



孩子与你

亲子心理健康系列

幼儿期

you and your toddler

原著 Jenny Stoker

译者 吴艳茹

审校 肖泽萍



出

出



人民卫生出版社

孩子与你亲子心理健康系列

幼儿期

you and your toddler

原著 Jenny Stoker

译者 吴艳茹

审校 肖泽萍



长沙卫生职业学院图书馆



CW0065093

人民卫生出版社

Copyright © 2005 Jenny Stoker

All rights reserved.

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子与你亲子心理健康系列. 幼儿期/ (英) 斯多克
(Stoker, J.) 主编; 吴艳茹译. —北京: 人民卫生出版社,
2011. 11

ISBN 978-7-117-14709-5

I. ①孩… II. ①斯…②吴… III. ①幼儿-心理健康-家庭
教育 IV. ①G479②G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 155297 号

门户网: www.pmph.com 出版物查询、网上书店

卫人网: www.ipmph.com 护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

图字: 01-2011-4551

幼 儿 期

译者: 吴艳茹

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京人卫印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 4 字数: 72 千字

版 次: 2011 年 11 月第 1 版 2011 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-14709-5/R · 14710

定 价: 15.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)



孩子,你是我今生最大的奇迹、收获、喜悦、骄傲……
用任何语言来描述你都不过分……

谨将此书赠予我们自己的孩子——是他们教会了我们每一件事情!





作者简介



Jenny Stoker, 与成人和儿童工作的精神分析师, 安娜·弗洛伊德中心的工作人员, 曾多年在那儿开设父母-幼儿团体; 曾在 NHS 的心理门诊工作过; 在专业期刊及育儿杂志上发表文章; 在安娜·弗洛伊德中心给学生授课, 并且是精神分析研究所研讨班的负责人。



该系列编辑前言

A.H.Brafman 博士

我们是带着那样的热情、骄傲和快乐来庆祝孩子的第一个生日,这在其他的生日庆祝上是少见的。12个月前还很无助的婴儿现在显示出大量的表现出他人格的迹象,并投入到与父母的互动中。这些互动给父母带来了强烈的情感,并让他们感到照顾孩子中的所有辛劳都是值得的。这是关于儿童发育的系列丛书,在本册 Jenny Stoker 以其热情和敏锐描绘了孩子成长到幼儿期——生命中的第二年和第三年的生活图景,并呈现了在这一阶段孩子成长中的新困难和对父母的新挑战。Jenny 对此进行描述和讨论的方式对父母一定会很有帮助。

有一些核心的哲理贯穿于“孩子与你系列”丛书始终。每位主要作者都发表过学术性或临床性的论文及论著;本系列丛书则是面向父母。本丛书不是要对读者进行说教,而是告知。从婴儿到成人,父母在养育子女的过程中肯定会遇到各种各样的问题。我们的目的不是提供解决这些问题的方法,而是对这些问题进行描述、解释和讨论。

我们设想两类父母可能会选择阅读本丛书：一类是想在本书中为他们在生活中遇到的问题寻找答案；另一类只是想增长他们有关人类发育史的知识。我们希望本书的写作方式能让两类读者都满意。可以说我们在努力将不同年龄的孩子与父母、家人及外部生活的经验做了解读。作者们写成此书是以他们与儿童、青少年及父母们的大量工作经验为基础的，这些工作经验不仅是在咨询室内积累的，还包括学校、社区机构、教学医院，甚至大部分情况下是与他们自己孩子相处为基础的。

作者试图从孩子的视角去描绘孩子的生活，帮助父母理解孩子的行为、想法和感情，而这些往往可能是孩子们无法用语言来描述的。本书并不是要当孩子的辩护人——在讨论问题的过程中您不会看到任何试图要找出是谁的过错的地方——而是将兴趣点放在从专业的角度努力帮助孩子和父母相互了解彼此的看法上。在我们的书中，作者们详尽地描述了孩子从婴儿到成人能力的逐渐增长过程：对孩子潜力及真实能力的了解才能奠定对孩子行为理解的基础。

