

著名世界譯漢



法養教理心的童孩

著 生 華
譯 人 迪 惠

行發館書印務商



J. B. Watson 著
潘惠迪 校譯
菽人 校譯

漢譯
世界
名著

兒童的心理教養法

商務印書館發行

66852

中華民國二十七年七月初版

(21028)

漢譯世界名著 兒童的心理教養法 一冊

Psychological Care of Infant and Child

每冊實價國幣伍角伍分

外埠酌加運費匯費

J. B. Watson

惠迪 人

潘菽

長沙南正路

王雲五

長沙南正路

商務印書館

各埠

商務印書館

發行所

印刷所

發行人

校訂者

譯述者

原著者

版權所有
翻印必究

*E三九三四

港

(本書校對者喻飛生)

致謝

這本小書能够與讀者相見，我首先便要感謝潘菽先生。他化了許多的時光爲我的稿本校改了兩次，使我這個並非專習心理學的人能把這本書貢獻給國人。如果這本書對於兒童的家庭教育有一點幫助和實益，那完全是他的賜與。

其次我要致謝的是羅志希先生。得了他的介紹，使我這本小書有出版的機會與可能。

此外如米君養明、萬君方、謝君、呂君寶全及我妻寶雲等，均曾給我這本小書許多協助，一並在此致謝。

二十三年八月——譯者

序言

動物的進化和幼穉期的延長相並行，社會的進步也和對於幼穉者的教養的重視相並行。如何訓練幼穉者以適合並控制現實的和改變中的環境，這是人類所有最重大的事業。在這種事業中，人類找到了控制他自己前途的命運的一個主要的方法。

當一個民族到了對於自己——尤其對於幼穉者——也不愛惜珍重的時候，那個民族一定是衰落不堪，一切文化的企圖都談不上了。政治和教育是推動社會的兩個輪子。從一個社會對於幼穉者的教養所有的考慮和所費的勞力，可以知道這個社會的健康狀態和前途的希望。

中國現在正處於一種極危迫的情境之中，須要大大的控制自己以圖生存。就教育一端而說，我們不僅須要知識的灌輸和技能的培養，所最須要的尤其是社會生活的訓練。中國所須要的教養，應該較現在所有的具有一種更根本更澈底的意義。這就是說，中國的後進者在行為習慣方面須要澈底的改造。又我們不僅須要學齡期的教育，我們並且須要學齡前期的教育。兒童到了六七

歲可以進學校的時候，許多基本的習慣已根深柢固的養成。教育者在這時所能做的至多不過是一些表面上的改變和修飾，對於兒童整個的品性已難能為力。打鐵要在初出爐子的時候，耕種要在雜草還未萌生的時候。中國的教育如要產生一點轉移社會的力量，非改變方向多多注重嬰兒期的育養不可。

在這樣的觀點之下，Watson 的這本書是特別值得介紹到中國來的。在這本書裏，我們可以找到許多有價值的提示，發見許多關於教養兒童的而為我們平常所想也沒有想到的問題。這種問題雖為我們一般所忽視，但卻是兒童教育的基石。又最重要的是著者告訴我們一些控制兒童的行為的方法。這種方法是實驗室裏所試出來而實際行之有效的，不是憑着理論或個人的意見所定下來的可比。

這不是一本理論的書，不是一本泛泛的討論兒童教育的書，乃是一本實際指導的書。亦許有人要覺得裏面所討論的事情未免流於瑣碎。但這正是這本書所有的一種特殊的價值所在的地方。關於實際問題的指導，我們所最須要的是具體的例示。假如有什麼一般的原則也必須在具體

的例示中纔能清楚的說明。從這書裏面的似乎瑣碎的討論，正可以看出教養兒童確是一件很精細的工作，處處須要留意的。

這本書的價值，在出版後已很迅速的爲我國學術界所認識。四五年來已有好幾種翻譯本子。黎明書局有一種（章益潘路基合譯），國聞週報刊佈一種（黃鈺生譯），商務印書館有一種，尚未出版，恐怕稿子已被燒去，另外聽說還有一種，不知何處出版。現在惠迪人君的譯本是第五種了。據我所知道，沒有任何外國的著作曾被中國人翻譯得這樣起勁。此外雜誌和報紙上也常常看到討論兒童教育或情緒教育的文章，都是介紹或根據 *Watson* 的研究的。

惠君起初着手翻譯這本書的時候，並不知道已有其他的人從事翻譯，所以他的動機並不是要和別人爭勝。他不過覺得這本書確有介紹到中國來的價值——尤其是不知教養兒童爲何事的中國——所以他便着手翻譯了。我覺得惠君的翻譯方法是很忠實的，凡原本的聯句和語氣可以保存的地方都儘量的保存。其實這是翻譯的唯一方法，否則便不能算是翻譯。所謂「信」「達」「雅」的三個原則，只有信和達是須要的。有許多人的翻譯因爲要雅，反而弄得不信不達。所以雅不

但不須要，並且不應該作爲翻譯的一個標準。假如真能做到信和達，雅便不成問題，除非是原文有毛病。至於信和達我以為也有連帶關係的。不信決不能算是達，不達也不能算是信。所以翻譯的唯一標準只有忠實於原本。惠君的這部譯本，對於忠實這一點總算盡了十分的努力，對於信和達雖然不能說已充分的做到，但我敢說已達到很高的程度了。因爲如此，所以雖然已有好幾種譯本，我還是很慫惠君把他的譯稿想法出版。一種著作而有幾種譯本，這是翻譯界常有的事。何況 Watson 這本書是這樣重要，而惠君的譯本也有牠的特殊優點的。

最後我還有和原著者的一個同感，就是教養嬰孩的事情假如要做得好，除非有專門的組織——如育兒所之類——不可。各個的家庭是很難信賴牠們去好好的教養兒童的。不過現在我們只有家庭而沒有專門的育兒組織，所以更應該在家庭中盡我們力之所能做到的。嬰孩的教養不是一個家庭問題，而是社會與國家的一個重大的任務。質之讀者，以爲然否？

二十二年五月十五日，潘菽於中央大學。

導言

自從我第一次看到何爾突博士所著『兒童的哺育與照料』(Dr. Holt, The Care and Feeding of Children)那書以後，我便常想什麼時候能寫一本關於兒童心理方面的照料的書。那時我相信這種心理方面的照料，正和生理方面同樣需要的。近來在某方面我相信這是更加重要了。健康的兒童確能在極不同形式的哺育和身體的照料中成長起來。他們可以受不良營養和疾病的阻礙，可是經過幾天適度的管理以後就可以恢復他們的體重和體力了。

但是在幾天之內由於不良的管理而一次把兒童的性格弄壞了，誰能說所有的傷害是可以修補的呢？

我知道這本書對於心理方面，是不如何爾突博士對於身體照料方面那樣完備，但行爲學者至今尚不十分知道如何可以做成一種完全滿意的工作。我們纔剛剛開始相信有關於兒童與嬰孩的心理方面的照料這回事而已。

現在還有很多母親不高興有人告訴他們怎樣哺育兒童。她們的祖母不會有十四個小孩而養活了十個嗎？她們自己的母親不是有六個或八個小孩都養大了——而她們從未會需要一個醫生去告訴她們怎樣哺育嗎？至於祖母的孩子們有許多長得有佝僂病，有壞牙齒的，有營養不足的身體，總之容易害各種各樣的病，對於那不願意聽怎樣科學地去哺養孩子的話的母親，似乎是無關緊要的。但是很多母親，已覺得何爾突博士的書裏有些話是與聖經有同等價值的了。他的書已出到二十八版便是充足的明證。

父母們——尤其是母親們——對於怎樣在心理方面照料小孩的忠告和指導表示更強烈的反感。爲什麼做父母的還須要關於他們應該給多少愛情與兒童這種忠告，或關於在家裏一天到晚應該怎樣管理和處理他們的兒童的任何這類話呢？『我不能把我的孩子抱在膝上，我不能讓我的孩子同睡在一起！我不能隨意讓孩子在我身邊頑假，如我要時我也不能打或罵他！我須得在他一生下來就告訴他關於性的事情！誰會聽過這種話呢？』不要以爲這是一種落伍的態度。在每一都市、鄉村和城鎮的大街上你所遇着的正都是這樣的父母們。你可以在大學教授，甚至於小

兒科醫生的家庭裏聽到同樣的反抗聲。就是進步的母親們——那些熱心聆聽照料小孩的嘉言的母親們的家庭裏，你也可以聽到這種異議——「行爲學者是合乎正軌的，但是他們走得太過了。」

兒童是否應該有個別的家庭——甚至於兒童是否必須認識他們的父母，這在我心中是一個嚴重的問題。無疑的，我們可以有更合於科學的方法來養育兒童，使他們成爲較美好，較快樂。我想爲父母者總希望兒童快樂，有能力並很適應於生活。但是我假如對任何母親提議將她的孩子領來，保證把他教養得很好，並證明她自己不適用於帶領孩子——她不免要帶領出一個虛弱者，一個縱容嬌養的，陰沉羞怯的孩子，將來要成爲一個說謊者與小偷——她會把孩子給我着？不會的，社會的壓迫要她有一個小孩，保管着一個小孩，使大家知道她是一個有合法小孩的女子，那是很強的——那是我們社會風尚的一部分。

我們有家庭在一起——不可避免不可動搖的在一起。即使已經證明不良，我們仍要常有着牠。行爲學者不得接受家庭的存在，而一方面想法把牠做成最好的。他們的任務在設法使做母

親的對於照料小孩的事情——對於她養育小孩的試驗所有的責任採取一種新的觀點。

因為行為學者們知道兒童方面很少有和本能相當的東西，因為兒童是養成的而不是生成的，所以不能帶領出一個快樂的，適應良好的兒童——假定身體是健康的——其責任要落在父母們肩頭上的。採取了這種觀點便使養育兒童成爲一切社會義務中最重要了。

因為養育兒童最嚴重的錯誤是在情緒方面，所以我對於情緒習慣的成長予以特別注意。其餘所要講的兩方面是日間和夜間的照料，以及所應給兒童的性的指導的種類和分量。

對於這本書可有的許多批評之一是說，這主要是給那有閒暇研究兒童的母親們讀的。我所以選擇比較幸運的母親作我的讀者，完全由於我希望有一天人們將澈底了解嬰孩期最初兩年的重要。知道了這種重要，每個婦人都要慎重的問一問她的情境是否適宜可以有一個小孩。在今日我們都爭論着是否我們能够購置一輛汽車——是否房屋裏或公寓裏可容納養一條狗——是否有錢能加入一個俱樂部。但是年輕的母親，很少計慮到她的家庭是否能容納一個小孩，或她丈夫的月薪或每週的工資，是否足够再多哺育一個常常會餓的身子。不，她是就此有了小孩而我

們都趕快去向她倆道賀並且爲了一件每年在美國發生二百五十萬次的事情而面有喜色而詔笑。生一個小孩應該是一件經過細心考慮的事情。沒有一個母親有權利生一個孩子，假如她在嬰兒最初的兩年不能給他一間獨有的房間。我將把這個作爲先決的條件。

當兩千五百萬美國家庭，都了解了兒童應該有一間獨有的房間，和適當的心理方面的照顧時，就不會生出那麼許多小孩了。我們的口號將是不要更多的小孩而要更好養育的小孩。以爲我們的人口必須繼續維持並表示增加，那完全是部落戰爭中產生出來的一個古舊的迷信。假如美國的生產率開始降落——甚至比法國還快，爲什麼我們要管牠呢？現在世界上的人太多——太多的人有着殘缺的人格——被一種從幼小時未算清的債累（由於錯誤的教養）所束縛，以致對於幸福的生活沒有機會。

如果這本小書，對於認真的母親解決養育一個快樂兒童的問題有任何的幫助，牠的目的便充分的達到了。那種快樂兒童，比方說，除非確被針刺了決不哭的——他浸沉於工作與遊戲之中——他迅速的學習克服環境裏的小困難而不必求助於母親，父親，保姆或其他成人——他不久

就養成種種習慣使他渡過陰暗與風雨的日子——他學得必要的禮貌，整齊和清潔的習慣，使年長者至少一天裏有一部分時間喜歡和他在一起——他是一個喜歡接近成人而不斷要人注意的小孩——他給什麼就吃什麼而不揀嘴——他放上牀睡覺休息時便睡覺休息——他到了三歲便拋棄兩歲時的舊習慣——他過渡到青年時期已充分預備，使青年期正是一段豐饒的歲月——而最後他進入成人時期，已有恆的工作和情緒的習慣的保護，因而沒有困阨能怎樣壓倒他了。

一九二八年五月一日於紐約——著者

第一圖 手的左右試驗

手的左右是遺傳的還是獲得的？

驗這點，我們將孩子們先用右手再用左

手執着小棒所能支持他們自己的時間

記錄下來。較大的孩子，我們用紅色糖棒，

他伸出這隻或那隻手。



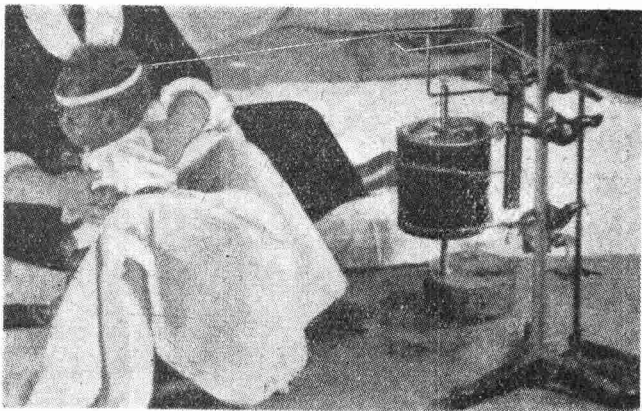
第二圖 八丙司奇 (Babinski) 的反射

這是新生兒一個奇怪的反應。如果腳掌被刺，足趾向外展開而大趾向上撓（伸張），如成人的腳底用火柴頭突刺時，所有足趾都『緊握』或『抓合』起來。患了某種神經系疾病時，成人足趾的反應纔會像嬰兒那樣。嬰兒期的這種反應是由於神經系統之未成熟（並非疾病），一歲和兩歲之間便消失了。



第三圖 頭的穩定試驗

六月大的孩子應該能够把頭抬起來了。要研究頭部支持的精確程度，用一條軟帶扎着孩子的頭。從軟帶繫一條細繩到記錄器的槓杆上。如果頭是固持不動，槓杆畫出一條直線。任何搖擺便成波浪紋。這照片示一個六月大的孩子已經能够好好的固持頭部幾分鐘之久了。

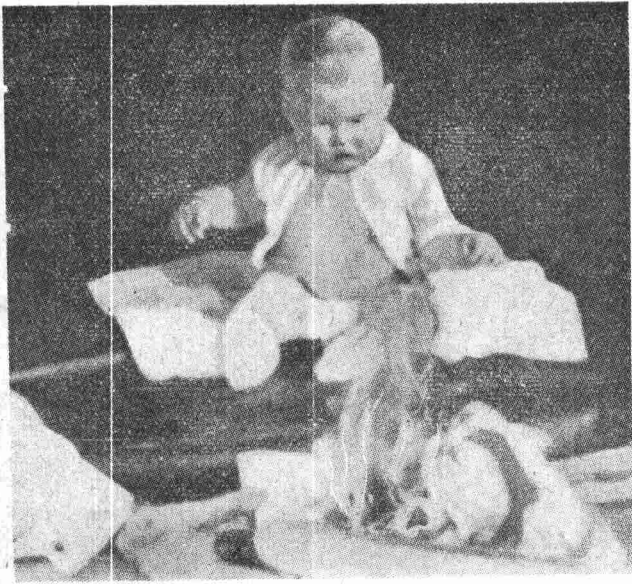


第四圖 第一次見火並不駭

怕

這孩子每日觀察已經九月了。做這試驗之前，他從沒見過火。他正注視着燃燒報紙的活潑火焰。不表示絲毫恐懼的情態。

這是要找出除開訓練或習慣以外兒童恐懼何種東西的若干試驗之一。



第五圖 第一次與兔會見

很多人相信嬰孩怕有毛動物。這個

八月大的孩子初次看見一個有毛的活

動物。他像接近玩具那樣勇敢去接觸兔

子。當他的手摸着牠時，他不發抖，也不縮

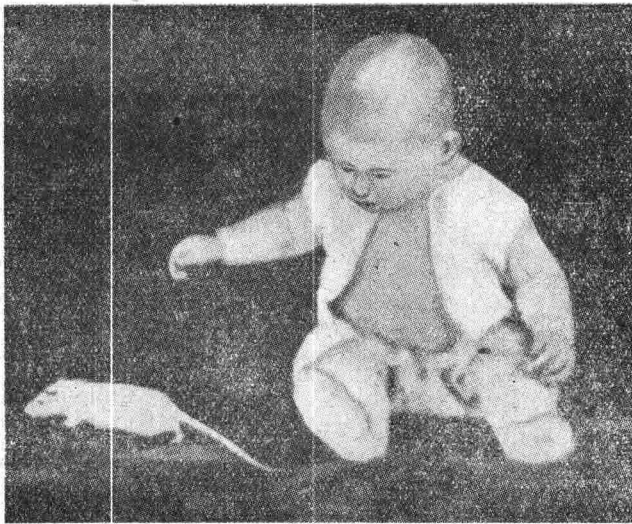
手。



第六圖 看到一隻白鼠

不怕有毛動物之又一證明。同前圖的小孩初次看見白鼠。他盡所能的快去抓牠。現在大多數成人（尤其是婦女）是怕老鼠的，但我們的試驗表示一切這些類似的恐懼都是獲得的。如何解釋請參看十七頁。

我們從這個以及其他的孩子們的試驗確定的證明，我們相信對於有毛動物的遺傳的恐懼是沒有的。



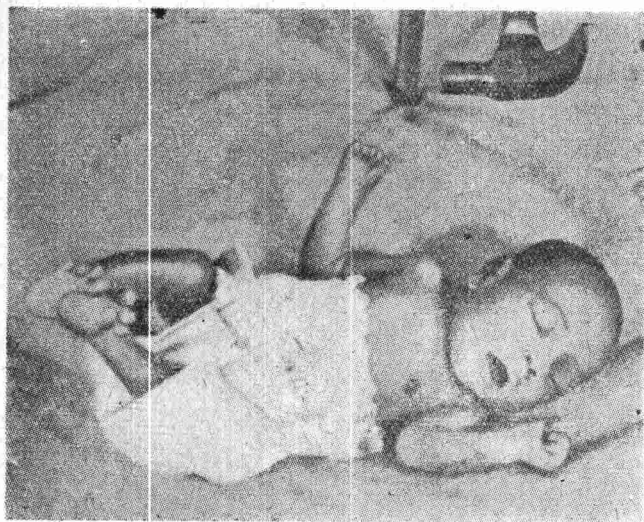
第七圖 與狗握手。

人們有一種傳說，以爲孩子生來就怕大動物。這裏是一頭大的，有毛的狗，比孩子大上幾倍，他有生以來第一次看到牠。他立刻伸手去並開始握牠的足掌。沒有怕的表示。便是當猴子初出現於他面前時，他對牠們的反應也是積極的。



第八圖 他怕一種東西

我們的試驗表示有兩種東西，使那雖是新生兒也都發生恐懼，並且祇有這兩種。一種便如圖所示，嬰兒安靜的躺在絨毯上。緊靠近他的頭部用錘子敲擊一枝鋼棒。驚恐產生了——肌肉緊張並哭叫。許多種高聲能產生這種反應——鐵盤的猛擊——彈簧窗簾的縮捲——屏風或窗子的掉落。



第九圖 失持是別一個唯一的恐懼

別一個使新生兒恐懼的是失持。此圖所示的孩子，是剛剛將他睡在上面的絨毯突然抽去了的。雖有一種安慰的東西留在他嘴裏，他仍哭叫並表示恐懼。

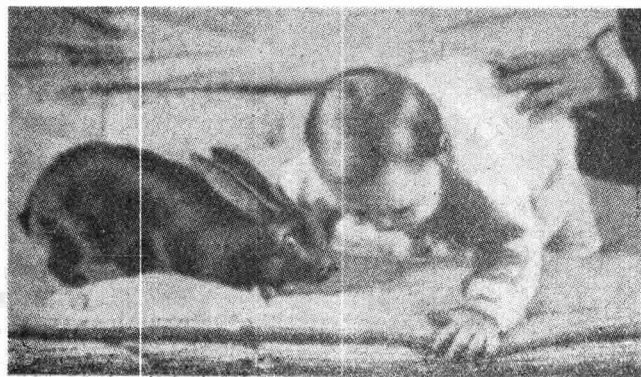
我們的結論是，人類兒童表示恐懼，只在於聽到高銳的聲音，或當支持及平衡突然被妨礙的時候。



第十圖 他現在怕他有毛的朋友了

在這兒我們看到一種人造的，養成的恐懼。這是第五圖中所示和兔子頑耍的同一小孩。這種恐懼是由在十七頁上所講的制約過程用實驗方法養成的。現在當孩子一看到這兔子，他就哭叫，伏下並且開始爬開去。

