於受到挫折、失望、疲累和罪惡感而變得遲鈍。父母親們急欲知道他們是否能改變現況，如果可以的話，又要如何做呢？

「我做了正確的決定嗎？」

許多父母向我描述，他們當時在決定要有其他的孩子時，有多麼痛苦，因為在衡量所有的優缺點之後，他們終於決定給他們第一個孩子最好的禮物，就是給他們一個弟弟或妹妹。他們腦中充滿了快樂家庭的景象——這些景象是由電視影集得來的，或是他們回想起自己年輕時候而來的。但當他們的家庭還未開始達到他們理想

的目標前，他們的夢想就幻滅了。通常他們是在充滿巴掌與吼叫聲的家庭中長大，而他們也曾發誓當他們為人父母時不會再犯同樣的錯誤。但是，如同一位母親難過地說道：「當我對我的孩子吼叫時，我彷彿聽到了我媽媽的叫罵聲，我真的不敢相信那就是我。可是在我只有一个孩子的時候，我卻是如此地冷靜，也能夠自我控制。」

一次又一次地，許多父母親告訴我，他們決定生育其他的小孩是因為非常希望能使家裡更堅強、更溫馨，更充滿樂趣。我驚訝的是，有好幾對父母告訴我，他們覺得只有一個孩子的家庭看起來不是那麼的「真實」。但是，當他們家庭的成員增多之後，情況也不像他們所期望的那般溫暖與快樂，相反的，實際情況是：孩子們開始急切地爭寵，以得到父母親的注意，彼此相互吹毛求疵、侮辱與毆打，而父母們的反應則是越來越疲累，逐漸地不耐煩，以及無法有效地調停紛爭。

我了解到，這些父母們覺得那些在報章雜誌上寫專欄，以及作品陳列書店童書區內的衆多「專家學者們」，從來都沒有聽到他們真正的心聲。他們讀過大量關於如何讓較大的孩子準備迎接新來的寶寶，或是關於如何處理手足間的敵對狀態的書本與文章，但其中有些文章卻讓他們覺得自己無法勝任這個職責。有一位媽媽說：「通常，我讀了這些建議只會增加我的罪惡感。」她還說：「要成爲一個可愛的、