有关儿童发育的书，如果不是几乎全部，也是大部分采取了这样一种观点，即孩子是成长环境的产物。在一定程度上，这是显而易见的：孩子讲父母所讲的语言，并选择他们家庭居住地特征性的风俗习惯。我们常常听到有人说某个孩子与父亲或母亲或其他亲人相像，这证实了发育中的个体会对居住的环境做出反应并适应这一环

境。然而,还有另一种真实存在的现象,即同一家庭抚养的所有孩子并不具有同一特性。从科学的角度来看,天性与养育之间问题的讨论没有止境。但从现实角度来看,将与孩子有关的家庭问题看成是相互作用的结果明显更准确,也更有用,而谁是起源及何时以何种方式起源等这些问题在现实中是找不到答案的。父母和孩子不断地从言语和行为中确定自己的期待。他们使这个错误的循环持续不断进行,在这个循环中他们从自己与对方的眼中感觉自己的判断是对的。

父母间对孩子问题的解读明显存在差异,这种现象并不少见。普通家庭中随意一个简单问题都可能会出现这一现象。婴儿哭了:妈妈认为他/她是饿了,而爸爸则感到这是婴儿希望掌控父母生活的一个早期信号。幼儿不吃某些特定的食物:妈妈厌恶地认为这是不听话的开始,爸爸则声称孩子实际上是在表示他可以辨别对味道的喜好了。5岁的孩子要求多看会儿电视:妈妈同意孩子与她一起看她正在看的一个节目,而爸爸则大发脾气,因为他正竭力在家庭中建立一套规则。当孩子进入青春期或青少年时期,这些冲突就成了家常便饭……从实用性角度看,意识到判定父母孰对孰错没有困难这一点很重要,因为从他们各自的参考框架来讲,他们都是正确的。这种分歧产生的问题是无论发生什么,孩子总会站在他们其中的一边,站在另一个的对立面。

毫无疑问,每个父母对孩子的行为都会形成个体化

的解释,这种个体化解释是和父母自己的成长、个性、世界观及经历一致的,这个过程有些是有意识的,大部分则是无意识的。但是,在这个问题中孩子又是如何的呢?当父母对孩子行为的理解不一致时,一般家庭并不会征询孩子对这一行为的解释。如果问孩子,孩子也可能找不到合适的语言表达自己,或者他会被诱导讲一些他认为父母喜欢听的话,或者他的回答听起来如此不合逻辑,以至于没人相信。结果只有专业人员才能探测到孩子“真正的”动机和意图。

显而易见的是每个家庭有他们自己与孩子相处的风格。每个孩子的发育不可避免地会受到父母对其行为反应的影响,虽然这种影响不是决定性的。而且,对父母来说,准确地知道孩子所获得的发育能力相当困难。没有任何孩子在某时的行为表现、生活应对及反应能力能超出他的能力范围之外。这是本丛书强调的地方。我们试图描述不同年龄阶段孩子的认知、智力及情绪的发展,以及这些逐渐演变的阶段如何影响孩子自身的经历,如何影响他感知所居住的世界并与之相联系。我们希望父母通过阅读该系列丛书,可以从全新的视角看待自己的孩子。

关于书中所用代词的说明

为了简化语言,在本系列丛书中,一般情况下,我们用“他”来指代儿童,而用“她”来指代父母。没有特定背景的情况下,“父母”指的是妈妈、爸爸或其他重要的照料者。



目 录



引言	1
第1章 在阈值期:从你的怀抱到自己站立	9
好奇心和试验	9
全能感:宇宙的主宰	12
小幼儿的心理	13
小幼儿的情绪	16
小幼儿的父母	18
但我的孩子不是这样的	22
前行	24
第2章 冲突的激情	25
两难抉择:一起或分开	25
学习“不”	28
爱与恨	31
第3章 了解他们自己和你的心理	36
努力彼此了解:思想和情感	36
向你学习	38
建立他者感	40