我們的多數恐懼是於早期在家中，或遊戲場所發生的一種或他種事情所形成的。從這些實驗中可以得到相對的使孩子免於恐懼的一些實用的指示。參看第二十三頁。

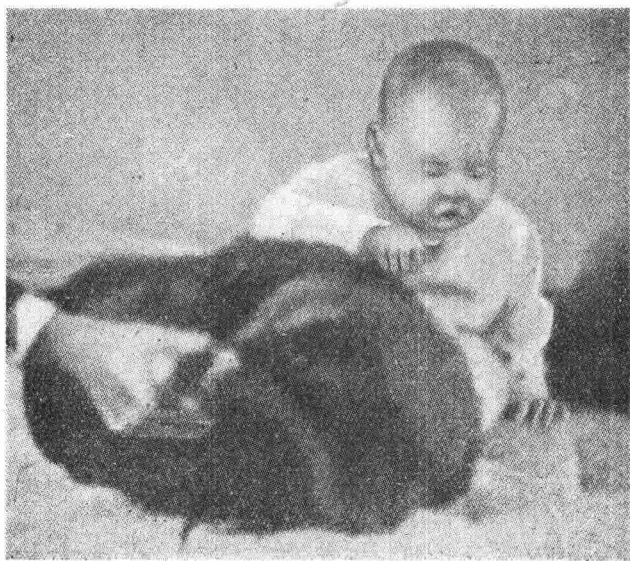


第十一圖 他從一個皮暖手

筒避開

在已經被『制約』了怕那毛兔以後，這是他對於毛暖手筒的反應——第一次看到他現在怕一切有毛的東西——狗，貓，鼠與兔，甚至暖手筒和圍領都怕。

這些東西並不要一項一項來制約的。



第十二圖 現在雖是聖誕老人的面具他也怕了

一經制約以後，甚至見了聖誕老人面具的長鬚，也使孩子趕快爬開，哭着，並且搖頭。他以前沒見過。這反應也是我們造成他對於兔子的制約恐懼的直接結果。

實驗上既表示這些恐懼能被養成，其後我們便開始研究一種移去牠們的方法。我們發現牠們能用一種很簡單的常識的方法移去。參看二十三頁。



第十三圖 一種家庭長成的恐懼

不是一切陳列着給你看到的恐懼都是實驗室的產物。

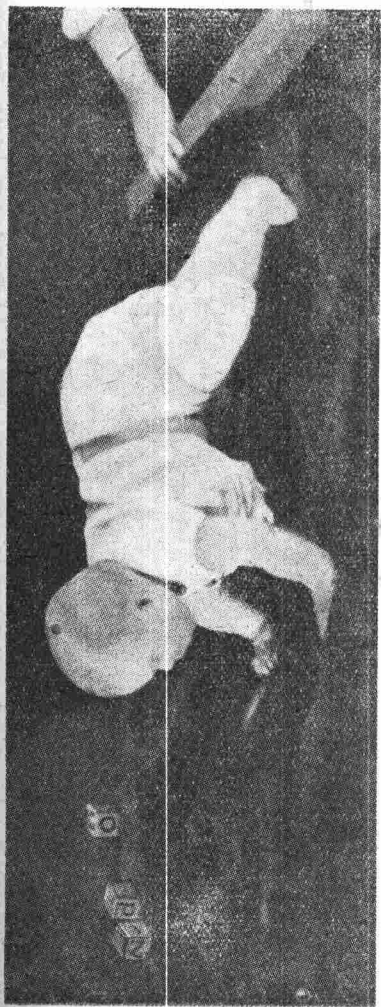
這裏是一位兩歲半的美孩子，溫柔地養育在我們最好的——美國家庭中。嬰兒時代，她曾被一隻大狗跳上她的車，對着耳朵吠着而受驚的。這次經驗竟制約得使她對於狗，兔，鼠以及猴子表示恐懼。

這表明嬰兒時代所發生的制約恐懼，可以保持一個長久時期——一生都可能的。



第十四圖 「預備」

另外所研究的活動是孩子怎樣學爬。這是示一個九月大的嬰孩，蹲伏着預備躍進以取他前面的明亮的鋼球。一根木棒標記了他的出發點。下一圖的照相表示這動作完成。



第十五圖 「起」

這孩子如上圖所示是用他的雙膝屈起，然後向前躍進而學着爬的。沒有兩個孩子用同樣的方法學爬的。有些用肘撐着前進，有些抵着足趾推進身體。有些孩子事實上不爬。他們用一些支持物的幫助將他們向前，然後從這樣東西渡到那樣東西。



第十六圖 抓住嬰兒引起憤怒

從初生起只有一種情境能引

起怒的反應，就是干涉嬰兒的活動。

輕輕的，但是堅定的執住頭，腿或軀

體，差不多每次都足以引起怒來。別

種東西如能引起怒來，那完全由於

制約的作用了——參看四十七頁。



目次

第一章	行爲學者怎樣研究嬰孩與兒童	一
第二章	兒童的恐懼及其控制方法	一三
第三章	母愛過多的危害	二九
第四章	怒和發脾氣以及怎樣控制牠們	四二
第五章	兒童日夜間的照料	五九
第六章	關於性我將告訴孩子些什麼呢？	八六
第七章	行爲學者的申辯	一〇九
譯者附言		一一二

鐘。這樣可使小孩習慣於男性的社會，並且這樣，他可有機會向父親追問許多問題。

孩子們應當帶玩具上牀嗎？

孩子們應當讓他帶任何東西上牀嗎？許多母親這樣發問。這是一個容易染上而很難打破的不整飭的習慣。

自然，讓孩子帶一兩件玩具到牀上去，對他並無若何嚴重的害處。而且，有一種議論是常提出替牠辯護的。就是如果孩子不肯即刻就寢，他可以有東西頑着——或是早上還沒有到應該起身的時候已經醒了，他也可以有什麼東西頑着。這樣不會惹起他探究自己的身體。但事情常是這樣的，這習慣讓牠養成以後，到應當早已把這種幼稚行爲拋棄時還存在着。這種習慣常帶到成年的生活裏。那時牠可以變成很討厭的。

熄燈前的最後視察

每個母親應當對於睡覺時的管理加以忠誠的注意。在你離開孩子的臥室之前，看看慣常替孩子做的每件事情都做好了沒有——他是否已喝過了水——已上過廁所——他的便壺是否

間去處理，而且要有適當的分量，或早或遲和太過不及都是有害無益的。這種習慣一旦在幼年養成以後，則一生將不會破壞，而使他一切生活都是有計劃有效果的。

四、要訓練孩子很早便能自己處理其生活。這樣既可以增加他的能力與技術，更能够養成一種不依賴和自治的性格。至於減少發怒和溺愛的機會，那是更不待言了。這種工作開始當然很困難，花費許多時間，尤其需要耐心；但是一旦訓練成功以後，就再不會煩勞你們。這種一勞永逸雙方獲益的辦法，爲何不去嘗試呢？

五、要讓孩子做有系統的工作。這是指兒童的雙手訓練。最年幼的時候，當然是選擇玩具給他玩。這決不僅僅是玩，而應該含有教育和工作的意義。要如本書所指出的那樣留心 and 注意。稍後，讓他熟悉玩具的各種結構與組織，並充分明瞭其功用；不但可以拆開，尤其要能有程序的裝配起來。更進，供給他一切原料和簡單的工具，指導並鼓勵他自製玩具或什物。務使他的雙手很早習得工作的習慣和相當的技巧，作將來生活和工作的準備。

六、語言和文字的訓練也宜特殊的注意。中國人普通語言發表的能力很差，文字運用的技巧

我再不想多寫下去以煩勞讀者們了。最後，我誠懇的希望讀者，在你們已做或將來做了父母的時候，對於你們的孩子，從出生到以後的幾年間，務必要慎重忠誠的教養和照顧，切不可把他們或她們最可貴的時期，交給不關痛癢無知無識的那些阿媽乳娘之類去擺佈。這是我最後最大的忠告。我們知道科學的教養並不花費你們太多的時間，決不致影響你們參加社會或生產的活動。不科學的育兒，不但把母親解放了（比較舊式的育兒可減少許多時間）而且將來也許可以連家庭都否定了呢（理由如本書所述）。牠證明了專門科學育兒的組織和機關是最良好的最適當的。那是已有或將必到來的時代。可是在家庭尚爲人類社會基本組織的現在，我們也得進行工作。延用傳統的古舊的方法是不能合乎新的要求的呀！

二十三年一月十六日於中央大學圖書館。

第二圖 八丙司奇 (Babinski) 的反射

這是新生兒一個奇怪的反應。如果腳掌被刺，足趾向外展開而大趾向上撓（伸張），如成人的腳底用火柴頭突刺時，所有足趾都『緊握』或『抓合』起來。患了某種神經系疾病時，成人足趾的反應纔會像嬰兒那樣。嬰兒期的這種反應是由於神經系統之未成熟（並非疾病），一歲和兩歲之間便消失了。

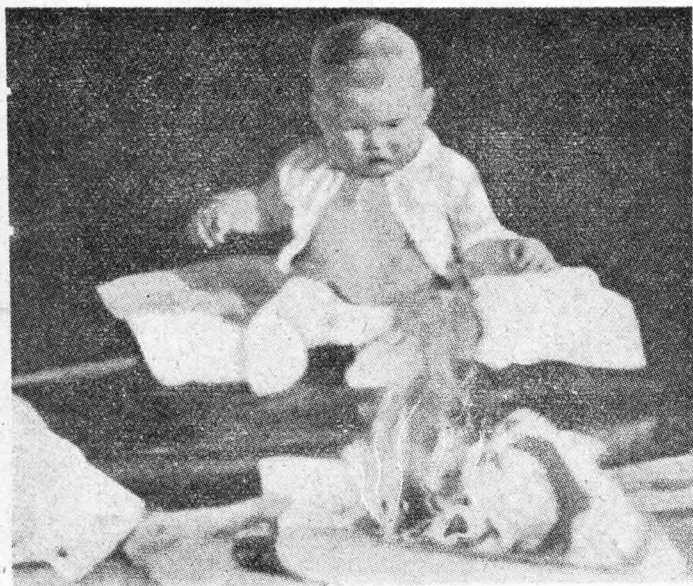


第四圖 第一次見火並不駭

怕

這孩子每日觀察已經九月了。做這試驗之前，他從沒見過火。他正注視着燃燒報紙的活潑火焰。不表示絲毫恐懼的情態。

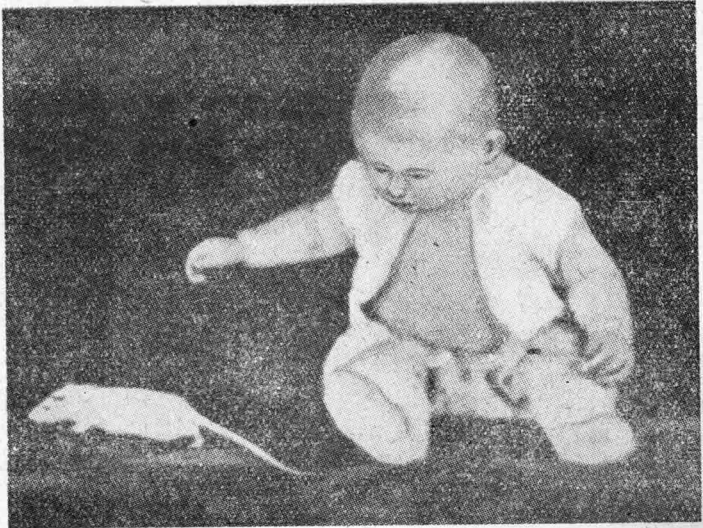
這是要找出除開訓練或習慣以外兒童恐懼何種東西的若干試驗之一。



第六圖 看到一隻白鼠

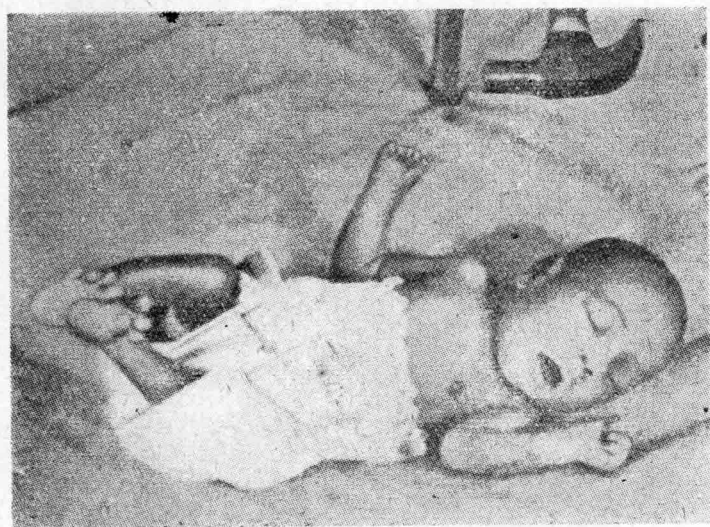
不怕有毛動物之又一證明。同前圖的小孩初次看見白鼠。他盡所能的快去抓牠。現在大多數成人（尤其是婦女）是怕老鼠的，但我們的試驗表示一切這些類似的恐懼都是獲得的。如何解釋請參看十七頁。

我們從這個以及其他的孩子們的試驗確定的證明，我們相信對於有毛動物的遺傳的恐懼是沒有的。



第八圖 他怕一種東西

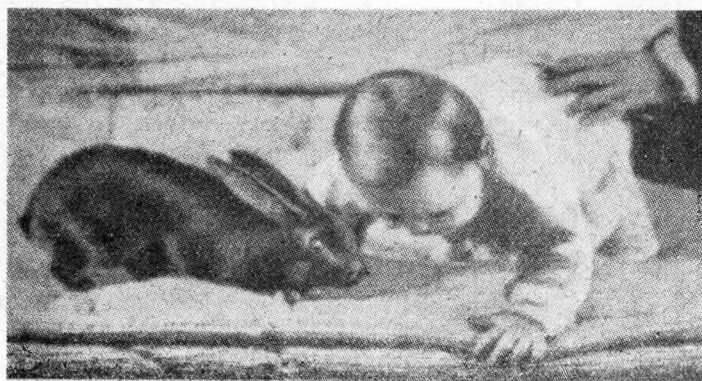
我們的試驗表示有兩種東西，使那雖是新生兒也都發生恐懼，並且祇有這兩種。一種便如圖所示，嬰兒安靜的躺在絨毯上。緊靠近他的頭部用錘子敲擊一枝鋼棒。驚恐產生了——肌肉緊張並哭叫。許多種高聲能產生這種反應——鐵盤的猛擊——彈簧窗簾的縮捲——屏風或窗子的掉落。



第十圖 他現在怕他有毛的朋友了

在這兒我們看到一種人造的，養成的恐懼。這是第五圖中所示和兔子頑耍的同一小孩。這種恐懼是由在十七頁上所講的制約過程用實驗方法養成的。現在當孩子一看到這兔子，他就哭叫，伏下並且開始爬開去。

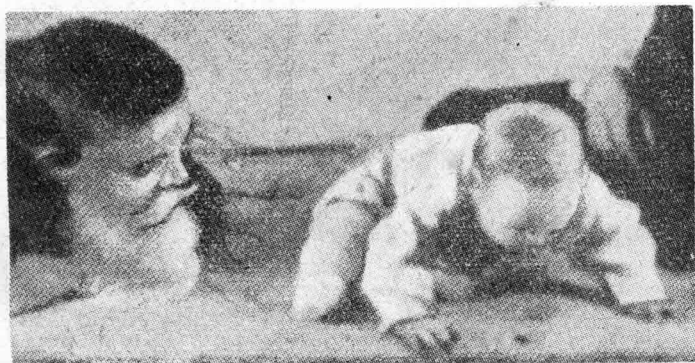
我們的多數恐懼是於早期在家中，或遊戲場所發生的一種或他種事情所形成的。從這些實驗中可以得到相對的使孩子免於恐懼的一些實用的指示。參看第二十三頁。



第十二圖 現在雖是聖誕老人的面具他也怕了

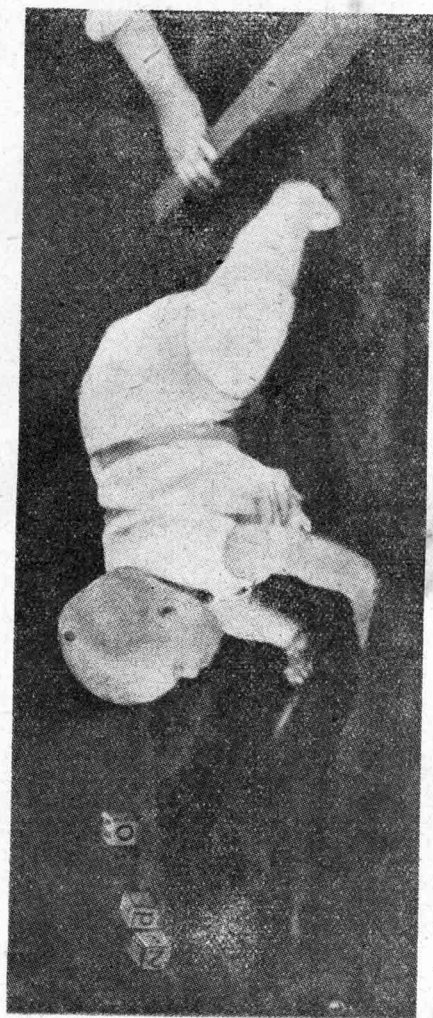
一經制約以後，甚至見了聖誕老人面具的長鬚，也使孩子趕快爬開，哭着，並且搖頭。他以前沒見過。這反應也是我們造成他對於兔子的制約恐懼的直接結果。

實驗上既表示這些恐懼能被養成，其後我們便開始研究一種移去牠們的方法。我們發現牠們能用一種很簡單的常識的方法移去。參看二十三頁。



第十四圖 「預備」

另外所研究的活動是孩子怎樣學爬。這是示一個九月大的嬰孩，蹲伏着預備躍進以取他前面的明亮的鋼球。一根木棒標記了他的出發點。下一圖的照相表示這動作完成。



持兩件事。凡是其他能引起兒童恐懼的都是養成的，是我們讓他在其中生長的環境的結果。在你尚未研究過這一切如何得來之先，沒有人能希望你。知道。你對於兒童所表示的一切其他的恐懼反應是應該負全責的。他畏避黑暗的房間，許多種動物，陌生的人，以及陌生的地方嗎？他是否膽小與害羞？你會否使他對於新的環境和陌生的人躲避以阻礙他整個的將來嗎？

關於脾氣和怒又是怎樣呢？只有一個情境能够換起脾氣和怒，那便是制止兒童的運動，緊捉了他的臂與腿。在其他的情境而發生脾氣與怒都是家庭所養成的。父母們都不了解，當他們或保姆代孩子把衣服着得不好，使他穿了緊的衣服，執着他的手以玩弄他，或是把他關在狹小的地方以責罰他時，他們是在鑄造他使他一生是發怒與發脾氣。一種鎮靜的行爲態度可以使兒童和他將來成年後克服環境而不爲環境所克服。

他的愛——他的情愛的行爲又如何？那不是「天生」的嗎？你的意思是說兒童不是「本能」的愛他的母親嗎？在嬰兒只有一事會引起愛的反應——即撫摩與接觸他的皮膚，嘴唇，性器官以及類似的部分。最初不管誰撫摩他，他便「愛」那撫摩者。這便是一切愛——母親的，父親的，妻子

的或丈夫的——所從形成的原料。難於相信嗎？然而而是真確的。某種限度的愛的反應爲社會所必需，但很少的父母們了解到在這方面他們能怎樣容易給予兒童過多的訓練。這亦許有一點傷害你的心弦吧，這樣一種要停止你對於兒童或他們對於你的愛的溫柔表示的念頭。但是假如你認爲這與兒童有益，你豈不願意忍受一些酸楚嗎？母親們正不知道當她們吻孩子，抱起來振盪他，在他們的膝上撫愛他抖動他時，她們是在慢慢的造就一種對於後來必須要生活的世界完全不能應付的人呢。

關於嬰兒時期這種鑄造的過程或傾向作用發生的種種步驟，現在已很知道了。有些步驟在實驗室裏實際上已能觀察以下的幾章我希望給你們證明這些事實的真確。

第二章 兒童的恐懼及其控制方法

兒童的種種恐懼之由家庭長成正和愛與怒的暴發一樣。父母們做着情緒的種植與培養。在三歲時兒童全部情緒生活的基礎已經定好，情緒的特性已安置好了。在這樣的年紀，父母們已決定他將來是否長成一個快樂的，健全而溫和的人，或者是一個悲傷的，訴苦的神經病者，一個善怒的，含仇意的和傲慢的虐暴者，或是在生活中每一動作都被恐懼所控制的人。

父母們怎樣養成恐懼？

在前章裏我指出那件事實，就是我們建造一個人所需要的只是一個活生能動的肉體，能够做一些簡單的反應，像手臂，手指或足趾的運動，哭叫與微笑，能用喉頭發某幾種聲音便行。我更說父母們用這些原料，依照適合於他們的形式加以鑄造。就是說父母們，不管他們知道與否，在兒童初生的時候就開始了緊張的訓練。

在這早年期要形成情緒的生活是特別容易的。我可以做這樣一個簡單的比擬：金屬物的製

造者把火熱的塊子放在鐵砧上，依照他自己的圖樣開始打造。有時他用一重錘，有時一輕錘；有時對那軟的塊子用力的打，有時只不過一觸。我們也不可避免的在初生時便形成我們兒童的情緒生活。鐵匠是有一切便利的。如果他打得太重而不巧因而糟壞了他的工作，他可以回爐再來一次。對於兒童可是沒有方法重行開始的。每一擊，無論錯或不錯，都有牠的效果。至多我們可以將已經形成的那些缺點巧妙的隱匿起來。我們還能够做一個有用的工具，一個可以工作的工具；但是所造成的適合於必須生活的環境的完美的人類工具是怎樣稀少呵！