误解	43
第4章 游戏和语言	46
早期的意象和游戏:应对所缺失的	46
探索性游戏	48
接受孩子的游戏	49
在一起和分开	50
通过游戏表达情感	51
与孩子一起游戏	53
语言	55
语言和应对	57
学习语言中的困难	59
第5章 这究竟是谁的身体	63
愉悦	63
吃进什么	65
在吃饭上的战争	66
大小便训练	71
困难和事故	76
第6章 分离、睡觉和兄弟姐妹竞争	79
睡觉和分离	79
在三人关系中取得妥协	81
离开:幼儿的感受	82
离开:你的感受	84
白天的分离	87
兄弟姐妹竞争	88

第7章 不再是幼儿:迈向更宽广的世界·····	92
忍受挫折和管理愤怒情绪·····	94
男孩或者女孩·····	98
想象性游戏·····	100
幼儿对自己和他人心理的意识不断增强·····	101
了解什么行为是被接受的·····	103
父母的挑战·····	106
建议阅读的文献·····	108





引言



大部分的父母都会带着喜悦和成就感庆祝孩子的第一个生日。他们的孩子在过去的几个月获得了巨大进步。与他出生时相比,他的体重增加了好几倍。他不再只能爬,依赖别人来抱他或者是有人来搀着他。他现在一天的大部分时间都醒着。他微笑或者开怀大笑,能够认出家人,并自信地牙牙学语。这种发育对婴儿和父母来讲是这么快,很容易让人感觉接下来的几年显得不那么重要。第一年的兴奋结束了。现在你安定下来与家庭在一起,而未来的发展会稳步向前。就像你读着孕期的书籍,你读到了与第一年有关的内容。但是对于其他,其进展被认为是渐进的,不那么显而易见,也许也不那么令人兴奋。

事实上,尽管同第一年的发育相比没有那么显而易见的变化,随后的发育中还是有着巨大、重要的变化,特别是在幼儿期。结果是,父母在开始认为能够以某种可以预见的模式安定下来的时候,发现他们又得重新适应,有时候就像在第一年时要做的调整那么大。对很多父母

来说,这会让他们感到惊奇。有些人会带着欣喜来接受,而有些人则会感到困难。本书的目的在于帮助父母理解与幼儿相处中的未知领域。

如同在所有的发育中,幼儿的生理特点、情绪特点和孩子所处的环境交织在一起,共同决定了孩子特定的发育模式。在一岁时,最重要且显而易见的生理变化是开始具有行走的能力。幼儿期这样的称呼不是没有道理的(译者注:英文幼儿期 toddlerhood 直译为蹒跚学步期)。幼儿期的主题是蹒跚学步——摇摇晃晃、不稳,但是直立的姿势,是稳定向前走的前提。与此相伴的是有更好的运动控制,以及对环境中的物品的掌控感加强。这些身体发育衍生了在第二年和第三年巨大的情感挣扎:与父母在控制方面的冲突、与父母的分离冲突、获得即刻满足的愿望和社会环境中现实要求间的冲突。当然,这些冲突以不同的程度持续一生,但是在第二年和第三年达到特别的强度,因为孩子第一次体验到他能够从父母身边离开。他在活动和吃饭上不再完全依赖父母。这对孩子和父母来讲,都是既让人害怕又让人兴奋。

与有较强的身体能力来进行分离紧密相联系的是语言的发育。有了更好的交流能力,孩子也更能够独立于父母行事。当语言能够架起孩子和父母间的沟通桥梁时,身体上的亲密就不再那么至关重要。他开始能够用言语表述他的愿望,也更加能够控制他的环境。与此同时,他能够更好地理解别人的话,这意味着他更加能够意

识到别人对他的愿望的限制。但是语言有助于他掌控自己的狂暴情绪:通过言语的交流,他知道他能够被理解,他的情感可以被分担或分享,他也由此得到帮助。于是他开始学着表达情感。

当孩子从父母身边离开迈向一个更大的世界,他与自己的关系发生了改变。第二年伊始,他觉得自己是环境中的王者,整个宇宙的中心,是太阳,他的父母是主要的行星,而家中其他亲人和朋友是小行星,都是围着他转的。他与别人打招呼的自恋性的欢乐在第一年的第7~9个月达到巅峰。在第二年末,他开始认识到其他人的想法和情绪并不总是和他一样,他开始意识到在他的王国里有竞争,其他人也会有自己的一席之地。同时他还意识到,其他人中的有些人可能比他拥有的更多,比他更强大。