我想我能帶你到實驗室，給你一個在形成兒童恐懼生活時你所使用各種錘子的清楚的印象。

實驗室的工作表示新生嬰兒恐懼生活的本身是簡單的。孩子從生下以後起，你在他們頭旁突發大聲時便表示恐懼，而使他失去平衡時也可以引起，例如把羊毛毯很快的抽去（參看第九圖）。沒有其他恐懼是天然的，一切其他的恐懼都是養成的。

然而，試一想那三歲小孩，少年，以及怯懦的成人的恐懼生活是如何複雜。試研究一下你周圍

成人們的恐懼。我曾見過一個成人，看見了槍而畏縮惶恐，而且確實恐懼得臉色白了。我曾見過一個人，當他的家人和僕人不在家時，他寧可到旅館開房間而不願回家。我也看到過一個婦人因為蝙蝠飛進房變得『歇斯脫里』。我更見過一個小孩，對於活動的動物玩具竟怕得全身入於危險狀態。試想我們對於電閃，風暴，火車與汽車的失事，海洋旅行，強盜，失火，電以及其他千百種事物的恐懼，這些事情在假定為平安的現代生活中還真實的苦惱我們。假如我們比較新生的嬰兒並不多更多恐懼，試想我們的生活是要如何的和平，安靜以及如何的有效率呵。

關於恐懼成長的方法實驗室能够告訴我們些什麼呢？

假如我在你面前放置一個生了九月的很美麗，健壯，長得很有樣子的嬰孩。在他的褥墊上我放一隻兔子。我知道這孩子的歷史；知道他從來沒有見過兔子。當他瞥見了牠，他便先伸一隻手，然後伸其他的一隻去抓（參看第五圖）。我以狗替代兔子（參看第七圖）。他同樣的行動。我再給他一隻貓，然後再一隻鴿子。每一個新的東西都被他快樂的歡迎和快樂的摸弄。怕有毛的動物嗎？完全沒有那回事。但是關於黏滑的東西如何呢？是的，他怕冷的，軟而黏的，蠕動着的動物。這是真的，

他怕魚和蛙呢。我拿一尾活躍而且跳動的金魚給他。我放一個青蛙在他面前。這是一些新的東西，也屬第一次。是的，這是一個新的世界要應付。立刻他就去追逐牠，像追逐其他的動物一樣的使勁。但是一切的古舊歷史總告訴我們人是本能的怕蛇的。在記載中看到說蛇是人的天然的仇敵。可是我們這生氣勃勃的九月的小孩並不如此。我放在他面前的蟒蛇——在幼小時是蛇類中最無害的——喚出一切親善而友誼的反應中最強烈的反應。

但是當我把他放在完全黑暗的暗室裏，我們的嬰孩是否因怕而哭叫呢？也沒有這回事。可是那一切物質勢力中最可怕的火焰，初次給這幼稚的小孩看見時，不要使他驚駭得什麼似的嗎？讓我們用鐵盤盛着報紙燃燒，當心擺在適當的距離而不使兒童有傷害的可能來試試看（參看第四圖）。

這嬰兒準是不靈敏的，沒有情緒的生活吧。完全不是的。我能很容易給你反證。有一根鋼棒在我的手中，約一吋粗，四呎長，還有一個木匠用的錘子（參看第八圖）。孩子正坐着注意助手。在他背後一呎遠的地方拿着鋼棒使他不能見到我。我用錘猛敲一下鋼棒。情形立刻變了。第一是嗚

咽，呼吸的忽然停頓，全身變僵硬，把手縮到身邊，後來是啼哭，然後是流淚。我再急敲一下，反應更加強烈了。他大聲的哭起來，滾倒，而且用他所有的能力趕快爬開。

假如我好好的讓他坐在鋪着毛毯的墊子上。他可以很安靜，或打着瞌睡，或熱切的玩着玩具。我忽然將毛毯一抽，撤去他下面的支持物，這樣突然失掉支持幾乎產生與高聲所產生的相同反應（參看第九圖）。關於新生兒的這種試驗，撤去毛毯並未傷害到他，在一天裏他從坐的位置倒下有五十次之多，而並不哭泣。你的訓練和他對於大聲與失持所表示的恐懼毫無關係，也沒有什麼訓練能把這兩件事情所有喚起恐懼的勢力完全移去。我曾看見過老於打獵的人在瞌睡時，當他的伙伴劃一根火柴點火能使他瘋狂般的跳起來。你也一定看見過尋常最大膽的婦人，走過那僅因體重而略震動的小橋的時候是如何駭懼。

此外對於一切其他東西的恐懼都是家庭中造成的。現在來證明這一點。我還是放一個九月大的孩子在你面前。我的助手拿着他的老朋友，那兔子，從紙盒裏拿出來給他。他開始向牠接近。但是正當他的手要接觸牠的時候，我在他腦後猛敲一下鋼棒。他咽泣，哭叫而表示恐懼了。我等一會。

給他玩具玩。他已十分安靜下來，而且玩得漸漸起勁了。我的助手再拿那兔子給他看。這次他的反應是遲緩的。他再不像前次那樣迅速而急切的伸出他的手去。後來他躊躇的接觸牠，我又在後面敲一下鋼棒。又得到一次極其顯著的恐懼反應。接着我又讓他安靜下來。他玩着他的玩具。助手第三次又把兔子拿給他。這次有了新的情形發生了。再不需要我在頭後猛敲鋼棒便產生了恐懼。他在看到兔子的時候就表示恐懼。他發生與猛敲鋼棒時所產生的同樣反應。他開始哭叫起來，並且在看到時便轉身避開（參看第十圖）。

我已經開始了建造恐懼的過程。而且對於這兔子的恐懼是很持久的。如果你在一月後給兔子你看，你仍得到相同的反應。這樣早年所建成的恐懼直經過個人的全生涯是有很好的例證的。對於這種實驗方法所建成的恐懼，我們在實驗室裏是有一個名稱的。我們稱牠為『制約的恐懼』。其意義就是『家庭造成的恐懼』。就我們所知，我們能用這種方法使世界上任何東西都能喚起制約的恐懼反應來。一切我們所做的只是將任何東西在發一種高聲時同時呈現罷了。

但是對於兔子的恐懼，並不是我們在兒童的恐懼生活中所安下的僅僅的基石。在這一個人經

驗以後，並且並沒有再和別的動物接觸，一切有毛的動物如狗、貓、鼠、豚鼠等，一種或全數都可以喚起恐懼。他變得就是一件毛大衣、地毯或是聖誕老人面具都使他駭怕。他無需接觸牠們，只要看見就喚起恐懼來（參看第十一、十二兩圖）。這簡單的實驗給我們關於早年的家庭環境如何能養成恐懼的方法以可驚的知識。你或者以為這種實驗是殘忍的，但牠們並不是殘忍的，如果能够幫助我們了解我們周圍幾百萬人恐懼生活的由來，並且對於養育兒童有實際的幫助，使他們更自由的脫離恐懼不致再像我們從前那樣。假如我們因牠們的幫助而獲得移去恐懼的種種方法，那末牠們對於一切所費都是值得的。

我們怎樣在家庭裏造成恐懼？

但是你或者說，這些不過是實驗室裏的實驗。在家庭裏又如何呢？父母怎樣養成這些恐懼呢？那實在是簡單不過的方法。想一想家庭裏各種聲音吧；而且孩子愈小，愈沒有成熟，這些聲音愈會引起恐懼的反應。讓我舉出幾種來。你的孩子表示有一點不願意去睡。這樣要妨礙你活動，於是你於走出的當兒把門猛力一關。你想把孩子睡在通氣的室中；在有風的夜間你把所有的窗子都開



了。在你未走到門口之前，門已很響的關起。孩子在夜間睡得很熟的時候，窗簾掉下了或是小床邊的屏風倒下了。在有風之夜，窗門都砰砰作響，盆子和盤子也打落地下。一切這些都是有力的原因，牠們都是形成你孩子的大錘。電的閃光並不能使你孩子受驚；雖在暗的房間裏有一道很亮的太陽光閃過孩子的臉，也不過引起他眼的一眨。但是空中的雷的爆裂聲將要喚起恐怖的驚呼，而此後那電的閃光也可以喚起極其顯著的恐怖來了。如果孩子當雷聲轟轟的時候恰在黑暗的房中，就可以使他許多週或許多天對於黑暗恐懼呢。

要密切注意的另一種行爲

另一方面與兒童恐懼極有關係的行爲，父母們必須謹慎的注意。每當孩子們身體被傷害時，如針刺，燙傷，掐傷或是被打之類，一種消極的或退縮的反應便發生了。每個小孩生下來就有一種從傷害他的東西縮回身體任何部分的能力。這些反應有時叫做退避反應。表示這件事情最明顯的方法，是說小孩能從使他發痛的東西很快的縮回他的手，比如火灼或被打時。除掉使他疼痛的東西所引起的以外，一切消極反應都是家庭所養成或由父母所造成的。我們大多數人總有幾千

這樣的反應被建造起來。我們往往避開許多地方，許多事情和許多的人。消極的或迴避的反應正和恐懼一樣都是制約的反應。讓我舉個例來說明。譬如爬行的孩子伸手接觸着燙的熱汽管。他便急急撤回他的手。有時這樣一次的經驗已足使他從那東西離開三呎遠了。當他對熱汽管養成消極的制約反應以後，只要一見熱汽管便能使他撤回手的。

父母們的『不要動』是一個有力的鐵錘

父母們的『不要動』是產生恐懼與消極反應最有力的因素。做父母的會想一想。每天用了多少次的『不要動』嗎？你可會知道當你用牠的時候，你是在用一種有力的錘子在你孩子的生活中形成恐懼以及其他的消極反應嗎？

這簡單的『不要動』的本身是沒有力量使兒童產生消極或恐懼反應的。牠必須借其他的力量。牠從什麼地方得來力量呢？有兩種方法。父親有一種有力的聲音。正當兒童開始接近什麼東西或做什麼動作而不滿父親意思時，他就大叫『不要動！』這樣已經完全可以產生一種制約的恐懼反應了。這有力的『不要動』的話，替代了我們在實驗室的實驗中所用的鋼棒。不久以後，兒

童當在那種情形之下就表示一種恐懼反應。另一種方法使牠也取得如錘子的力量。當一個孩子要攫取某一樣東西時，父母之一往往打他的手指而同時說『不要動』。現在這個打或痛的刺激將要使孩子的手很急的縮回。我們又有一個造成制約的消極反應的力量和高聲與發痛的東西一樣。因為我們常常使用『不要動』以及類似的話，所以不久就在每個兒童的生活中變成統治的力量了。國家的、宗教的和社會的權力都建立在這個簡單的原理上面。牠們都教我們過一種恐懼生活。我反對牠們不是因為牠們不是制度，而是因為牠們教訓的方法。同樣，千百種其他的語句含着同等有力的意義。雖是成人，我們也感覺『不要接觸那隻狗，牠要咬你』的勢力。『那東西會炸裂的！』『火柴會燒死你！』『不要近火，牠是燙的！』『那水很深——有一個大暗流的！』也是同樣。那些名辭如『邪惡的，』『錯的，』『罪惡，』『盜竊，』『敵人，』『惡魔，』『撒旦，』都照這簡單的方法得到牠們產生反應的效果。

父母們使兒童避免恐懼與消極反應所能做的簡單事情

有孩子的屋裏我們就應該沒有一點聲音嗎？父母們的生活應該是一種累嗎？他們應當在屋

裏日夜躡足而行，以避免造成制約的恐懼反應嗎？這樣做是沒有絲毫心理學上的理由的。只有某種性質的突發高聲才能產生消極的反應。因此家庭可以照常進行生活而無須注意睡着或醒着的孩子。爲什麼人們不應該頑鋼琴，聽無線電和留聲機？爲什麼人們不應該很自然的在室中跳舞行走以及談話呢？在通常的聲音中成長起來的小孩是不會被牠們侵擾的，除非是在病中。不過當病好了後，通常的聲音就不應該再迴避的。

父母們能使室內突發高聲的可能極度減少的。一切窗門要小心的使牠們不砰然閉上。窗簾應當扣緊，圍屏要置得不能跌倒。當大風忽然到來時，應巡視室內以免發生突然的聲音。當然，我們中間很少有育兒的理想家庭。從首先說起，我們的住宅應當離街道較遠使聽不到汽車的爆裂聲喇叭的高叫聲和狗的狂吠。雖則這樣，雷雨的風暴仍是完全不能被我們控制的！

還有，小孩應當小心的照看着，不要使他接近會刺傷，燙傷或由其他方法傷害他皮膚的東西。我想多數母親是留心這些的。引起兒童哭叫與使他不能安眠的尿布，常常是許多消極反應的成因。如果牠采得太緊而致痛，或者一個針沒有扣好，或是已使皮膚破傷痛楚而仍不換去。我們的責

打也應該愈少用愈好。與手打同一意義的『不要動』這話也應該如此。

沒有恐懼反應應當養成嗎——我們應該完全不說『不要動』和不用手打嗎？

我以為有些恐懼與消極反應是該當養成的。假如小孩以後獨自去參加團體生活，某種合乎團體標準的行爲就必須建立起來。我對於兒童伸手去取不是屬於他的東西時，用鉛筆將他的手，指敲痛一事是沒有懷疑的。根據正確心理學的條件，父母們應該一看見小孩在做要不得的動作時，就應該應用這痛苦的刺激。如果你一定要等父親回來後再來打他，實際上便不能養成制約的消極反應。不這樣建立消極的制約反應，如何使得孩子知道不要抓取玻璃物品或各種瓶子呢？他們又怎樣知道不與生疏的狗接觸，撫弄生疏的貓，或走到外面水裏去呢？但是用『不要動』與敲痛手指，以建立這些必要的消極反應及柔和的恐懼反應，決不可視爲一種舊意義的對於兒童的懲罰。懲罰這個字應該不再見於我們的字典，除非當做已廢的字；而且我們相信這在犯罪學方面和在育兒方面應該是一樣正確的。父母們用鉛筆敲兒童的目的，無非使他的反應與某種社會習俗相符合——使他守規矩。那末，父母們爲什麼還要發怒呢？爲什麼要照陳舊的意義去懲罰呢？

些事情如答打與贖罪等，目前在我們的學校裏，家庭裏，教堂裏，以及刑法上，司法程序上都很普遍應用的，乃都是黑暗時代的遺物。父母們的態度應該是積極的，應該是一個引導者。我們可以總括起來說，在不希望有的行爲發現時，行爲學者主張用輕輕的敲打手指或身體其他部分的方法，以期早日造成在常識上適當的消極反應，而不是當着一種客觀的實驗程序——決不可當作懲罰。要減少所不得不造成的消極反應，我們應該保持兒童在一種環境裏使他積極的反應纔好。在日間我們應該使他忙着多做事情，不要闲着無事。兒童的周圍要不斷有許多東西使他工作與處理，不久他便會造成運用他應該運用的各種東西的習慣。這樣，『違禁』的東西將漸漸失去牠們刺激的效力；兒童將停止頑火和火柴，他們不再動煤汽龍頭的開關，拿鋒利的刀叉，或拉倒玻璃花瓶和瓶子了。但假如積極的訓練方法不能使他們不去接近這些東西，然後用鉛筆輕打卻是一個安全而穩妥的辦法。

我們怎樣能移去不應該有的恐懼？

然而不管我們怎樣留心，許多恐懼總會建立起來的。我們能否將牠們移去呢？

要移去恐懼是困難的。那需要忍耐。在父母方面需要一種實驗的態度。比方你的孩子表示怕兔子。你可以使他不看見兔子，但當你一年後再給他看到時，那恐懼是仍然要重現的。只把使他怕的東西拿開去（不練習）是沒有醫治的效果的。

你可以讀關於兔子的故事給他聽——組織他關於兔子的語言生活（思想）這也不能醫治那恐懼。

你可以譏諷——稱他做『怕死的貓』等等——但是沒有結果。你只能將他情緒的生活更弄複雜而已。

你可以叫別的兒童在這受驚的孩子面前和兔子頑耍。這樣也同樣無效。

當一切這些方法都失敗時，可以試用瑪利·克勿·瓊司夫人在實驗室裏所做的方法。只要每天做一次。當中午孩子餓的時候，正在孩子看到食物的當兒，叫別一個人在很遠的地方給他兔子看。如果餐間不大，你可以打開門以便兔子離得較遠。兔子離得相當遠的時候，孩子便會開始進食。白天裏除這一刻外再不要讓他看到牠。第二天，在起初時還像昨天一樣，當吃飯時在同樣的地

方再給他看。於是再移近一點。當孩子要表示恐懼時便停止前進。每天反復照這程序去做。不久孩子便可讓兔子站到桌上，而且再遲一點可以到他膝上。這樣平靜的下去，恐懼便永遠沒有了。我們稱此爲解消制約的過程。用這種方法的回返訓練是有廣大的效果的。牠可以移去對於其他有毛動物的恐懼，或者至少能大大的減輕。

比方你的孩子忽然對於黑暗駭怕，切不可用憤恨的言語或怒着對他。應立刻開始解消制約的工作。在他慣常的時間讓他睡覺。留一點微弱的光在房裏而把門開着。以後每夜放孩子睡覺後，把門關起一點使光線較暗一些。只需三四夜便可以成功了。

又比方你的孩子在水中失了平衡或由於滑跌而對於洗澡發生消極的反應，因而早浴成爲恐怖的事——這是很平常的。讓他有一個時期不進浴室。在育嬰室裏給他一兩天的海綿浴；然後用一個放一點水的盆子。漸漸加水進去。開始用一個含水較多的海綿。幾天以後你就可以把他帶回原來的浴室照常沐浴了。我曾見過許多父親強迫他們的孩子下水，以致毀壞了孩子們學習游泳的機會。

這不過是普通的常識——在家庭裏可以幫助我們防止恐懼的。當對於任何東西的恐懼發生時就用解消制約的方法，我曾看見過許多兒童可以長成得實際上沒有對於動物的恐懼（雖然他們不敢去接觸生疏的動物），沒有對於生人的膽怯或澀羞，也沒有對於黑暗，火以及其他任何有生命或無生命東西的恐懼。恐懼的行爲很容易教導，正和讀，寫，玩積木或作畫一樣。他能够被教得很好或很壞。若果採用科學的訓練，那末情緒生活是能加以『控制』的。

一定的，每個有一個膽怯或多恐懼的孩子的母親，假如她明瞭了如何開始，都極願意不惜時間和麻煩去好好形成她的兒童的恐懼生活的。

第三章 母愛過多的危害

有一次我向許多父母們演講結束以後，一位很可親的老太太站起來說：『謝謝上帝，我的孩子都已長大了——在沒有碰到你之前我有娛樂他們的機會。』

他所表示的不是我們現代養育兒童的弱點嗎？我們是爲娛樂而有兒童的。我們需要一種方法表示我們的愛。蜜月時期並非對於一切夫妻們永久存在的，於是我們找出一種認爲無害的方法以熱烈愛我們的兒童。這不是對於現代母親們尤其確實的嗎？不管她怎樣熱愛她的丈夫，他是終日離開的；她必須將充滿在她心中的愛用其他的方法表示出來。她以多量的愛情與熱吻傾注在孩子們身上——而且以爲世間應該因此讚揚她。而世間也的確讚揚她呢。

不久以前，我和兩個小孩，一個四歲，一個兩歲，以及他們的母親，祖母與保姆同坐汽車。在車上兩小時的路程，其中一個小孩就被吻了三十二次——母親四次，保姆八次和祖母二十次。別一個小孩也幾乎同樣的被愛所窒息。

然而你說，沒有許多母親是像那樣的——母親們是現代化了，她們並不常常像以前那樣吻着或愛撫她們的小孩了。不幸這是不真確的。我有一次在演講裏漏出我對於母親的接吻所含有的危險的意見。立刻，許多家報紙就登出以『不要親吻小孩』為標題的挖苦的評論。幾百封通信也送了來。從牠們判斷起來，可知除掉我們全人口中極少數外，熱烈的親吻孩子是一種普遍的頑意兒，正和從前一樣呵。

行為學者對於親吻表示異議，是由於他的心腸硬——缺乏感情嗎？完全不是的。有許多嚴重的禍源存在於那些過分被親吻的小孩的前程裏呢。在我敘述之前，我得解釋愛是怎樣生成的。

實驗室的研究告訴我們，在初生的嬰孩，我們能引起愛的反應只要一種刺激——即撫摩他的皮膚。愈有感覺的部分反應愈顯著。這些部分是嘴唇，耳朵，頸的後部，乳頭以及性器官等。當小孩哭時，撫摩這些部位常常可以使他變成安靜，甚至笑起來。保姆和母親可以從『嘗試與錯誤』的過程，習知這種安靜兒童的方法。她們把孩子抱起來，輕拍他，撫慰他，吻他，搖他，抱着他走，放在膝頭上抖弄他以及類似的舉動。一切這些撫愛都有輕柔刺激皮膚的效果。放肆的保姆知道從撫摩

性器官可得到極其直接的結果。當孩子長得較大時，對於身體的愛撫，玩弄，輕拍，搖盪將發出一種喀喀聲或咕咕聲，張着口笑和伸出臂來要抱等。

在初生時，嬰孩的愛的生活和其他一切情緒行爲同樣是極簡單的。接觸與撫摩幼小嬰孩的皮膚可引起一種愛的反應。沒有其他刺激能如此的。

這意思就是說，孩子們對於父母並無『本能』的愛情，更沒有對於其他的人或物的了。那意思也就是，一切情愛，不論父母的，兒童對於父母的或是異性間的戀愛，都是這種磚和灰泥所砌成的。極多數的父母在他們的習性中有了太多的情感，他們以爲行爲學者這種忠告是剝奪了他們一切神聖不可侵犯的和甜蜜的親子關係。父母們覺得這是很自然的，他們應該這樣很實在的愛孩子們，而他們反過來也應該一樣被孩子們所愛。當父母要離開他們九月大的孩子三星期之久時，那是一種最苦難的時間到臨的時候。在他們離開他的當兒，孩子喀喀着，咕咕着，伸出兩臂而充分表示出極深的親子之愛。三星期後他們回來，那孩子卻轉向那在這期間愛撫他，玩弄他和把瓶口塞進他有感覺的嘴唇裏的看護人了。嬰孩是愛那撫摩與餵養他的任何人的。

父母們已經將搖小孩入睡的方法廢棄了，這是實在的。你看那可以搖的搖籃現在只陳列在早期的美國傢具中間了。無論如何，你可以說，關於這一方面我們已有了若干進步。這是不錯的。何爾突博士那本關於兒童照料的書可給以達到這種教育的功績。但是假如沒有家庭經濟情形的需要，是否母親們就會舍棄牠是很可疑的。母親們發見，如果在嬰孩初生時就開始訓練，他可以養成睡而無須搖的習慣。這樣給母親更多時間以處理家務，閑談，頑牌和購物。何爾突博士曾提到這點；這辦法的經濟價值是容易被認識的。

但是愛撫和親吻嬰孩是不費許多時間的。你可以在他小睡後從小牀上抱起時，或放上牀時，尤其是在他洗澡之後做着。對於母親還有什麼比在浴後從頭到足吻她圓而胖的小孩更可喜的事呢！而且只花這樣少的時間！

再回到愛與情感的機械方面來講。兒童的種種愛情的生長正和恐懼一樣。種種愛都是家庭製造的，是養成的。換句話說，就是愛是制約而成的。在日間你左近的每種東西都可以形成制約的愛的反應。接觸皮膚代替了實驗恐懼時的鋼棒，看着母親的臉代替了兔子。當母親撫愛孩子時，他

看着她的臉。不久，只要看到母親的臉便喚起愛的反應了。再不需要接觸皮膚去喚起牠。一個制約的愛的反應便已被形成。就是在黑暗中輕拍她的小孩，她那低哼的聲音不久也能喚起愛的反應來。這就是母親的聲音引起她孩子愉快反應的心理學的解釋。關於她的足音，母親的衣服和照像的瞥見也是同樣的。很快的，孩子便養成過多的這種愛的反應。而且這小孩對於保姆，父親以及任何其他不斷撫弄他的僕人都變成充滿了愛的反應。愛的反應不久便統治了這孩子。兒童是無需『本能』，無需『智慧』，也無需『理性』以長成這種反應的。

嬰兒期過多的溺愛對於成年後的影響

要了解太多的溺愛最終的結果，讓我們考察我們自己一些成年的行爲看。差不多我們全體都受了幼兒時代過多溺愛的苦。牠表示在什麼地方呢？表示在病痛主義裏。我們成人有太多的疼痛與苦惱。我很少去問那任何常與我接觸的人，關於他感覺如何或昨夜睡得怎樣等。如果他對我無隱瞞的話，我幾乎每次都得到這樣的回答，『不太好呵。』假如我給他機會，他會訴述下列幾項之一——『我的消化力衰弱；我常常有頭痛的毛病；我的肌肉如火燒那樣疼痛；我是完全困倦了；

我再不感到年青；我的肝臟不良；我嘴裏的胃口不佳。——以及一切其他的疾病。其實這些人是沒有病能給醫生找出的——用那醫生們所發明的精巧的技術，如果有什麼不調和，醫生照例是能找尋出來的。一個人在幼年時如沒有被母親教成倚賴者，到成年生活時必忙於工作而不注意身體中所有的細微的不適。當我們熱切從事於工作時，決不會注意到牠們。你能想像一個航空家在霧中飛行或欲降落在一個困難的場所時，還想到他的午餐是否在進行消化嗎？

我們到日常工作不足激動我們時，便注意到這種不適。我們在幼小時，便被教導得要報告每一個小小的病痛，談論我們的胃口，我們的排洩以及類似的事情。我們常因報告有病痛，而被允許免除做種種令人煩厭的義務，例如逃學或對於家庭雜務的偷懶。尤其是，我們因報告了病痛，獲得父母的輕柔的安慰和母親的親吻與撫愛。母親代我們去奮鬥，站在我們和我們不願做的許多事情的中間。

但是我們的社會並不如此的。我們必須緊守着經商和事業生活中的職務，不管你頭痛，牙痛，消化不良以及其他小小的痛楚。在那兒沒有一個人把我們當孩子看待的。假如我們不能忍受這

樣的待遇，我們須得回到愛和情感還能勉強取得的家中去。如果在家中又不能用尋常的方法得着充分的撫愛，我們只好躺進安樂椅中，甚至於睡到牀上去。在這種情況之下，我們可以要求不斷的撫愛了。

你能看到美國大多數家庭是在養成病痛主義。這兒是一幅兒童過多被愛所制約的圖畫。孩子獨自一人正在裝組積木，用他的手工工作，學習怎樣統治環境。母親進來了。創造的遊戲於是就停止。小孩很快的爬到或跑到母親這兒來，抓住她，爬進她的懷裏，用手臂圍着她的頸子。那母親並不厭惡，還撫愛他，吻他，緊抱他。我曾見過這樣做着足有兩個鐘頭。如果母親這樣制約了她的孩子而想把他放下，隨着來的定然是一陣哀哭。玩具和其他的世界都失去了引誘的力量了。倘母親想離開這房間或屋子，哀哭自然更加厲害。許多母親常常總是從後門潛逃出去，不消說是爲了避免一個流淚而哀哭的分離的。

在現今愛的過分制約是一件常事。你去計算一下你孩子每日哀啼和哭叫『母親』的次數，你自己就可以證明了。在整個家庭裏，由朝到晚，兩歲，三歲乃至四歲的孩子都哀啼着『媽媽，媽媽』。

了。在你未走到門口之前，門已很響的關起。孩子在夜間睡得很熟的時候，窗簾掉下了或是小床邊的屏風倒下了。在有風之夜，窗門都砰砰作響，盆子和盤子也打落地下。一切這些都是有力的原因，牠們都是形成你孩子的大錘。電的閃光並不能使你孩子受驚；雖在暗的房間裏有一道很亮的太陽光閃過孩子的臉，也不過引起他眼的一眨。但是空中的雷的爆裂聲將要喚起恐怖的驚呼，而此後那電的閃光也可以喚起極其顯著的恐怖來了。如果孩子當雷聲轟轟的時候恰在黑暗的房中，就可以使他許多週或許多天對於黑暗恐懼呢。

要密切注意的另一種行爲

另一方面與兒童恐懼極有關係的行爲，父母們必須謹慎的注意。每當孩子們身體被傷害時，如針刺，燙傷，掐傷或是被打之類，一種消極的或退縮的反應便發生了。每個小孩生下來就有一種從傷害他的東西縮回身體任何部分的能力。這些反應有時叫做退避反應。表示這件事情最明顯的方法，是說小孩能從使他發痛的東西很快的縮回他的手，比如火灼或被打時。除掉使他疼痛的東西所引起的以外，一切消極反應都是家庭所養成或由父母所造成的。我們大多數人總有幾千

但是即使承認了母親以爲她的吻孩子是爲了完全合乎邏輯的理由，要培植兒童適當分量的情愛和仁厚的，她能成功嗎？我前面所舉出的事實，即我們很難看到一個快樂的兒童，就是反對的證明。我們的孩子常常吵鬧和常常啼哭，就表示他們的不快樂，不健適的情形。他們的消化是被阻礙了，或許他們整個的腺系統也被紊亂了。

母親應當絕決不吻小孩嗎？

對待小孩有一種合理的方法。待遇他要像年幼的成人一樣。替他穿脫衣服，洗澡，要小心謹慎地。讓你的行爲常常是客觀的，並且仁和而堅定的。不要緊摟或熱吻他，也不要把他坐在你的懷裏。如果你需要的話，可在他道晚安時吻他的前額一次。在早起可與他握手。如果他對於困難工作做得非常好，可以在他的頭上輕拍一下。請試試看。在一週的時間內，你將知道兒童是怎樣容易去完全客觀的對待他，而同時又是仁和的。你將要對於以前待遇他那種過甚的，感情用事的方法，表示極端的慚愧。

假如你希望一隻狗成爲有用的守門狗，捕鳥狗，獵狐狗，或在任何方面有用，但除掉是一隻供

玩弄的狗，你決不會用現在待遇小孩的方法待遇牠。當我聽到一個母親在她的小孩跌倒或撞傷足趾，或有其他痛楚時，就說「保佑他小小的心呵」，我常要遠遠走開以求清涼。做母親的難道不能控制自己，當孩子遭遇了什麼時只視察他的創傷而不多說什麼嗎？並且即使真有一種創傷，不能冷靜的把牠包裹起來嗎？而且孩子以後長大了一點，不能訓練他自己去找硼酸和繃帶並處理自己的創傷嗎？她不能訓練自己在她應付小孩時用一句和藹的話或一笑，以代替接吻和摟抱，抱起和撫愛嗎？尤其因為愛的制約作用，雖是謹慎防備，仍能由哺乳與洗澡而形成，她不能想法一天裏大部分時間都離開孩子嗎？我有時希望我們能生活在一個社會裏，那兒每家都供給一個受過良好訓練的看護，因此我們的孩子每週能有一個生疏的看護去餵哺他和代他洗澡。不久以前我會得機會觀察一個兒童，他由一位過分同情與柔和的看護照顧了一年半。這看護解僱了。當一位新看護來時，這小孩哭了三小時，僅僅因為要呼吸有時纔停止一下。這位看護一月後離開，又換了一位新的。這位新看護執行職務時，這孩子只哭了半點鐘。像在有規律的家庭所常有的，這第二個看護僅僅住了兩週又走了。當第三位看護到來時，孩子便接近她而沒有一點聲響。因此我不禁希望母

親們有時也輪流一下纔好，除非她們真是十分有意識的。

真的，爲要使過分制約的反應消沉下去，在必要時母親應該有一次長時間離開她的兒童。如果你沒有一個看護而不能離開你的孩子，最好白天大部分的時間把他放在後院子裏。院子的周圍可造一個籬笆，因此你可以放心他不會遭受傷害。從他生下時就可這樣做。當孩子能爬時，就可給他一個沙堆，掘幾個坑在院子裏，好讓他能爬進爬出。生下以後就讓他學習去克服許多困難。孩子應該在你不見的時候學習克服種種困難的。當孩子做了一件無論怎樣應該做的事情時，不應該每次都得到誇讚，及注意和愛撫。如果你的心腸太柔而必須看着小孩，最好做一個窺視洞，使你能看他而不被他所看見。或者用一隻潛望鏡亦可。但最要緊的是當什麼事情發生了時，切勿不要讓孩子看到你的驚慌，應該像一個有訓練的看護或醫生那樣來處理這情境。並且最後，不要用那些表示寵愛和溺愛的名詞來對他說話。

戀家的習慣是從溺愛而生的，那實在是有害的惡德。那些深染戀家習慣的男女孩子們，當他們或她們離家學職業，進學校和結婚時，便感受極大的痛苦——一般而論，當他們要脫離他們的

父母開始自己的生活時就如此。不能拋棄戀家習慣，或許就是離婚或夫婦不睦最大的源泉。『母親的孩子』須得把結婚的生活和他父母商量，須得常常把他們牽連在一起。幼時被溺愛的新娘，當每次有什麼不睦發生時，便要帶了衣箱跑回父母家去。我們有很多病理案子的記錄，就是對於父母依戀太強，致使結婚以後，也不能與他們的婚姻適應。爲要避免不可忍受的婚姻束縛，能使一個人變成神經錯亂，甚至自殺。在比較緩和的情形，那些幼年被溺愛的少年結婚者的相爭，也可以從他們的悶悶不樂，和訴苦以及不斷的回想病痛中看出來。他們不去享受從結婚得來的快樂，反而借用疲乏和頭痛來逃避。如果妻子不給那『母親的小孩』以母親所常給他的那種溺愛，稱讚和撫慰，那她就是不了解他，是冷淡的，缺乏夫妻感情的，沒有同情的了。假如年輕的妻子不能常常得到像她父親所給她的溺愛和嘆賞，那丈夫也便是一個無理性的人，缺乏同情，不了解她的了。年輕的夫婦們，不能立誓去自己奮鬪而無須拉出父母們來，那不久便要碰在礁石上的。

總之，當你想撫愛小孩時，你不能記着母愛是一種危險的工具嗎？這種工具可以產生永不能治癒的創傷，使嬰孩期的嬰孩不快樂，少年期成爲夢魘，可以毀傷成年後的子女的職業前途和他

們婚姻幸福的機會的

第三章 母愛過多的危害

第四章 怒和發脾氣以及怎樣控制牠們

兩歲的吉美說，『我的！』四歲的碧來說，『不，這是我的；母親，叫吉美把我的口琴給我呵！』隨着是一場爭奪。

碧來是勝利了，而吉美哭叫得滿面紅漲。

母親進來了。她可以試行幾種不同的方法以理直這事。普通她所做的都是錯的。她可以打碧來，因為他從吉美那兒搶奪口琴；這樣惹得碧來哭起來而且大發脾氣，也許因此替他第一次種下了自卑和懦怯的種子。她也可以把正在發怒的吉美抱起，吻他並撫慰他，如此在下次再有這樣事情發生時，發怒的行爲是一定無疑的了。

假如她是一位聰明的母親，她對於這種事情一定早有準備了。如果她的孩子們年紀彷彿，她應當買兩副相同的玩具給他們。當爭吵的事情發生時，她應該很沉靜的去把相配的玩具拿來，分拿在手中給他們看，要哭泣停止了纔給他們。

孩子不應該因爭奪而被責罵的。每一個孩子都要伸手去抓取所見到的任何東西，這是很自然的事情。幼兒們是積極的——那便是一切東西都想要。看到口琴在碧來的手中，吉美便去拿。只有當我們伸手去取違禁的東西而被母親、父親、保姆或社會所懲罰以後，我們後來纔對這些東西縮回我們的手或身體。現在，如果我們能把碧來的玩具都加以電的裝置，他自己頑着是無害的，不過倘是吉美伸手去拿時便受電震，那末吉美不久就會知道不再去近碧來的玩具了。但實際上，嬰兒的玩具自然是不能加以電的裝置的。所以當較大的（較強的）從較幼的孩子手中強奪什麼東西，用手去推幼孩的手或身體時，吵鬧就要開始。我們要注意那較大的孩子並不至真正傷害那較幼的（並沒有痛的刺激）他僅不過干涉或妨礙較幼孩子的運動而已。

雖是初生的嬰孩，對於這種妨礙運動的刺激也會產生怒的反應。當被強迫執住時，他們無須學習便能掙扎。他們在初生時就能滾動，踢和掙扎。我們有幾次在新生的嬰兒最初的試驗中，查考嬰兒是否不必轉動頭頸而把眼轉向一個光的來源。在暗室裏把孩子平坦的仰臥在褥墊上做這試驗。正在他頭部的上空懸一盞弱光的電燈。這燈能向頭的左右移動。要使孩子的頭不能轉動，

所以試驗者用兩手將他的頭輕輕而堅定的捧着。用柔軟的棉花墊子擺在頭的兩旁，使試驗者的手不直接接觸孩子的頭。雖然加到頭上的壓力很微，孩子也要啼哭，如果我們繼續捧他的頭，他總會發一陣真正的暴怒。

執住了雙足或腿時可以產生相同的情形。我們向來沒有用壓力足以引起真正的痛。所得的反應先是掙扎，繼而啼哭。如果執着或妨礙繼續下去，口就張得愈來愈大，呼吸停止得有時幾乎不能聽出一點聲息，雖然嘴已張到最大的限度。同時身體變硬而面孔起先漲紅，繼而幾乎變紫。這實在是試驗室中的一種新發現。發怒或發脾氣是在新生的嬰兒便存在的反應，而牠的刺激是身體任何部分的被執或妨礙。換句話說，所有情緒的情境是和恐懼十分相像的。在恐懼，你可以記得，只有高聲和失持在起初能喚起反應。第十六圖那張照片表示一個新生嬰兒正在發怒和喚起牠的刺激——就是執着他的頭部。

沒有任何的訓練可以完全除去怒的反應。試注意當一個粗魯的人在羣衆中擠過，踹着人家的足趾，碰着人家的臂膀時所引起的憤怒和爭鬪。注意一個被繫住或被鎖在一小室裏的人的掙

扎。如果你要看這種原始反應的成年人的表演，可試一試走進一輛擁擠的街車，手裏提着沉重的小皮箱，碰着並擦着緊圍繞着你的人們。

初生的嬰兒，一天總要發許多脾氣的——事實上幾乎每次當我們替他着衣服，脫或換時都如此，除非我們處理得平靜並且小心與敏捷。像現在這樣穿着兒童的方法，似乎是顯然適合於鼓勵怒的行爲的。有時浴後馬馬虎虎而不留心到妨礙他們，就替他們結上一條緊的羊毛帶子。其次，我們便替他穿有袖子的羊毛襯衫，幾乎扭斷了小臂膀。接着我們又把他用一塊尿布捆扎起來，使他的腿在最初十八個月裏不能自由（在夜裏捆扎的時間更長）。再次是我們根據體育上一種高度發展的原理，替他從頭套上一件羊毛小衣；更次尋常又是一件白色小衣從頭套上——假如頭還在那兒的話！另外一種反過來的方法——即用腳先套進去，那也並不好多少。最後我們替他用力地穿上一雙鞋。於是我們再替他加上一件緊的緊身。如果孩子要出門，還必須再加裹一件有袖的大衣。而且當孩子稍爲長大一些，因爲羊毛衣服到洗衣作裏去了幾次，更加縮緊了。穿衣服的事便漸漸成爲健身房裏的技藝。請了解我以上的敘述並不是對用羊毛有所非議。有權威的醫生

告訴我們，嬰孩是很需要毛織品的。我也並不對於衣服的改良有很多意見可貢獻。我是僅僅指出這樣的事實：就是用現代的衣服給嬰兒穿着幾乎給我們養成發怒的行爲的一種實驗室的裝置。以上所敘述的，只是關於發怒行爲的原始刺激。你應該回想到前幾章，那些恐懼和愛在家庭裏是如何建造起來的。我們在實驗室裏的試驗證明了，我們幾乎是不知不覺的，使我們孩子所恐懼的東西漸漸增加，以及對於更多人們和事物表示依戀。我們叫這種爲制約作用。而那種新生的恐懼叫做制約的恐懼。新的愛爲制約的愛。

制約的怒和發脾氣也以相似的方法成長起來的。這裏在我面前有一個孩子，他的運動從初生以後就受着我的干涉。因爲要用他做某種試驗，我抓住他的兩手直到牠們要發僵。我搖他一會兒，有時捏住他的鼻子。這樣他的手便起把持的反射動作。於是我再插一根小棒在他的手中，他握得很緊。我把他提起來要他自己支持着，下面放個羽毛的墊子。正當他放手時，我的助手便捧住他。這個試驗一經開始，差不多每次都發怒。經過了三四次這樣的試驗，只要看見我的面孔就使這小孩發怒了。我無須再妨礙他的運動，一種制約的發怒反應已經造成。這試驗每週兩次直到進行

了兩月以後，我試一試我能和他怎樣接近而他不發生這種行爲。我發見不能較近於八呎至十呎。在那個距離內只要看見我的臉，他就非常厲害的開始發脾氣了。你看卽在新生嬰兒，這種行爲的造成是何等的簡單。使他發怒的自然刺激，是當我強迫他握着那棒時對於他的運動的妨礙，但這孩子卻看做我妨礙了他的運動。

用這方法，我們顯然能使任何東西喚起怒來。我們所要做的不過是當我們妨礙兒童運動時給他那東西看就好了。正由那些日常的事情，發脾氣就這樣成千成百的養成起來。我們在這小孩所養成的這種行爲，當他留在實驗室中的期間一直存在——並且當我們久已停止妨礙他的動作以後還存在。這個試驗能使你對於自己家裏所發生的事情有所領悟麼？保姆（就是母親們自己也如此）常常有些不耐煩，因此不知道她們在做些什麼，匆忙而不留心的代孩子洗澡，觸弄他的鼻子和耳朵，把他的腿拉開敷粉，執着他的手臂用力使牠們垂下以擦乾身體。於是差不多更無情的再替他穿上衣服。這樣，孩子不但對於洗澡的用具起了制約反應，而且對於代他洗澡和穿衣的人也起了制約反應了。睡覺呀，穿衣服呀，都變成發作脾氣的開始記號。知道在洗澡與着衣服時