与这些变化相平行的是他的想象性游戏的能力增强,而且他日益能够象征化自己也身处其中的游戏情节。从一个1岁的孩子,用他所能看见的实物游戏并加以探索,享受躲猫猫和逗笑的游戏,他长大成为一个3岁的孩子,能够描绘他自己内心体验的故事,以及他未曾体验但是想象出来的故事。

对父母来说,这会是很混乱的时期。在前一分钟,你的孩子似乎已经很大了,往前跑,展示着令人兴奋的新的身体技能,自信而骄傲地奔跑、跳跃、攀爬,在下一分钟,他又像受惊的小动物牢牢地抓住你,无法从你身边移开

半步。这段时间,父母常常感觉被孩子套牢和控制了,但同时很为孩子感到兴奋和骄傲。这一阶段父母常常感到冲突。当孩子展示他令人担忧的技能,却又跑出你能够保护他的范围,你会很为孩子的安全忧虑,同时又觉得被套牢、很有负担,因为他又会要求你把他举起来或者抱着他走,这时父母该怎么办呢?如同在第5章会看到的,对他的身体的拥有权的意志战争开始出现,特别是在吃饭、大小便训练和穿衣上。前一分钟他还要你给他做所有的事,下一分钟他就完全要自己做了。

当孩子的人格开始呈现时,父母的角色相应地也要有所变化,而且父母失去了对孩子的全能感。有些人对此会感到悲伤,因为由弱小、无助和依赖的婴儿所激发的温暖感被现实所取代:父母不再像以往那么被孩子需要。对曾经被孩子的无助和脆弱吓着的父母来说,幼儿的发育对他们而言是一种解脱。他朝向外部世界的新步伐会让父母觉得负担减轻了。这些父母会为孩子在朝向独立上的进步和交流起来更加顺畅感到快乐。但是对大部分的父母来说,新的阶段会带来复杂的情感。有时候孩子会让他们开心,有时候他会拥抱他们,有时候他会让人失望。在这一个阶段,父母常常会陷入与孩子的意志战争中,因为孩子要努力去获得控制和独立。很多父母吃惊地发现,他们很容易就和孩子争执起来,就好像是被孩子激发起来的情感使父母陷入到与幼儿的争执中,自己也要有发言权。

这一阶段发育的里程碑是比第一年更加开放。你和孩子可能比以往更常外出。这一阶段可能父母会去关注其他同龄的孩子会做什么了。常常第一年所没有的焦虑这时候开始出现。与其他孩子相比,你的孩子会做什么,这会减轻焦虑。

这本书讲述的是你的孩子从一个还在怀抱中的孩子发育成一个学龄前儿童,身体变得强壮,准备着从父母和核心家庭转向家庭外的世界。它还讲述了你自己与之相关的发展的故事。在讲述这些故事时,我尽可能避免使用实际年龄。儿童在不同的时间有不同的发展步调。比如说,有的孩子早期在素质上就是更倾向于身体发育,而有的孩子则是语言发育好一些。有这样的危险,父母会觉得孩子的发育在某个阶段是这么的显而易见,怎么突然就止步不前?如果他在2岁时还不能跳跃,是否就意味着他以后一生在运动上都没有什么指望?如果他不能分享,是否他一直都是个很有攻击性的囤积者?如果他总是害羞地黏着你,是否他永远不会离开家?

当然事实远比这些复杂。在婴儿期,孩子天生的特质与周遭的环境以及我们所熟知的总的发展轨迹交织在一起,共同创造了孩子的人格。研究显示,自然和教养之间的区别并不是泾渭分明的:孩子最早期的关系和体验非常直接地影响了他大脑的硬接线(hard-wiring),而这些改变和素质的发展将随着他的成长影响将来与环境的互动。这样的互动是无限变换和微妙的。