輕柔的處理小孩的母親，常常因為僱用了一個保姆以後就覺得小孩的行爲變壞了。她們常常驚異爲什麼小孩變得這樣逆拗，甚至於保姆的面影也看不得。

祖父們（而父親們也常如此）在造成種種怒的反應中也像木匠般的來參加。有些祖父和有時是未婚的朋友，也很急切的希望幼兒對於他們表示情愛。如果孩子並不停止遊戲而跑去給祖父一吻，他便在孩子走過時抓住他，並且有時捉得使他一點都不能反抗，強迫的抱住或是要他坐在懷裏。假如這樣做了幾次（我曾許多次看到這種事情），以後這孩子在他祖父坐椅旁遊戲時一定要離遠四五呎的。這樣他可以不被抓到。於是那摧殘兒童性情的成年兇手們卻說：『這孩子是粗野得可怕。他是缺乏天然的情愛的。你養育他的方法完全錯誤了。這孩子怎樣還會學成有情愛呢？』其實強迫一個婦人或孩子做有情感的擁抱是一種極其可憐的技術。牠把正所希望鼓勵的東西加速度在摧毀。孩子受了這種不良待遇後，將永遠避開那個人以及說話面貌或行爲像他的人。當他漸漸長大時，他便用他所能用的語言來避開他們說：『走開去，我不喜歡你；我不給你接吻；我不讓你抱我。』正像他幼年時用遠離的方法一樣。

大概有很多這樣的制約反應帶進成年時的生活裏。這些或許就是我們第一次對於生人的許多反應的根源。你是怎樣常常聽到這類表示呵，『我不喜歡那女人；』『我不高興那男人；』『我是本能的知道不能和她或他合得來的。』如果我們熟悉說話者的發展歷史，就能說明他所謂『本能』的喜歡和不喜歡一個人的原因。牠們決不是『本能』的。牠們是造成的。

你能很容易看出，家庭是如何一天天使孩子這方面的情緒生活複雜化。牠繼續在建造新的暴怒而使舊有的加重。讓我們來試舉幾個例子。

我時常被人家招呼了去商量關於兒童的不想吃，這樣或那樣——他對於食物浪費了時間。這裏就是一個實例：一個三歲的美麗女孩，須要合家的人纔能弄得她吃一點東西。他們要求我想法處置她並有所忠告。最初我從一門縫中注意她吃東西的動作。這孩子是在她的遊戲室中吃東西的。她從來都是在那裏吃東西。這遊戲室中儲藏了至少有五百件玩具。保姆是年老而且細心。她自己是領過七個親生孩子的人，所以是知道怎樣『養育』孩子的。這裏便是我所看到和聽到的。一部分。我只能引一小段會話：

『小寶寶，這兒是你的好晚餐——好的粥和牛奶。今晚上你要像一個好女孩那樣吃，不是嗎？』

這孩子只吃了一兩湯匙，以後就拿着湯匙在手中，而帶着讚賞的注視那堆着的玩具——接着她幻想了一刻，又向空獨語了些什麼。於是保姆走進，來從她手中用力的把湯匙奪下，在掙扎中把食物倒進她口中去，說着：『你是個壞女孩。如果你不快把東西吃下去，媽媽將走開去而且離開你了。』以後隨着是一長串的『好孩子』並強制的送食。這就是這孩子初次獨自吃飯以來所有的吃飯情形。一點鐘只吃下一碗粥，一小塊麵包，和一杯牛奶那有什麼奇怪？這孩子流於幻想以求逃避又有什麼奇怪呢？

在許多家庭裏都有像這樣的事情進行着。對於這個孩子我主張把整個的哺食方法加以變換。我並要求她的父母把那老保姆解僱，另找一個不會怎樣說孩子話的，而且是一個當孩子在做着她日間規定的一部分工作時，有充分的意識不去和她多說任何種類的話。我關照他們讓她獨自一人在食堂裏吃飯。我和他們約定，如果孩子不接受這種規定而發脾氣，就把她帶到她自己

房中讓她哭叫而沒有人去理她。當她良善的脾氣恢復了以後，再試給她飯吃，但假如情形還和以前相同，不要給她這餐飯吃好了。我又建議，母親應該有六週的休假纔好。

結果是完全而敏速的治好了。

自然，在你沒有應用這樣一種方法以前，你須確定知道嘗試這種程序時，決不會在生理上有傷害你孩子的地方。再，你可不要使孩子繼續有三次以上的不食。你的醫生必須先允可這種辦法。但是在接受他的忠告以前，你得先確定知道你有一個真正兒童行爲的研究者做你孩子的醫生。這國度裏糊塗的醫生多着呢，他們給你的忠告是你所要求的，而不是你所應該有的呵。

日常生活中引起怒的事情是什麼？

我們近來在紐約黑克司雪基金研究所的工作中，馬利·克維兒·司瓊夫人觀察了九個兒童。從他們早晨七時起身後直到下午七時，她並不加入他們任何的活動，而只是整天的跟着他們。一天天下去，留心注意着引起他們發脾氣的每一件事物。我們注意凡是一種激動或掙扎而完全沒有生理上的傷害的（就是實際並沒有痛苦的刺激存在的）都把牠看做怒或發脾氣的反應。

我們做這種吃力而費時的試驗，無非是想看看，能否在孩子們的環境裏找出所有引起怒的事情。假如找着了，我們希望能把牠們移去；而且如果移去是不可能，那末看看倘是變換一下日常生活的規程，是否證明有點幫助。我們希望這樣能找出一些對於家庭本身有點價值東西。

這些便是最常引起孩子們發脾氣的許多事情。依照牠們在孩子日常生活中的重要列舉如下：

- 一、被迫着坐在馬桶上。
- 二、被別個小孩奪去所有物。
- 三、洗臉。
- 四、做事不能成功。
- 五、穿衣服。
- 六、脫衣服。
- 七、洗澡。

這九個小孩的年紀是從十八個月到三歲那樣的不同。白天裏，他們都生活在一起。此外尚有許多其他情境喚起怒的反應，共計所被觀察到的大概有一百左右。任何母親從她自己的經驗中都能對這個表有所增益。我們很少在餵藥時不會被兒童所反抗的。施用蓖麻子油時須要緊抓住他們的手、腿、足，甚至於鼻子，也都是大家知道的事情。

在做這類研究時，你便可立刻知道，如果孩子有了生理上的擾亂，他常是更加難於處理。那些瞌睡、饑餓和疝痛的孩子常是適合於造成脾氣的。至於關在屋子裏幾天的小孩，是更加容易喚起脾氣。

要制止脾氣的旺盛生長，我們有什麼辦法呢？

雖然脾氣要發現，但孩子的澡必須洗，廁所也得洗，鼻與耳必須清潔那是顯然的。

第一步自然是明白的，一歲的孩子必須很仁和的處理他。有些保姆和母親養成一種驚奇的技術巧妙，一種輕柔的接觸。可是她們並不因此而輕忽了工作，更沒有過分遷延了任務。她們也不在處理兒童時咕嚕着孩子的談話。她們從不會溺愛或慣養兒童。醫院中的嬰兒看護對於處理嬰

孩的能力有很大的差別的。母親們沒有機會去學習這種醫院產婦部的技術是不幸的。不久以後我們將要有一個訓練母親的學校，並附設育嬰室，在那裏由一位有滿意的技術的看護的訓練之下，能獲得處理嬰孩與兒童的實際經驗。

其次，我們對於嬰孩時期的兒童應該着何種衣服，還很須要研究。關於現代穿着兒童的方法我在本章開始時已經提及。我並不自命為一個嬰孩的衣服專家。我不過想對於現在兒童所通用的幾種衣着，提出某種心理學上的批評而已。我覺得，假如母親在嬰兒初生幾個月不給他們穿麻料衣服，白色腰裙，羊毛緊身和長襪等，而讓孩子着些比較寬鬆的衣服，那麼穿脫孩子的事情一定要比現在寧靜了。這種衣服在白天必同等的安適，而且製得能穿了暖熱也是可以的。

再，我們不能把尋常的尿布帶子和襯衫合併成爲一件衣服，有寬鬆的袖子和平常的襯衫一樣，前面開襟而有兩條布片用以扣住或繫住尿布嗎？其次是照醫院裏最好的辦法而一般家庭還沒有採用的，就是把尿布摺成方形，前後都扣着。如此可以給孩子更多活動的餘地。我們不好就用一件無足管而寬鬆的法蘭絨圍裙，用兩個鈕扣扣在前面嗎？我們不能用一件軟薄的棉布外套，做

得同樣寬鬆而用日本寬袍式的大袖來代替那尋常美觀而窄小的一種嗎？這件外衣只需兩隻鈕扣，而且必須扣在前面。當孩子還未開始走路之前，又有什麼理由他們要着短襪或長襪呢？兩個被我繼續觀察的孩子，他們被帶領到能獨自站立的年齡（九月到十月）而沒有穿過鞋襪——並且到能坐起的年齡（六月到七月）而沒有穿過緊身——可是在他們前六個月的生活裏，並沒有——一個曾經傷過風。

我所能給保姆或母親最實際的忠告是，讓孩子愈早學會自己處理一切事情愈好。孩子能在很早的時候學會自己吃飯，通常的孩子大約是在第十八個月。此後再過一月或六週的光景，他一定變得很老練而能用湯匙把一切食物送進嘴裏去了。在二十或二十二個月的時候，你可以開始用一個鈍叉以替代湯匙。瓶子餵奶的嬰孩在六個月或八個月時即可斷乳。他可以訓練直接從杯中飲水。大概到了十八個月，他必須能無人幫助而自飲。饑餓能令孩子做出許多可驚的事來；幾天或幾週的忍耐就可以做其餘的部分。約從九個月起，孩子應該開始坐在規定的，裝有圍欄的小孩座子的馬桶上大小便，而不要有人伴他。孩子到三歲時就應該在保姆的監視之下自動洗澡。自然

經過幾週或幾月的時光，母親或保姆仍須幫他完成清潔眼、耳、鼻和背部的工作。孩子很快的能學會清潔自己的鼻孔是可驚奇的——雖亦有效而安全，但自然常須在母親的監護之下。大概從二十個月起，孩子就能開始擤鼻涕——在你說「擤」的時候就擤了。可是「擤鼻涕」在多數小孩是學會得頗遲的。他們應該在二十一個月的時候能把牙齒刷得很好。

孩子應當在兩歲半時開始自着衣服。開始時自然要慢慢的來而且要很有耐心。比方，二十個月大的孩子能着上臥室的拖鞋。在兩週歲時有別人幫助，一個孩子就能穿襪子。三歲的孩子能穿襯衫，把手臂套進去，並且袴子也會穿了。這年紀的孩子還不十分能扣鈕扣，除非給他很多特殊的練習（爲什麼鈕子一定總是裝在孩子衣服的背後正中，是超乎心理學者所能解釋的）。雖到了三歲，穿襪子仍然需要一點幫助。這時他應該自己穿鞋子。三歲半時他能着外面的衣服或任何不由頭上套的緊身。可是他能在那種緊身脫下。雖然還是不能十分扣鈕扣，他卻能把鈕扣洞寬鬆的鈕子解下來。男孩子到了三歲應該能站在馬桶旁小便。假如有手電和便壺，在夜裏他應該能起來小便，從此不再把牀弄濕或攪醒保姆和母親的睡眠。到了三歲半，任何衣服已解鬆的孩子應當能無

需幫助而爬上並坐好在成人使用的馬桶座子上。

四歲時雖還是一個小孩，然而應該能完全自着衣服了——假如給時間讓他慢慢的穿而不必着急。這兒我所要說的唯一例外是扣他的皮鞋。那似乎是比較困難的。他應該能很周到的洗刷他的牙齒，嗽喉嚨，當須要時應用洗眼杯，梳理他自己的頭髮，穿着他的外衣和手套——至於靴子和套鞋他還未十分會穿。他能使用刀叉以及在自己的麵包上塗油——我曾見過三歲的孩子對於後一種工作已做得很好。總之，在這年紀的兒童們，應當開始穿着並行動得像年青的男女人們，而我們也應該謹慎的如此待遇他們了。

如果有熟練的，有興趣去做兒童縫工的行為學者，去試驗裁製孩子們自己能穿着的衣服，那末在這時期內的衣服穿脫問題必更易解決。但是雖然我們對於穿脫衣服和處理他們處處當心，嬰孩和幼兒還不免有時會發脾氣的。有太多的事情就是很當心的父母們也管理不到。

有沒有任何實驗的方法把牠們的制約解消，如我們移去恐懼那樣移去一種脾氣呢？我們還未有機會做這種研究。對於這樣的方法可以設計雖有相當的指示，但是在牠沒有試驗出並證

明其可行以前，從思辨上去討論是沒有多大用處的。

第五章 兒童日夜間的照料

直到兩歲爲止兒童是屬於家庭的。兩歲起他就以自己的力量去正視世界了。要在這個新的世界中過得去，他必得有所準備然後走進去。

我們將如何使他準備呢？他並非生而有預備的。他決沒有什麼清潔的本能。真的，許多人類以下的動物恐怕還要避免和他在一起。可是『有禮貌的』社會要求『良好的』習慣、風尚和習俗。他必須從個人清潔的習慣做起——必須保持面孔和雙手洗得乾淨和衣服的清潔。他必須養成某種用刀叉和湯匙以進食的習慣。要能說『是的，謝謝你，姜司夫人，』『對不起，史密司夫人，但是我的母親叫我不要做。』當被戲謔時要保持脾氣——不要搶奪同伴們的玩具——不要急吞食物——不要常常說話。要勇敢，但不要蠻而無謀——要從來不『打一個女人』並且要做或不做事許多多一個紳士或一位太太所應當做或不做的事情。

須養成和保持的反應數目似乎是無限的。但是我們不應該失望。我們以前常以爲要成一個

好教養的人須經過幾代工夫。現在我們知道，如果父母在雜草未萌生前便進行耕耘這園地，他們在幾個月裏就能做成功的。

雖然沒有一個人能安排下適合於每個家庭的一種照料嬰孩與兒童的一成不變的規程，但是某種大概的程序是仍然能定出而遵守的。以下就是關於兩歲到五歲大的兒童們的一些提示。

日夜間照料的規程

洗澡：除非得到醫生的別種勸告，那末下午七時是兩歲到五歲孩子一個適當的就寢時間。上牀之前，在午後五點半洗一個溫水澡。這澡應當認真的洗，但不可沉悶。洗澡的目的乃是要孩子清潔而不是娛樂他。許多母親把浴盆裏放滿了假象牙的玩具，而且延長洗澡時間到一種無用而愚蠢的程度。你把孩子抱出時，他便哭起來——對於水中的遊戲感到興趣，以致再也不留心你對於洗澡和照顧他自己的方法的指導了。應該在一歲時就教他用澡布，到三歲半他就應該能獨自做大部分的工作。自然，從最初起，他必須處理得很輕柔而寧靜，否則一些細小的意外，如下水跌滑，便可以制約他許多時候的反抗洗澡。因兒童年齡的不同，浴盆裏的水不應超過八吋的深度，而且至

少在六歲以前不應該讓他獨自在浴室裏。

但是不要以粗魯的動作和不留心把洗澡弄成一種苦惱的事情。比方清潔小孩的耳朵就需要很高的技巧和耐心；洗髮時弄進一點皂沫到眼中，就可以造成一種對於洗髮永久的情緒上的不安。洗滌性器官時必須大大的當心——雖然一定要周到而輕柔的洗乾淨——任何繼續的摩擦可以引起兒童的手淫。男孩子沒有割去陰莖包皮的，便應該教他每週把包皮推上三次，把裏面的部分洗滌周到。他們在三歲半到四歲就可以開始做這工作了。

兩個小孩絕不當在同一個盆裏洗澡——不論是同性或異性——雖然關於他們在洗澡前後或中間互相看到裸體是沒有禁止必要的。

洗澡後的小孩應當用柔輦的澡巾把他全身揩乾。太幼小時最好輕輕的拍乾。當他身體長成堅韌時可以輕輕摩擦他的背部，兩腿和雙臂。

拭乾了以後，許多醫院和小兒科醫生，主張兩月內的嬰孩可以使用上等的橄欖油或鑛油而不用粉。兩月後，粉是可以用了，但須謹慎——不要使孩子的面部對着粉盒，恐怕刺激了鼻腔使他

打嚏。如果手彎腿彎和尻部等處弄爛了，最好用藥棉花塗幾滴橄欖油在上面，並且輕輕擦一下。這
樣處理的部分便無需再施粉，只施於身體其餘部分就够——這粉要細細撒上並輕輕擦好。決不
要讓小孩玩一個實的或空的粉盒。那是一個可以養成的壞習慣。

有些醫院主張嬰孩的皮膚不用油也不用粉，而只用溫水和橄欖油製的肥皂並把全身拭乾
便行。有些小孩的皮膚對於橄欖油也有刺激性的。在這種情形之下你須同醫生商量一下。

洗了澡以後就可吃醫生所選定的便餐。

就寢以前的遊戲

接着可來半小時安靜的遊戲。在許多不止一個小孩的家庭裏，上牀以前的時間常是聚在一
起喧鬧。這我以為不對——牠是安靜的睡眠很不適當的預備。我看出孩子們聚而喧鬧的時候是
不願意離開興奮的遊戲的。他們因此哭嚷並產生不好的紀律。睡覺的時間延遲了，因此孩子們唱
着，自語着，爬起或跑來跑去，並且互相呼喚。若是小孩晚飯後安靜的用鉛筆，紙，蠟筆，黏土玩玩或是
聽大人讀點故事，那末去就寢便少有抗拒而入於安睡更快。這是很好的時候由父親去花費半點

原书缺页

已放在牀下和預備夜間起身用的電筒已置於枕邊。從兩歲起，牀的高度要使他能够自由上下。最後再看看他的衣服是否都合度，有無錯誤——他是否不過暖——是否兩手放在蓋被的外面（如他沒有吮指的習慣，如有則放在裏面）然後在他頭上輕拍一下，一個安靜的晚安祝別——於是熄燈關門。如果他啼吵，讓他去好了。經過一週如此的管理將會使你有一個規律的就寢。

如可避免的話，決不要使孩子們睡在一個房間裏。每個小孩應有他分居的房間。保姆以及其他成人都不應當和嬰孩或兒童睡在一房。除非這些條件能辦到了，我的意見以為沒有一個婦人應該受責備，若是她拒絕承允生一個小孩。

醒來時

清晨要噪鬧嗎？——決不可的。現代的訓練常常須要規律的生活。普通從一歲到三歲，兒科專家指定在孩子每天早晨醒來時應該給他橘子汁吃。睡得適度的孩子能照日程上的時間醒來的。醒來的時間可以很容易定在上午六時半。橘子汁應該每日早晨很規律的在那時候給他，孩子應該領上廁所解放膀胱（僅僅膀胱）。把孩子再放上牀，讓他坐在牀上安靜的獨自頑着一兩件

選擇定的玩具。到七時應該把他抱起，輕輕用海綿摩擦一過，着好衣服。而在七時半給他吃早飯；於是讓他鬧了頑到八點鐘，然後再領上廁所二十分鐘左右（等大便完了）。嬰孩從八個月起應該有一個特設的馬桶座子，使他能安全的坐着。孩子應該讓他獨自在廁所裏而沒有玩具並且門也關好。在任何情形之下門不要開着或是母親或保姆同孩子在一起。這是一條而差不多普遍破壞的規則。破壞之後，其結果是養成浪費時間，高聲談話，一般不社會化的與依賴的行爲。

清晨的活動

在早上孩子應當安放在一間有充分日光的房間裏，愈早愈好（將來每家要有一間有天窗裝置的育嬰室，讓紫外光線可以射進，因此雖在隆冬都能舉行裸體的日光浴），在那裏遊戲一直到母親或保姆把家常事務都做好了。他應當訓練得能獨自一人很安靜的留在那兒並且遊戲或工作。晴朗的時日他應該於十點鐘時到戶外去。至於在戶外到什麼地方去以及他應該做些什麼，要看家庭的情形而定。重要的是他應當得到有系統的運動。與保姆一道作一個抖擻的散步是最妙的。如果因為沒有保姆而母親有着其他的事情，他應當有一種玩具，如小孩車，四輪車，跑車。

(Scooter) 三輪腳踏車或是滑鞋等，須看年齡而定。個應該在後院子裏或屋前的人行道上往返的運動。

自然，季候的轉換帶來了工作的變更。在冬天滑雪車和滑冰鞋必須代替了腳踏車。在有汽車的母親們中有一種很壞的情形發展着。那裏有一種傾向，就是讓孩子舍棄了走路和運動。母親到什麼地方便把孩子帶到那兒。這樣一種生活使孩子變成和一無所能的寄生物差不多。他得不到日光，他呼吸着汽油的氣霧。如果再要他走的時候便要吵鬧了。他的筋肉沒有獲得熟練的機會。

中飯和以後的小睡

中飯或比較好的說正餐（中午的）應該在餐室裏送給孩子和保姆吃。兩歲起孩子應當很會使用叉與湯匙，這樣他可以很少要別人幫忙；而且應該養成在桌上吃飯和遵照成人的吃法的習慣。一切這些事情，像吃飯時的手巾的用法，手放在膝上，甜食品來之前要等候把桌子收拾乾淨，適度低聲的談話等，都應該從這年紀起加以教練。如果沒有保姆，孩子便應該自己吃飯。讓孩子們着成入吃那些他所不應吃的食品是不正當的。

五歲以內的小孩在中飯後至少應當有一小時的小睡，五歲以上的孩子如果不睡覺，應該有一小時的休息，或者把一種玩具與一本兒童畫冊給他，如果他不能入睡的話。當孩子年紀很幼或不很強健時，許多母親在上午十一點至十二點半讓他們小睡一次，然後再吃中飯。這種規程有時大大的可以免除吵鬧，發脾氣以及類似的情形。

午後的遊戲與社會活動

小睡以後應該再到外面。午後的日程表中應有社會活動一項，例如在公園、街上或家裏和他的孩子一同遊戲。假如孩子在公共學校生活開始前不能進學校，應該給他一些有系統的教練。為什麼孩子當三四歲那樣年幼時不應該教他學拳術、打棒球、踢足球、頑網球、學跳舞以及自然研究，是沒有理由的。自然一切這些都能行之趨於極端。兒童生活不可弄成一串前後相繼的工作而沒有機會去做自由的遊戲。有權利養一個孩子的每個家庭應該有一個後院子或是住近一個公園，在那些地方每天至少有一小時能花費於和同伴遊戲。應該讓他們獨自在那裏——相打、發生意外、爭吵以及其他一切。在這時期應該給孩子預備一個帳篷、沙堆、軒板、鞦韆、黏土以及其他簡

單的東西。這地方應該是兒童逃避所而不被成人所光臨。在春季和夏季裏，你可以要求醫生指示怎樣給孩子預備，使他和兄弟姊妹們或是單獨一人在日光中裸體着至少有半小時。

你可以說，像在這兒所提議的一個規程對於未僱保姆的母親是不可能的。這與事不合。我最近曾做一個關於二十個家庭裏兒童生活規程的研究。在其中對於孩子的照料和規程行得最完備的兩家中，既無保姆也沒有任何其他的人。最有趣而可注意的就是，在其中許多家庭裏母親所寫錄下來的規程，幾乎從未在實行時遵守，並且就是在那些有保姆和其他僕役的富有家庭中，每個母親對於規程都是機會主義者。缺乏一種理智的計劃前後一致的實行起來，是最足令人氣沮的！我曾見過孩子們睡覺時的小牀上放著麵包，使他們醒來時不會哭；孩子們一對對的放上牀，等睡着時纔分開來；准許孩子們隨便什麼時候亂吃東西；四歲的孩子，母親竟讓他尿濕着幾小時之久，雖在醒的時候也不想法訓練他們；四歲和以下的孩子們，一定要有人坐在旁邊守候他們睡去，而他們的母親一夜總要到他們那兒去六七次（其實都是很康健的孩子，）以安靜他們使他們再睡。

日夜間的潔淨

雖然定下很有秩序的日夜規程，也並非全部問題都解決了。潔淨的問題幾乎在一生下就應該注意的。

要教孩子們不遺尿是公認為困難的。沒有人愛看尿濕了的孩子，然而那似乎是他們的痼疾。孩子們這種遺尿的行為，在外面不久就要被較大的孩子們發覺的。遺尿的孩子將被嘲笑，譏弄並成爲衆矢之的。自卑和羞慚的習慣因此而長育起來，並且這種結果，雖在小孩的節制習慣養成很久以後，還不會消滅。便是成人也要嫌惡這種小孩。在犯了這種行為很長久以後，孩子還要受到長者的顰眉蹙額，和難看的面孔以及鞭打等。這是無補於事的。如果『電震』或懲罰出現於反應發生如此長久之後，要建立一種制約的反應是不可能的。

在問到怎樣纔能改正這些不社會化的習慣之先，我們或者要問沒有什麼方法能使我們不讓牠們形成嗎？當孩子在三五週的時候起，日間節制小便的習慣要開始是十分容易的（制約的反應），只須每次抱起哺食時拿一個便壺接在孩子身邊就行了（但在這樣年齡切不要讓他坐

在上面。如果你的規程沒有間斷並且拿出耐心來，制約反應建立得怎樣迅速常常是使人驚奇的。

關於是否應當在晚間十時以後，把孩子弄醒使他坐在便壺上，所有適當的辦法是不一樣的。我是完全相信這種辦法的，但我不相信過分幫助孩子。有許多母親把孩子抱起（從兩歲以至六歲）把便壺放在他下面，以後又把他放上牀並且替他蓋好。孩子常常經過這整個動作而並沒有醒來。呼喚他的名字——告訴他要起身——讓他做每一件事都無需幫助，甚至再替自己蓋起被來。這樣使他輕輕的但完全醒來的方法是很可行的。如果這程序做得安靜而輕柔，決不會攪擾睡眠，除了一忽兒的時間。孩子通常在你關門以前便又睡着了。當孩子漸漸長大，你可以每夜稍遲些去叫醒他，直到他能安適的渡過全夜。母親如在日間就忽略了她的孩子，不必再想在夜間建立節制小便的習慣。

另一種計劃是訓練孩子渡過整夜，即從下午七時半到上午七時半。有幾個我曾研究到五歲的孩子，從兩歲起便睡過整夜，而很少發生不幸之事。這些孩子日間的節制早在最初十五月中已

經完成了。

母親或保姆的疏忽通常是遺尿的原因；母親是忙得不暇監護他；她打電話談了半個鐘點的天；她出外訪友而把孩子交託給廚娘，或讓他們自己獨自過活。保姆是太喜歡和別的保姆談話，以致玩忽了自己的職務。好像沒有什麼事情使我們把這問題看得嚴重。我們要求貓和狗從幼小時便潔淨，然而當我們兩歲和三歲的孩子尿濕着在家裏四處跑，甚至於到外面街上去和他同伴一起頑時，卻不感覺到慚愧。

不過有時候，或由於疏忽或由於偶然，節制小便的習慣是會解體的。如果牠難於再建立起來，可以去和兒童專家商量；有好幾種身體方面的情形可以成爲原因。當他把這些整治好了——那習慣無須再制約，而可以自己再樹立起來。然而，不見得會如此的；如果孩子不到五六歲，還必須求助於重復的訓練。

當這習慣解體了，怎樣辦呢？我們關於節制小便的習慣的重行建立，還有很多要研究的。

這裏是一個四歲孩子的實例——從兩歲以來日夜的節制都好，而很少夜間的意外。他去拜

訪了他的祖父母兩週在那裏監督是寬疏了。這孩子以前常是在每夜十點到十一點抱起來的。這習慣現在毀壞了。在他回家以後，牀上遺尿變得很厲害。雖然在夜間抱起來兩三次，他到早晨仍是濕着。母親和父親試用『道理』和『好孩子』的話頭——沒有效果。其次試用社會隔離的方法。父親和母親在日間不允和他講話，如若夜間牀上被他弄濕。再次父母們多應用嚴厲的責罵——先是母親一人，以後父親也加入。更其次是懲罰——打屁股。這些方法全都沒有效果。於是他們叫他每天洗滌他自己的睡衣褲。這不久便成了一種笑話，當他去洗時，就是他兩歲半的弟弟也笑他。當這情形告知了我，我要求他的父母和保姆絕對不要將此不幸的事提起——在任何時候，早晨，中午或夜間都不要說什麼。但是如果沒有發生不幸之事，每天早上便酬獎他。這小孩非常喜歡橡皮糖，所以在每次沒有遺尿的早晨便給他一塊。在任何其他情形之下，就是橡皮糖這樣一點味道他也得不着（糖果是決不給他的）。幾乎立刻便有了進步，但是差不多經過兩月之後，節制的習慣纔完全恢復。這實例是許多中的代表。在我所研究過的一切方法中，酬獎證明是最有效果的。是牠的治療功用頗為遲緩。關於這問題的處理我們仍然有很多需要研究的。

吮指

在社會化你孩子的過程中常發生另一問題。那便是吮指或吮手。如果這種高度非社會的舉動在嬰孩初期就有了很好的開始，那是難於控制的。有時候是一種東西被吮吸着，例如一塊布，一條舊毯子或其他蓋着的東西。當母親很不留心時，奶瓶的奶頭在吃完了奶後仍被孩子不息的吮着，後來且咀嚼着。千萬的母親幾乎都不留心到成爲罪惡的程度，都用一種假奶頭以安靜小孩子。子只要在醒着時就吮着牠。

關於早期吮指是無足驚奇的。許多嬰兒幾乎是把手指放在嘴裏生下來的。這是由於牠們在子宮中的位置使然。如果你注意新生的小孩幾個月，就可看出雙手在生前的這種位置的結果。嬰孩是很少把手運動到腰部以下的。因此很自然的，口部應該在全身任何其他部分之前被「發見」。他用通常「嘗試與錯誤」的方法發見牠。當手指接觸了口部時，那嘗試的運動便停止。於是吸吮的活動就立刻開始。吸吮活動是無須學習的。牠在大多數嬰孩剛出生時（或稍後）就已建立好了。換言之，吮指是現在和飲食聯在一起的一種習見的制約反應。嘴唇也是屬於性範圍的一般區

域的，所以吮指一部分也是一種性的反應（這性字是用在近代的廣義上的）和嬰兒也能形成的手淫習慣是很相近的事情。

如果持久的吮指是飲食習慣的一部，那末我們應該能看到牠在那些繼續挨餓或身體不免刺激的孩子們最爲持久。你將在每個管理不良的孤兒院或育兒室裏證實這種見解。

爲什麼我們應當打倒這種習慣？首先，牠反映出父母們所給予孩子的訓練和照料。吮指孩子的父母在進步的社會中是應被指責的。

從孩子的立場看來，這事情是嚴重的。醫生告訴我們，約有百分之九十的疾病是由於口中侵入身體的病菌而來。孩子用他能活動的雙手把病菌從各處收集來。隨後把手放進溫暖而潮濕的嘴裏去。這樣就給病菌一個理想的發育場所。

如果在任何早期年齡而骨質、筋腱和筋肉的組織還未堅韌以前，就將吮指習染得很久，則嘴可以成爲畸形，而手指和手要變更牠們的形狀。更有其他許多身體變化可以發現，例如牙齒的正當生長和位置都要受到影響。

吮指所及於孩子人格上的影響是一切中之最嚴重的方面。牠是一種幼稚式的反應，如果過了幼稚年齡而還存在，便成爲一種幾乎無法打破的有害習慣。真的，如果繼續存在到青年期而轉化爲咬指甲，咬手指，剝老皮或剔指甲等，牠就成爲實際上所不能打破。那末牠就要歸入一種神經病的特徵去了。

這種動作有一種安慰和平靜的效果，和一種藥品相似。當一個人讓他去做這種習慣時，他在一切反應中是完全馴服的。對這習慣而責罵，要想阻止，他就變成易於激動而煩躁。表面上，當孩子的嘴裏有着手指時，廣義說來，他似乎是對一切其他刺激封鎖了。因此持久吮指的小孩，很難使他對於尋常訓練孩子使用的玩具和其他東西發生反應。外面世界對於他得不到一個好的機會。他不征服他的世界。他變成一個『深閉固拒者』一個自己遂情的人。只要安全的有着手指在他嘴裏，他有時甚至可以對於危險的刺激也不反應。我們在約翰荷甫金醫院裏所做的許多試驗表明，雖當那些以產生驚駭的刺激陳示給吮指的孩子時，牠們也失去激動他的力量了。

我們怎樣能改正吮指呢？回答是，在嬰兒期起初幾天裏就醫治。小心注意嬰孩的最初幾天。

孩子醒着而你在旁邊時，不讓他的雙手靠近口部。當你放他上牀睡覺時，總須看看那雙手是否已放進被裏——並且假如你時時去視察睡着的孩子，注意當你離開他時，手是否蓋在被下（當孩子大些時——過了一歲——你要看看當睡好後，他的手是否放在被的外面，至於理由在第一〇二頁上要說到的。）

倘使不管這樣早期的預防，而這習慣還發展起來，你把這兒童的飲食去和醫生商量商量。告訴他關於吮指的事實。如果在飲食變換了以後而吮指仍保持着，那末，可採用更嚴厲的步驟來打破這習慣。縫一雙大的白緞面法蘭絨裏而不分手指的手套，套在睡衣和日間所着衣服的袖口上，並保留在上面兩週或更長的時間——不論晝夜。許多母親只在夜裏用這種手套。除非孩子每刻注意着，他的手將不時伸回到嘴裏去。你必須小心察看所穿衣服或睡衫是否繫得穩固，但在喉部則不可太緊——否則假如孩子是固執的，他將設法掙脫自己的衣服以放出他的手。如果習慣仍然保持着，可把手套的材料每次加粗一點。

我嘗試過許多沒有有效用的方法。那粗笨的鋁質駢指手套是無效的。孩子往往在頭上和眼睛

上猛擊自己並且十有九次能用一種方法把牠們脫掉。有幾個好的醫院應用硬紙管套在肘關節上。但這是殘忍的。孩子因此不能擦癢或趕開蒼蠅或蚊蟲。在手指上塗一層苦蘆薈脂也沒有結果。有時嬰孩仍直向前進而並不因蘆薈脂而忽然中止，或者即使做一兩次苦臉，但不久又泰然的繼續了。對於用帶子把手指纏起，我也從沒有得着什麼成功。不是他過了一刻便把帶子脫去（如果一歲或更大，）便是連帶子和手指一同吮吸。

我曾試用過懲罰——即用鉛筆猛敲手指。這當試驗者在旁邊時有美滿的效果，但到夜裏這習慣仍舊恢復。責罵和肉體的懲罰也同樣證明完全無效的。

破壞的行爲

在社會化我們的孩子時還碰到另一問題，那就是破壞的行爲；碟子，花瓶，燈，古玩等——沒有一樣是不可侵犯或安全的。這大部分是由於我們讓孩子糟蹋玩具的結果。在童年時代幾乎每個孩子毀壞了價值幾百元的玩具。有一家有兩個孩子，一個五歲一個三歲，我作了一個五年內購買玩具所花費的金錢的大概記錄。家庭和親戚朋友一共花去了近八百塊錢。一個大約的統計，表示

五年末了時所剩的幾件玩具的價值，不能超過二十五元。但經濟的浪費還不是重要的現象。玩具是製造得那樣粗劣，並且選擇得那樣不注意到兒童的年齡，因此毀壞玩具的習慣是養成了。孩子們差不多一看到玩具後就開始毀壞的工作。我常在聖誕節那天訪問幾個有兒童的家庭，並注意被打毀的玩具的數目。說在每個聖誕節那天，有價值幾百萬元的財產被毀壞，並不是一種愚妄的猜測。這種毀壞，像世界大戰中猛烈炸藥那樣毀壞得一無所留。而對社會的結果也同樣的可憐。孩子們在開始私有財產時，就應該教訓他們財產的應用和保存。很自然的，孩子們要把玩具拆開以查驗牠們的作用；但這需要一點工藝上的技巧，並且把玩具拆開查驗的孩子，應該教他也同樣小心的把牠重裝起來。試想一歲，兩歲甚至於三歲的孩子而給他們錶玩——即使是一塊錢的那種。試想給孩子們值錢的電氣小火車——和值錢而精巧的飛機和汽船以及留聲機的模型——這些對於長大得能够運用的男女孩子們都是值得的玩具——但是假如把牠們給太幼小的孩子，那不過是指定要在二十四小時內加以毀壞而已。

玩具太多

整飭和秩序的習慣如要養成，必須養成得很早。孩子們弄得滿地板都是玩具，在一天終了時就沒有功夫去仔細的收拾牠們——輕輕的處理牠們而很有秩序的把牠們安放起來。你買了隻玩具箱子，但玩具是整抱的傾倒進去，及至第二天取出時亂擲在房間裏，直到孩子碰着他所要的一件。

又，差不多一切玩具都是製造得只能由成人運用的。有一天我想買一隻三歲孩子可以轉和放的陀螺。費了很多的力以後我纔發見了牠。在各處玩具店裏檢查一過，表示幾百種小火車所有的彈簧，都是短到只有成人用力轉好後纔能够行動。卸貨式的四輪車和二輪車可以找到很多，但只有成人纔能使用，至於飛機和汽船，連母親都要父親幫忙纔能開動。這裏我們又是教孩子依賴了。

關於這事，有幾樁很確定的事情我們可以做的。

(1) 在一個時候不要讓孩子有太多的玩具。如果人家送得太多了，你或是把牠們送回，或分給那境遇不大好的家庭，不然就把牠們藏起而不讓孩子看見。讓他們從已有的東西中竭盡其所

可得的奧妙，然後再給他們新的，並且假如他們所有的幾件不能好好的處理使用，那末可以再減少一點而在晚上收拾起來。

(2) 按年齡而選擇玩具。關於這點要先把孩子研究一下。孩子們在手的技巧方面亦是相差的。許多未到一歲的孩子所喜歡的，沒有東西比他們所能開關的小盒子再好的了——最好是金屬或木質的盒子，家裏裝別的東西所用過的。他們喜歡布製的偶人和動物。他們在這第一年中心（自然在一切年齡中都如此，）就大大的為家庭中的活動方式所形成。孩子們所「喜歡」玩的東西大部分是由於這原因，並且由於他們被處理的方法以及小朋友們所定下的模式。

(3) 選擇製造得好的玩具。你自然不能管到朋友們送給孩子的玩具的種類，但你能決定是否孩子可保有牠們。現在已有幾百種做得好的玩具。種種積木——石製或木製的。建築用的金屬玩具。玩具種類的豐富每年增加起來。如果你只買堅實的玩具，製造者不久便會設法把牠們造得更好了。在研究玩具的問題中，我曾檢驗了幾百種玩具。牠們中有許多是用螺絲釘和螺絲帽把各部分聯起來的。例如，我從未曾找到一輛車子，製造者在那上面費點功夫，把螺絲釘上的線槽在

螺絲帽上好後，搗毀一點，使螺絲帽不致漸漸鬆下，或者把螺絲釘的頭弄粗一些，使螺絲帽即使偶然變鬆，也不會掉落下來。在螺絲帽已經旋上以後，只需銳利的工具對着線槽用錘子一敲，就可以使牠永遠保持在上面了。這種不小心的結果，使每一塊空地上都存有玩具四輪車、自行車和兩輪車的遺體。螺絲帽掉了，玩具壞了，並且不久就拋棄了。

教孩子自製玩具

僅給孩子已製成的玩具頑，可以毀滅他自己的努力以創造物體。每一個行爲學者都喜歡看孩子開始用原料創造出東西來。鼓勵他們——使他們缺乏已製成的玩具而圍繞着原料，像木塊、黏土、釘、螺絲釘，以及兩三件簡單的工具，如錘子和鋸子和稍後的一隻鉋子，是刺激孩子做自己頑的東西所必需的要件。用一把鑿和一柄木槌完成了何等可驚奇的木工藝術！用一桿尺，一枝鋼筆，鉛筆和兩脚規畫成何等可驚奇的圖樣！用一枝毛筆和幾管顏料繪出何等可驚奇的圖畫！

引導孩子利用原料最初容易的一步，是那種成另件出售而四歲大的孩子便能容易裝配起來的玩具。現在有許多很好的白坯木質的這種玩具可以從四輪車、自動車和類似的東西的形式

裏找到。

我所着重的是養成有發明力，技巧和工匠藝能的習慣——一種學徒精神的早期培育（現在就是在我們成年生活中也差不多消滅了。）

但是因為我們應該給孩子幾件玩具，讓我們留心牠們是否製造得完善，合乎他的年齡並且他是否實在需要牠們，因此能適當而小心的使用。現在有幾個學校很注意這點。但是我知道沒有一個家庭甚至嘗試去解決這個問題的。在少數學校中是給孩子一隻箱子看，其中藏有很多玩具，都是適合於他的年齡和技巧的。他只允許選擇一個。他只能用那個玩具在遊戲時間裏頑而不能再有別的。並且遊戲時間終了時，他便須把牠收在一旁。這種制度是值得每個家庭採用的。諄諄的教成一種對於玩具的尊重以後，差不多破壞行爲的問題就沒有了。

選擇和留用一位保姆的問題

但是我們的保姆能實行我們的計劃嗎？許多煩惱的母親告訴我，一切訓練兒童的計劃，不管怎樣有道理，都是沒有用的，因為保姆不去實行。保姆在今日的嬰兒教育上是最弱的鍊環。她們沒

有訓練，無經驗，而且是可憐態度的。她們不是粗漢便是感情主義者。一個家庭每年繼續用五個保姆是普通的事情——一個孩子從出生到十二歲有過二十五到四十個保姆和管理者也是很平常的。如果保姆都是好的，那末孩子在她們四十個人手中經過也無妨——亦許結果正相反，因為這樣將不致有固定的關係發生。

除非我們僱用了保姆到家以後將她們訓練起來，似乎是無法可想的。她們中有許多都不高興這樣被看待——如果曾經在別地方做過的，她們以爲已知道怎樣『看管』孩子了。僱用了一個新保姆的母親，在開始便和她每天共同處理孩子兩週之久，那末結果將節省不少的時間和精力。這樣固然要減弱保姆的威權，不過當你看到她已訓練得差不多好時，你就應當把孩子交給她照管，直至她的控馭已重行建立起來。

在保姆已執行職務以後，所最應考慮的是不宜有分歧的威權。『母親說我能做的，』『母親常常讓我做的。』於是便去告訴母親——『母親，我不能做嗎——保姆說我不能。』沒有一個自重的保姆能在這樣的家庭裏居留得長久的。

選擇和留用一位好保姆的問題，在未有較好的材料可供看護時的採用，並有了行爲主義的學校以養成保姆以前，是不能解決的。在優良導師的指導之下，有六個月的對於實際管理兩歲到六歲兒童的訓練，應該能養成一個很勝任的保姆了。要留住一個保姆或管理者，我們應該使她們在家庭裏的地位是被尊重的一個。假如母親自己必須做保姆——在美國極大多數家庭中的情形是如此的——她必須在執行保姆的機能時，自視爲一個職業的婦人，而不要像是一個假託在「母親」名義下的感情主義者。

最終的結果值得所費的努力嗎？

一切這些努力是值得的嗎——孩子不是無論如何總過得去嗎——在好管閒事者進來告訴我們怎樣養育小孩子之前，沒有幾百萬人過了日子嗎？如果一切這些事情都要做到，那不是說做母親幾乎要變成一種專業嗎？不過即使母親須變成專業者，我相信所有的努力也是值得的。終結的結果是一個像空氣那樣自由的快樂孩子，因爲社會所加於他的簡單到蠢笨的種種要求，他已能應付自如了。一個獨立的孩子，因爲在他全部訓練期間，你會讓他有一部分時間獨自工作和

遊戲，並且你會使他用自己的努力去解決困難。一個爽直的、公開的、不爲羞澀和自卑心所窘困的、去接待別的孩子並和他們頑的孩子。一個能創造的孩子，因爲他對於環境的完全適應可以使他有閒暇從事試驗。不要相信任何人告訴你說，這樣對於規程的堅持，將要把孩子壓成呆板，並且減低他自己『內部生活和力量』的生長。『自發活動』、『內部的發展』等等，都是那對於在實際建造中的兒童的研究太懶惰或太愚笨或太偏見的人們所用的辭句呵。

在生活中確實有創造力的唯一的人，是那有一種規律生活並嫻習了一種技術的人。缺乏這些的人是一個奴隸——他的生命是耗費在勉強跟上那努力而僅獲得麵包、肉類、和一椽住處的人們的行列的。

第六章 關於性我將告訴孩子些什麼呢？

爲什麼父母告訴他們孩子關於性的事情如此困難呢？

一個理由，是許多父母感覺他們自己對於性的知識是這樣不充足和不科學，因此懷疑到他們向孩子說話的權利。

此外尚有一個更深的理由，我們大多數是從一個迂迴模糊的途徑中獲得關於性的知識的——從年長的孩子們，從不謹慎的保姆們，並從用隱喻談話而情感用事的父母們得來的。當我們想去和孩子說話時，我們不知從何處說起了。常識遺棄了我們。當孩子問到我們時，我們推託說：「過些日子等你長大一點你就能明白了，到那時我將通告訴你。」

結果是孩子和我們一樣從迂迴的途徑中獲得他們的「知識」。他們裝着同樣祕密的態度像我們在年幼時所裝的一樣。較長的遊伴們告訴他們，決不可把從街上和後院子裏聽來的什麼告訴他們的父母。當父母們不能再拖延他們所覺得應該和孩子談的慣例的談話時，他們想法使

孩子靜聽。但是這時候的孩子是羞怯了。他想法避開這題目。他變成混亂——對於問題將不加回答。他已聽到過許多竄改過的說法而變成守秘密了。父母認此爲好的表示。「我可憐而天真的羔羊對於性是完全無知——我很難使他靜聽我說話。他如此清白而純潔不是很可喜嗎？」

他們天真的羔羊，已經從他們兩歲時帶着搖擺的步態，加入四歲至六歲的孩子羣中，那時起就在習知關於性的事情了（這名詞的廣義的應用）。但是緘默的禁令是被那年長的孩子放在他們的嘴上。真理對於太久疏忽了他們的父母是關閉着的。僅因爲你的孩子不和你談到，是很少理由可以使你相信性的事情，不是一個和他遊伴們談話的題目的。

這裏是我今天從一個五歲的男孩和一個七歲的女孩中間，聽來的一字不移的一段會話。

「葛來絲，你願意嫁給我嗎？」

「我不知道呀，賽美，我對你是太大了！」

「但是，葛來絲，如果你願意嫁給我，我將替你在長海灘上砌一座房子，而且我要買一輛紅輪汽車給你！」

「謝謝你賽美！但是我要自己選擇我的汽車呢。雖然我猜想我將嫁給你。」

賽美是非常快樂。「而且賽美，我們將要有小孩，是不是呢？」

「你將要有的，葛來絲。我可不會有。男人們不會有孩子的。但是我們將怎樣得到小孩呢，葛來絲？」

「我不知道，賽美。」

這樣的會話，並不表示這兩個孩子是早熟或對於性過分的好奇。他們在這兒是嘗試着把他們偶然得到的事實，綴合爲一種人生哲學。在這個企圖中，首先的一個問題就是孩子們從何處來。趁這兩個聰敏的孩子這機會，告訴他們關於孩子們的來源，還有比這更容易的事情嗎？

我曾問過那七歲女孩的母親，爲什麼她未曾將性的事情更多告訴她的女兒一點。她的回答是她既沒有知識也沒有勇氣。

沒有充分預備的母親能在何處找到啓發呢？不幸這種知識是難於獲得的。有很少幾本書是可以信任的。很少的醫生有適當的性知識，更加少的是他們有那種傳授知識所需要的規定的

思想的客觀性。這是一個被迷信圍攻着的世界——充滿着不會消滅的老太婆們的故事——滿載着感情用事和宗教。要澈底懂得這問題，一個人必須知道關於日常生活的心理病理學的簡單事實。我有一次發信給八十個著名的醫生，請他們填明是否一般的醫生（執行醫務者）可以依賴着去給我們青年人以健全的指導。最大多數的回答是『不』。現在我引證其中三位著名醫生的話而不舉出他們的名字：

A 醫生——『不普通的掛牌醫生在醫學校裏從來沒有聽講過「性」字，並且從來沒有和任何人討論過任何性的問題。他自己聽到這題目時也要震駭的。性的情緒的本身他是不能忍受的，但他能忍受花柳病的觀念。』

B 醫生——『我的經驗是他是一個很拘謹的人，並很少知道性的心理學。他信奉一個狹隘的而大概是謬誤的正教。』

C 醫生——『我不相信普通掛牌的醫生在給孩子們性的指導上，有什麼比較一般父母更為勝任之處。』

從這研究所搜集的材料，構成一種真正的對於一般醫生的公訴狀。牠們表示在我們一向被教訓着去加以尊敬的人對於生活的一個基本問題，還顯有真實的迷信和無知。

在別一方面，這同研究顯示那多數的心理病理學者（有醫學訓練的心理分析家和精神病學家），已有一個完全穩當的，健全而適宜的觀點。我所給任何有孩子的父親或母親的忠告，是到精神病學家那裏去，受一兩個或更多幾個鐘點的指導，如果你感覺自己的智識不夠的話。如果你和你的孩子談話時有些微的窘迫——如果你曾被你的孩子的行爲或別人的說話所窘迫或觸怒，那末，你的智識是不敷用而應該加以補充的。

讓我們在這兒僅僅考慮一個事實，牠幾乎無疑義的證明有百分之七十五的母親（而且自然有相等數目的父親，）假如沒有一些外來的幫助便不能勝任去指導她們的孩子。大概沒有百分之二十五以上已婚的婦人，有充足的性智識和對於性的訓練，以經驗性關係的充分的價值。這是大家所知道的。在生理上這種婦人是正常的，但是她們母親的訓練使她們成爲不適合。這意義就是四個母親中，只有一個真正的了解性而足以和她的孩子討論牠。那意義也就是說，四個中有

三個繼續的給她們的男孩和女孩一種發育不完全的，營養不充足的，並且一般講來是不適合的對於夫妻關係的描述。一種惡魔的循環已造成了，並且一種離婚和神經衰弱，憂鬱病和病痛主義的旋風供我們的收穫。

所以在處理你的孩子之前，要看看你的智識是否充分——正確，客觀而沒有任何感情作用。如果牠沒有這種特點，並且你沒有勇氣使牠成爲適當而客觀，那末最好請一個別的人來教導你的孩子。然而父母在論理上是應該教導他們兒童的人。孩子是有權利希望父母做這種工作的，如果他繼續給他們以爲子的禮貌和尊敬。他們不能準備自己以傳授這種智識，是現在社會衛生上所有最大問題之一。在過去幾年中做父母的教育已有顯著的進步。或許還需要一兩代的時間就可以完成這種工作。對於這工作最大的障礙，是我們的大日報和雜誌假作貞潔而不敢刊載所需要的指導。直到最近，只能由書籍和小冊子以及醫學演講以和公衆說話。智識的傳佈因此是很緩的。

如果在她孩子年幼時，便開始並誠懇的處理這問題，幾乎每個母親都能漸漸的獲得一種優

良而客觀的技術。她應該當孩子兩歲時即養成直說的習慣。每週兩次或三次，她應該留出半點鐘來，以探知孩子的生活進行組織的情形——不僅在性的方面，而是在各方面。她應該對於孩子的語言結合時時作一個統計。她應該啓發孩子關於他的宇宙的種種問題，而且耐心的回答他的爲什麼——例如什麼使得鐘走錶爲什麼有啲啲的聲音？夜間太陽到何處去了？什麼造成雷響？等等。從兩歲到五歲的孩子是一個活的問號。這是母親和父親與孩子建立融洽關係的黃金機會。如果這些爲什麼回答得合理，這孩子便開始相信父母是知識的可信任的源泉。從不大留心的家庭出來的年長孩子，都只嫌太熱心的去嘗試教導幼小的孩子。他也可以講得有趣。父母所給的知識必須在興趣上能和這種『祕密』的知識競爭，否則你的威權就喪失了。對於這種方式的知識的興趣雖在成人也表示着。幾年前我們的大日報給我們一切關於誹謗、離婚和謀殺案件等必要的知識。近來小型的新聞紙，專製造祕密的道人短長的談話。社會爭相歡迎牠們。一種驚人的銷數上的增加因此產生，超過了任何以前新聞界所知道的。但所有的比擬無須再加推進。如果父母們要和外界爭勝，他們必須使他們所給的知識很有興趣纔行。

你或者以爲把孩子送進了幼稚園，他的一切問題就應該在那兒得到回答。我的回覆是，幼稚園並不減輕我們的責任。雖然有幾處好的幼稚園，可是並不多。我自己的孩子曾進過兩年。到現在他學會了唱一兩首讚美詩，怎樣剪出星形和偶具像，並且把牠們貼在一本簿子上——怎樣畫幾條很彎曲的直線——怎樣挪揄我，因爲我不禱告並且不到教堂裏去。他能讀一點東西是因爲他母親和我曾教過他，他能使用錘和鋸，以及用他的雙手做許許多多在幼稚園中並未學到的事情。他的行爲在許多方面已組織起來——划船，駕汽車，駛汽船和農場的生活等。我們曾誠懇的努力回答他對我們所提出的每一個問題。有時候我們更進一步。我們誘導他，就是我們想法引出問題，並想法使他日間所遭遇的事情，用語句簡要的陳述出來。沒有多久我們就開始從他搜求外界所給予他的東西，——格來司這樣說——安尼那樣說。這種方法給予我們一個補充糾正和增益的機會。因爲我們把從他搜求得的一切錯誤知識都當做自然的事情，因爲沒有什麼是稱爲『惡劣的』或『粗俗的』或『不文雅的』或『不好的』，但每一事情都在正確和完全的基礎上加以評判，我們使他對我們無時不公開。當我們表示是被震驚或觸怒或開始譴責較長的遊伴時，那

時我們便失敗了。我們的孩子不再應用我們做智識的清理所了。

如果你開始得早，和你的孩子組成一個『坦直的談話會』是很容易的。假如這會進行得順利，他便是身體健康和精神健康的保衛者。這樣教養起來的孩子，能有什麼事情走入錯路的機會是大大的減少了。所有唯一的危險就是使孩子對於父母太堅強的膠黏着，但這是能像我在三十七頁所指出的那樣去補救的。

孩子所發問題的種類是很不相同的——年齡、環境，是否有較大的孩子在周圍，是否快要有個嬰孩出生或剛已出生——都是有關係的因子。這兒是一個幼孩在兩歲到五歲期間實際上所問的問題的一種流水賬。這是由他母親所報告的。

『兩歲時李茄照例每早要到我房裏來，並且要耽留一會兒。他通常是在我洗澡時頑着，並出入我的浴室——有時他頑着幫助我洗澡。他從二十個月的年齡時起已知道身體各部分的名稱——像肚子、臂膊、腿、手、奶奶和陽具等。關於奶雖已給他解釋了，他還常常說到牠，用手指着或觸着牠說：「那是什麼，奶奶嗎？」在整個這期間，他對奶奶保有不減退的興味。大約絕不是由於隱藏的

「佛洛伊德」的理由，而是因為牠們和他自己的任何器官是那樣不同這事實吧他在兩歲時想知道肚臍叫做什麼。給他解釋了以後，他有幾個星期仍然問這問題。「那是什麼——臍臍嗎？」對這問題我總回答說：「是的，肚臍。」偶而他會指着陰毛說：「那是什麼——毛嗎？」接着他常在我的頭上觸着頭髮而重複的說：「也是毛？」這種問題比較他所問的許許多多關於玩具，鞋，衣服，或其他日用的東西的問題並不見得更多。

「大概在這時我已懷孕了六月，而李茄注意到我腹部的大小了。我會告訴他在裏面有一個小娃娃。當胎兒動時我常叫李茄來摸牠，但他從未想到要求摸牠。他對小孩的興趣是很浮游的。有一天他問牠怎樣出來。我解釋得幾分詳細——聽了之後，他只說一聲「哦」就完了。

「在第二個孩子沒有產生以前和既生以後多少時，我曾研究一本關於產科的書。我有時將嬰孩在母體裏的圖給李茄看。他似乎懂得很清楚的樣子，並且有一天我走進屋子時，他正指着一個圖給一個小朋友看，一面講到「一個小孩從他媽媽生出來」（那時他是三歲）。

『在我第二個孩子出生以後，李茄當我從醫院回家不多一刻便看到他吃乳。他注意一下而

且笑了一笑。他從沒有很切近的注視這過程。大約在他第三次看到以後，就不再理會牠了。他從未有過一點嫉妒或憤恨的表示。後一年他有幾次問我是否他有一個小孩在肚裏。每次我都告訴他相同的話——「只有女人纔有孩子的。」於是有一天他問「爲什麼」如此，我告訴他說：「她們的身體是和男人不同的——女人有一個小小的卵在她們身體裏。從這卵（當被父親授精以後）一個孩子的小小身體就開始發展起來——在產科的書上把形體的變化指示給他看。接着他又問小孩怎樣吃，我告訴了他指着他的肚臍說：「牠以前是一根細管子的一部，這管子把他和他母親聯接起來，而由此從母親獲得液汁食料。他並沒有懂得全部的解釋，但暫時已够滿足他的問題了。」

「當第二個孩子約有四個月大時，有一天李茄問我爲什麼到醫院裏去生卜培。我告訴他生一個小孩是怎樣困難，和有時候要一個醫生的幫助孩子纔能生下來。於是他問如何知道什麼時候要去——關於這點我又詳細的替他解釋。在此以後有若干時他的問題停止了（亦許由於從鄰居較大的孩子得到了教導），偶而有一次他談到醫院和在肚皮裏的孩子。」

「在他三歲生日過了沒有多久，當他的父親脫了衣服時他進來了。他問了很多次何時他會在身上長毛，以及何時他自己的男生殖器會長大起來。我們總是告訴他到了時候就要長毛，把他身上已有的細毛指給他看。」

「在這年中唯一的別一個興趣是對她保姆的身體。他問是否他能看看她的腿子和廚娘的腿子。我在先已關照過她們，要自自然然的回答他一切問題。他更想看一看保姆洗澡。我們告訴他說，如果什麼時候當她洗澡而 he 已起牀時，他可以看她，但沒有理由爲什麼她要特地爲了他的緣故而洗一個澡。他反覆的問他是否能夠和她結婚，並且屢次的要求允許同她一起睡覺。有一夜我們允許他和她同睡在一個房裏。他是十分的愉快，但是以後從沒有再要求過。在他五歲起首的時候，他主要的興趣是對於他自己。「什麼時候我能刮鬍子呢，並且什麼時候我在身上有更多的毛呢？」每個夏季我們把孩子裸着體放在外面日光下——在後院子裏。他常常想裸着體在屋子周圍跑來跑去。有一天，當他剛四歲多一點，他問爲什麼他要穿衣服。我告訴他說，在家裏不穿衣服是不不要緊的，但是許多別的人都不這樣過活，而且當他出外時他就得照別人過活的方法去過活。這

似乎使他覺得很合理。假如在家裏洗澡，他常常在洗澡時請任何客人進來。

「有一天，當李茄四歲半時，我的一個朋友來看我，她不久將要有一個小孩。我們把這事告訴了李茄，他鼓着掌說，「好呵，好呵——把她帶出來和我頑呵。」在上一週那孩子產生了。當我告知他這事時，他問：「他何時來的呢？」

「大約昨夜十二點。」

「哦，她要在半夜裏醒來嗎？」同樣，我又忍耐的解釋說她是醒了的，因為一個人要先痛了很久的時間。「爲什麼她有一個小孩？」

「因爲她需要一個。」

「她怎樣得到的呢？」

「這是從她身體裏的卵生長出來的。」

「大約在一月前（四歲十個月）他去看一個三月大的嬰孩，而那母親和他說，「看看仙鶴帶來給阿美一個何等可愛的小兄弟呀。」當他回到家時他說，「L——夫人說仙鶴帶來阿美的

兄弟呢。」我說，「可是你知道得較清楚，不是嗎？」他笑了一笑說，「不過她這樣說的呀。」因而我說，「好吧，現在你告訴我真情吧。」於是他說，「他是從她肚裏出來的嗎？」而帶一點未十分確信的樣子。所以我又告訴他實在是，並問他是否還記得當卜培要生出時我的肚子是如何的大。他說「是的，」但是我想這回答是含糊的。

「大約在這以後一月，他「封閉」了關於嬰孩的一切問題。這是新奇的事情。我和他說：「李茄，關於孩子從何處來你知道些什麼嗎？」

「我一些也不知道。」

「但是你不要關於這事再說一點嗎？」

「不要。」

「爲什麼不要呢？」

「安娜說談論小孩的事是不文雅的。」

「畫在紙上的幾個圖把他引到我的椅子邊來。於是先說了一些關於鳥類如何在巢裏生蛋，

然後孵抱着使牠們保持溫暖——再說到三週以後那全窩的雛鳥怎樣的出來，怎樣破毀最後的障礙。如此又牽涉到獅與虎的問題。最後他拿了紙和鉛筆開始畫出獅和虎，肚裏都有卵發育成爲小獅和小虎。』

七歲以下的孩子很少把生孩子的事和父親關聯起來，除非他在外面被人提示了。如果這問題在這年齡以前就被問到，你沒有理由爲什麼不把母親肚裏的卵怎樣受精這段故事告訴他。這是一個簡單而容易說述的故事，並且你說明了，比較讓街頭的惡少年對於這事勝過了你是要好得千百倍的。假如孩子們是生長在與白鼠和兔子接近的地方，那是很容易解釋男性所任的職務的。這種動物的性動作應該特別指出給孩子們看，而加以解釋。繼起的懷孕和幼兒的分娩，應該由孩子們注意的觀察。

僥倖的是，孩子大概到這年紀已開始閱讀了。在這方面給他很多的訓練成爲愈加可能。在十歲時男孩或女孩，能開始讀一本簡單的生理學或生物學——但是要常常和他一起讀，並且在讀了後同他討論每件事情。關於生殖的整個問題，應該在十一歲之前開始閱讀並討論——關於男

孩和女孩在青春期的種種變化，而尤其是性病問題。在此處他們需要一個任勝的醫生的幫助。但是要選擇你的醫生。他必須給他們事實。事實已堅硬得足夠應付了，無須再有醫生恐嚇他們了。我覺得我們應該儘快的啓發孩子們的性智識，只須他們來得及接受。舊學說是主張等孩子們自己的問題自然發生。我不相信這種說法的。醫學界用代孩子打預防針的辦法，實際上已把白喉症掃除淨盡。在有抗毒素的孩子的身體內，病菌不能有立足地。對於有充分智識的孩子也是同樣的。街頭的談話就失去了牠的作用了。

智識已經充足而完全的孩子，可以過渡到成熟期（十二歲到十八歲）而沒有恐怖。假如孩子沒有適當的預備，這幾年便像幽冥那樣黑暗和可怕的年頭。成熟期應該不和任何其他一段的年月有任何的不同。這時期對於男孩比對於女孩顯然是更加困難。因為或種理由，亦許由於解剖上的因子，手淫在這時期的男孩中間比在女孩中間更佔優勢。一個母親讓她的女孩或一個父親讓他的男孩達到青春期，而不告訴他們關於這問題的種種事實，乃是極端殘忍的。

然而手淫並不是到青春期纔開始的一個問題。對父母而說，牠在出生時便開始成爲問題了。

孩子在六個月那樣小的年齡便能開始手淫。如果處理得聰明，牠在青春期以前的孩子產生很少的擾亂。當孩子漸漸長大並更高度的組織起來時，所有的麻煩也就開始。父母告訴他們那是可怕的一——不清潔的——牠將毀壞了男子氣和女子氣，牠將產生癲狂。於是衝突開始了。那習慣很少能在青春期中打破，而成熟期就要在滌罪所中渡過。他疑慮是否人們在揣測他——他開始注意自己是否有缺欠精神健全的表徵——不寧靜，失眠，和焦躁包圍了他。有着假作貞潔的父母的女孩和男孩是要獨自一身經歷這客西馬尼（*Gethsemane*）的苦難的。

聰明的父母怎樣處理這事呢？差不多從出生時起注意便應該開始。衛生上的照料宜堅持勿懈——種種痛癢勿使發生。包皮是否緊包必須留心——關於這事應該和你的醫生商量（亦許要施用割治的手術。）衣服不宜太緊或太暖。蓋被不應太重或太多。他們的手應該加以注意。幼小的孩子很容易使他們養成把手放在被外睡覺的習慣——這是特別重要的。不息的攀樹，從扶欄上滑下那種流行的遊戲——和幼小時騎在父親腿上的擺動——都是必須加以多少審察的活動形式。他們和較大的孩子在一起是應該留心注意的——而這事只有天曉得是一切中最最困

難的問題。一個六歲到八歲養育得很壞的孩子和你四歲的孩子在一起，能很快的把你極其小心的努力毀壞無餘。

稍後來的是語言的組織。『那是不能用手玩的——牠只能應用於一個目的』——即告訴他那目的是什麼。這裏也許會遇到一種固執的爭論。『爲什麼我不能把牠頑呢？——牠是我的』（這是一個兩歲大的孩子實際所說的話）。這爭論常常可以用父親或母親都不這樣做這句話去對付。別一個方法是給孩子一個玩具頑（替代的活動）。但是當給玩具時，應該注意牠們所引起的遊戲活動不要過分延長坐馬桶的動作。

無論怎樣預防，這種方式的性的出路在成熟期間仍要被應用的。如果你曾隨伴着你孩子的組織經過——從嬰孩期起就一直參加，你可以自由的和他討論這事情。對於這事情用話去恫嚇青年是和犯罪相差無幾的。這是一個被父母和醫生濫用的舊方法。有一天我和一個政府的精神病學家談論關於這個問題，你想想我是如何驚異吧。『我相信』他說：『用嚇倒他們的方法當我十五歲時，我的父親爲了這事幾乎把我嚇死，而效果確是有的。可告訴他們那將使他們發狂的！』

幸而在今日很少精神病學家是這樣愚昧的。差不多所有有明見的醫生，都承認不太勤的手淫不會產生生理上的擾亂，以及一般行為上的困難的，倘若未曾再加以不良的教導的話。時時和你的兒子或女兒坦白談話，在談話中你指出這種行為是不需要的——是一種孩子氣的玩意兒——愈早破除了愈好，如果他或她要像其他成長了的男人和女人那樣，那是你最好的辦法。假如牠產生很少生理上的傷害，為什麼要顧慮呢？

更有一個有力的理由反對牠，並且這理由可以像下面的方式指示給聰明的青年——「你不知道你做這事情太勤了，要耗去你可以做並學習對於生活前途有助益的其他事情的時間和精力嗎？要耗去你的思想（這在行為主義者看來乃是動作），使你沒有時間從事組織你的生活嗎？使你成爲無友誼——退出了別人的社會嗎？如果你對他們缺乏時間和思念，你不能希望有朋友的。」

打破這習慣的一切理由中最重大的：如果牠保持得太久並實行得太頻繁，可以使對於異性的適應成爲困難或不可能。這對於年青的女人和年青的男人是同樣真確的。這事實可以傳告，

但不應該用以恐嚇青年的

另一類情形是要極密切的注意的。女孩子不應該只同女孩子們做伴侶，男孩子也不應該只有男孩子們做伴侶。多數的父母似乎以為安全了，如果他們的男孩和女孩在一起跑，而女孩和女孩在一起跑。再沒有事情離開真理更遠的了，並且許多父母只委託他們的女孩給女孩的伴侶，女童子軍的組織，和女青年會，委託他們的男孩給男孩的團體，男童子軍和男青年會——而不知道究竟牠們是怎樣管理的，以及由什麼人管理，也不同他們的孩子常常有『直說的接觸』——這許多父母都是在進行一種不智而危險的行爲路程啊。

僅僅或主要是和男孩子們在一起長大起來的男孩，是很可能的要求俱樂部的生活，並且終日和男人們在一起。他可以結婚，但家庭對他很少興趣。他的妻子和孩子很少看見他。這便造成一種結婚的不良基礎。而且這僅是可能發生的情形中最不足驚人的。這樣長成的孩子可以對於結婚完全畏羞而避開。而轉向男人以找尋一種性的出路。這就叫做同性戀愛。對於女人這也是完全一樣真確的。我們整個的社會組織構成得使一切女人都稍許帶一點同性戀愛。女孩子們握手，接

吻，擁抱，同睡一牀以及其他等等。母親們還以為這是一種自然的關係呢。

現在我們覺得能相當的確定，同性戀愛是一種養成的事情而不是本來的天性。當我們的孩子在這幾方面離開了標準的性行爲時，我們總喜歡設想這是由於遺傳的或體質上的因子，因而不是我們的過失。

在這方面華盛頓大學的毛司教授近來用動物做了幾個試驗。他把一隻在混合羣裏和別的雄性與雌性在一起成長起來的雄白鼠，放在盒子的一頭。在另一頭他放一隻雌鼠，有個鐵絲柵欄攔着。那雄鼠要能走到雌鼠那裏，他須通過在底板上一個通着電的金屬網的裝置。電流的強度可以增加，以使那雄鼠剛剛不再越過。這樣可以測量出他要接近雌性時所願接受的「懲罰」。結果證明他願接受頗重的懲罰以接近雌性。

當試驗反過來時，那雌性將接受相等分量的懲罰以走到雄性的那裏去嗎？毛司的試驗表示她們甚至會接受更大的懲罰。（從這小小的生物學的教訓看來，一個母親以為她的女孩對男性們沒有興趣，不是可笑的嗎？假如她們是的，那倒是好的表徵呵。）

毛司教授其次的一個試驗表示，如果雄性的只在雄性的中間養育起來，牠們將不冒犯任何懲罰以接近雌性。換句話說，雌性對於這樣養育起來的雄性，是沒有刺激作用的。

的確的，這兒的以及從精神病理學得來的結果，都指示男孩和女孩應該在一起養育，使持久的友誼和同伴關係可以自然的生長起來。

在性的指導上最困難的問題是替孩子對於戀愛和結婚的預備。（不幸得很，因為我們對他們沒有盡責，他們很迅速的從我們手中奪去了這責任。）因為大多數的父母向來沒有為他們自己解決這問題，對於這問題他們也很少幫助他們的孩子。沒有一個母親能在結婚舉行的前一天，告訴她的女兒關於結婚所應該知道的一切。沒有一個父親在一次會晤裏，能告訴他兒子怎樣對於妻子做成一個成功而靈巧的性的伴侶——甚至如何開始去學習做成也不能告訴他。然而新婚者的幸福，往往由於缺乏基礎的知識於最初幾個星期裏便被打毀了。

每個高等學校或大學裏應該有一部，在那裏學生在十八十九和二十歲時能修習性的教導。牠應該包括關於性病的流行和其種種危險的指導。在那裏也應討論到曾經患過性病的人，雖已

『醫治』有效，是否應該結婚。（這是一個很重要的問題，因為照性病的統計，大約有百分之七十的男性人口是患着或曾患過一種性病的。）

高等學校的這一部應該教青年男女關於戀愛的技術，因為戀愛確是一種技術而不是一種本能。要成就這種技術的技巧需要時間，忍耐，互相切磋的志願，坦白的討論以及重要於一切的對於所期望的事情的知識。

在所有高等學校能把這種指導放在更安全的手裏以前，我們為父母的仍須繼續教導我們的孩子關於戀愛與結婚的事情。但是讓我們首先解除我們自己的假作貞潔，然後像我們研究任何其他科學的問題那樣來研究這問題，以增進我們自己的知識，那不是對於我們都有助益的嗎？

第七章 行爲學者的申辯

在這樣大略的對於嬰孩與兒童的心理方面的照料加以考察以後，行爲學者趕緊要承認，他對於帶領孩子並沒有什麼『理想』。他並不知道理想的孩子應該怎樣帶領起來。現社會所規定的標準並不是他的標準。他常常因爲不定下種種計劃，以教訓孩子們怎樣依照他的烏托邦的規定以成長起來，而受到批評。

事實上，有多少種文化就有多少種帶領兒童的方法。行爲學者可以主張一種爲中國嬰孩的心理方面的照料的教程，很不相同於他爲澳洲土著或非洲的子孫所擬定的。世界上沒有理想的文化系統——只有實際的種種文化，因此兒童必須依照實際的路線教養起來以適合於某一種文化。假如我們在這裏所描畫的孩子是生長在 Cotton Mather 的時代，他大概要因爲不順從而把大部分的光陰費在足枷裏。假若他是在法國大革命時養育起來的，他將被看作一個不知道劫掠和放火道德的紳士，又假如是在十字軍的時代，則將被當做一個只適於做蹄鐵匠或工匠的

工人。最後假如他在法國新教徒反對天主教徒的溫和戰爭時代已達成成人期，他將要被他們兩派都稱爲一個邪惡的異教徒，而只適於綁在火刑柱上燒死。

我們必須承認訓練的標準因我們文化改變而改變這事實——並且文化是在我們親眼所見之下改變着，其速度遠快於牠在過去任何時改變的速度。在這兒我並不把法國大革命時所發生或蘇維埃共和國裏正在進行的改變作爲例外。在這兩個例證中所有的改變都主要是影響到貴族。我相信我們美國文化的內部構造，是從頂到底較我們多數人所夢想到的更迅速更澈底的在改變着。結果，是今日更不及以前適當，可以依照我們父母所加給我們的固定模式把一個孩子養育起來。

在以上各章裏，我們曾想法簡略的描畫一個孩子，他對於人們的感覺儘可能的免除，而且差不多從出生起就對於家庭情境相對的獨立了。自然我們須得使孩子有通俗的禮貌，替他養成俗例的行爲，並且使他有一種日常的個人生活定程，因爲他必須有這種習慣，如果他的內臟（情緒的設備）要能給他時間去做任何事情。

重要於一切的是，我們會想法創造一個解決問題的孩子。我們相信一種解決問題的技術（那是可訓練的），加上對於活動的無限專心（那也是可訓練的），是在過去許多文化裏會顯功用的兩個行爲的要素，而這兩個要素，就我們判斷所能及，在將來我們所能遭逢的大多數方式的文化裏，也將同樣顯其功用的。

譯者附言

譯者既然將這本小小的書譯完了以後，不由得感覺有些話要對讀者說，所以在這最後寫了以下的一些話，算是我個人對於這本書的感想和意見。

首先我要表示的，就是這本書雖然分量不多，敘述簡明，可是牠的價值和意義是非常大的。牠代表了人類行爲科學研究的一種發端的工作。人類本是自然界中生物方面的動物的一種。不過和別種動物比較是最進步的一種而已。但是自有史以來，人類爲其妄自尊大的成見所蔽，和個人利害與環境所限，對於本身問題的研究，都採用一種空論而情感的論斷和敘述。這就是過去一切人生哲學和社會學說所由產生的方法。

雖然到如今已有了幾千年，便是自然科學的研究已有了幾百年的歷史；而所謂社會和人類科學迄今尙難以嚴格的科學名之，只能承認關於這方面已產生了無數的學說。自然，這些學說有些或許較近於科學，但不能說是這種科學已經有了可以令人滿意的成績。固爲科學的工作方法

重要是在實試的研究，物觀的考察和嚴整的系統。自然科學發展到現在，不但應用了這些方法，而且應用到很精密和很艱深的程度，所以我們皆公認牠們爲科學而毫無異議；而社會和人類科學之尚未成爲科學，也是人們所週知的事實，無容贅述。其原因卽由於未採用實試的和物觀的方法。至於科學的——卽由實驗和物觀方法而產生的——系統，當然更談不到了。這是還有待於我們的努力。

關於社會或人類科學的研究，其對象不消說是人類的個體和人與人的相互關係兩方面。但要了解人與人的種種關係，首先必須究明人類個體的本質。因爲懂得了個體的一切然後纔懂得羣集的原因和必要，以及他們相互間行爲和活動的關係的由來。所以個人之行爲和活動的研究是整個人類科學研究的基礎和出發點。行爲學（卽所謂『心理學』）是以個人的行爲和活動爲其研究對象的，乃是一切研究人類科學或社會科學所必須首先研究的科學。不於此植立基礎而欲研究人類科學者，其前途必現茫茫，很難找着正確的路線，結果是勞而無功。過去和目前的所謂社會科學家大概都是如此，因而衆說雜呈，表現着科學期前的現象。

事實上，行爲學的歷史尙短。開初，是以心理學的一派即所謂行爲主義派的姿態而出現的。這是二十年前的事。看上去好像不過是心理學的一流派，而實際上是肯定了所謂『心理』的存在，開始了人類個體行爲的專門研究。所以事實上已是人類行爲科學了。這是一種革命——對舊心理學——的態度，我們是非常贊同的。但是真正提倡人類行爲的科學研究的急先鋒，乃是本書的著者瓦生先生。而這本書就是他的研究結果的一種應用。內容方面，讀者自能領會，無須多贅。我在以上說了這許多，無非是在表明這本小書在學術界價值和意義重大的理由。因爲牠代表了人類行爲問題的科學研究的一種開始。其前途無限，希望我們向這方面努力。

其次我要說明的，就是這本原著雖然是在美國出版，尤其是如著者所表示，不免是爲一些較幸運的父母，也便是少數人們而寫的；然而科學研究的原則和結果的應用是不會那樣狹隘的。著者所企求的先決條件是最理想和最合科學的，在美國二千五百萬家庭中固然不多，而在我們這急趨破產的中國社會，恐怕更加其少。如果這樣，我決不想譯這本書，更不想把牠來付印和出版了。我相信這本小書由實驗研究所得出的原則和結論，對於每一個已爲或將爲的父母們，不論他們

或她們有如何的物質環境，如果讀了而就可可能的範圍中加以實踐，總可獲得不少利益吧。這意義就是說，後代的子孫至少總能稍增其獨立自爲的能力和行爲上健康的幸福。也可以說是救了孩子們和間接挽救了民族的頹運。人們說中華民族是太衰老了，血已經不中用了，所以恐怕要不免滅亡。換言之，他們以爲中國人體質上已不可救藥。但是，這是不對的，因爲缺乏生理分析方面的證明。而且要證明中華民族的衰老，與其從生理方面找求，不如從行爲（個人而言）和習俗（多人而言）方面去尋取，比較來得正確。因爲民族的命運繫乎多數人的行爲活動之故。中國一般人行爲的腐化和社會習俗的墮落是不可否認而極其普遍的事實。這些都是衰亡的真因。但實際上這都是行爲問題而絕對不是生理的問題。

回想起我們從家庭所獲得的教養，差不多百分之百是叫我們迷信，自私，畏怯，虛弱和生理上患了種種病痛的。想想中國有多少戀家和虛弱的少年，有多少怕老鼠和環節動物的男女人們，沒有修養而情緒習慣極壞的人們，有多少有幾個人能過日常規律的生活，關於性，那更一踢糊塗了！總而言之，這本書所指出情緒方面種種不幸，我們雖無精確統計可憑，然而以我國兒童教養法毫

無講求來推測，其程度之深和數量之衆是無疑的。這樣的人雖有四萬萬或更多，又有何用呢？

人們對於兒童的輕視是一切罪惡的總源泉。因此而對孩子的行爲不加注意，讓腐惡的環境去將他們型成。幼年情緒一旦定好以後，最優良的學校教育也不能把牠們改變了。關於這，中國有一句俗話，所謂『從小定八十。』意思就是幼時怎樣，大起來也便怎樣。一般是指人們的脾氣或性情。其實就是指人們的情緒行爲和習慣而言的。而這行爲和習慣正是個人成敗的關鍵。對於社會上或科學界有成就有功業的人們，人們總以『興趣濃厚』、『意志堅強』、『刻苦耐勞』和『大無畏精神』等話去讚美他們。這些一切完全表示那些人們的情緒習慣有恆適當和堅定。對於所從事的事業和工作，不但不加以妨礙，反而協助其成。有了這種情緒習慣的協助，便是環境中有無數的困難和阻礙也可以克服而達於成就。這是歷史上有無數的例子能夠證明的。從這本書的實驗可以證明，個人情緒習慣的型成是在嬰孩與幼兒時期，即是在家庭而不在學校時期，也就是普通的父母們和教育者們尚未留心教養的時期。總之，我們過去和現在之對於情緒習慣以及其他行爲的開始決定，完全採取了一種漠不關心和聽其自然的態度，不像關於後來的所謂知識的獲

得那樣認真。雖然學校教育所着重的不僅是知識生活（包括技能）也有訓育和德育。然而關於訓育和德育往往是有名無實，似乎沒有什麼成績。這並不是說負責任的人不努力，或學校教育不將牠重視；實際上，是因為人們的情緒習慣（或所謂性情）已早在未進學校之前型成了，而且堅固了的緣故。要牠們改變幾乎是不可能，尤其是在現在這種種笨拙的非科學的方法的情形之下。因此，家庭或幼兒的教育是非常重要的，應該比較學校教育加以同等或更多的注意。這個責任是落在一般為父母的人們的身上的。他們應該覺悟嬰兒最初幾年的教養是一生最緊要的時期。切不可爲了自身的快樂和偷惰犧牲孩子將來的一生，更不應因疼愛而反把他來殘害。這便是這本小書所給予我們的最有價值的忠告。

復次，我要向讀者指出的，就是如著者在第七章所聲明的，教養兒童是因種種文化的不同而不同的，尤其是所謂時代環境的需要。所以在這本書中為美國家庭所規定的育兒規程，是不必而且不可能一字不改拿來施行的。重要的是在把科學研究的原則和結果，依照中國目前時代的需要，而決定種種養育兒童的方法。這纔是譯者所希望於讀者的態度。至於這本書從實驗研究所得

出的原則和結論，值得在這兒舉出以喚起注意的，至少有如下幾種：

一、要相信孩子的一切都是父母們創造的結果。差不多百分之百的父母們，在把孩子弄壞了以後，都說是『天生』的，是所謂『壞種』。這完全由於他們的無知。如果父母們都相信或知道了孩子的一切行為都是他們所創造的（不管有意或無意），則他們不但可以避免弄壞孩子的一切行為和情境，而且能够依照自己的理想和時代的需要，佈置種種環境以養成所需要的行為習慣。這是何等有價值而偉大的努力呀！

二、要使孩子的情緒生活對一切都獨立自由。換言之，便是要他們不畏一切事物和人們，對各種環境都公開、沉靜、無慚愧自卑之感；愛父母及家人不至於溺戀的程度，更無戀家懷鄉等習慣。一切事物和人們都發生興趣而無無理由的偏見。不易發脾氣而有修養。總之，對一切都獨立自由，能操縱或控制環境，而不被其所誘惑和屈服以妨礙他本身的工作和發展。

三、要養成孩子具有規律生活的習慣。關於規律生活的重要，不但就行為效能方面言，有其必要，即在身體健康方面着想，也是同樣的。睡覺，起身，飲食，遊戲，工作，洗澡，大小便等生活都應規定時

間去處理，而且要有適當的分量，或早或遲和太過不及都是有害無益的。這種習慣一旦在幼年養成以後，則一生將不會破壞，而使他一切生活都是有計劃有效果的。

四、要訓練孩子很早便能自己處理其生活。這樣既可以增加他的能力與技術，更能够養成一種不依賴和自治的性格。至於減少發怒和溺愛的機會，那是更不待言了。這種工作開始當然很困難，花費許多時間，尤其需要耐心；但是一旦訓練成功以後，就再不會煩勞你們。這種一勞永逸雙方獲益的辦法，爲何不去嘗試呢？

五、要讓孩子做有系統的工作。這是指兒童的雙手訓練。最年幼的時候，當然是選擇玩具給他玩。這決不僅僅是玩，而應該含有教育和工作的意義。要如本書所指出的那樣留心 and 注意。稍後，讓他熟悉玩具的各種結構與組織，並充分明瞭其功用；不但可以拆開，尤其要能有程序的裝配起來。更進，供給一切原料和簡單的工具，指導並鼓勵他自製玩具或什物。務使他的雙手很早習得工作的習慣和相當的技巧，作將來生活和工作的準備。

六、語言和文字的訓練也宜特殊的注意。中國人普通語言發表的能力很差，文字運用的技巧

也欠有效。這自然不是『天生』的，而是缺乏訓練的結果。有許多父母們對於孩子語言不清，不但不加以改正，反而覺得喜歡，因以取樂；真是一種不可解的奇嗜。父母們在孩子很早的時候就應該訓練他的語言，要數他說得有程序，有姿勢，稍長，供給他以紙筆，讓他塗寫。那末，社會生活所須的最基本的工具，他將來就可以運用自如了。

七、應該充分給予社交的機會和正當的社會習慣的訓練。家族主義和地方觀念，換言之，那些所謂封建時代的生活態度，還黑沉沉的籠罩着大多數的中國人。結果是除開家人即無可親之人，因而發生損人利己的自私自行爲。沒有同情，只有歧視；沒有互助，只有鬭爭；沒有平等，只有欺騙。這差不多是社會衰弱的淵源。時代所要求的已不只是『雙親的兒女』或『家族的子孫』，而是『人類社會的一員』或『民族的一分子』了。所謂社交，當然是不別男女的。而過去和還未過去的現在，因爲男女缺乏健全社交所引起的生活不幸和糾紛，真是一言難盡。

其他要點還有，請從正文去找求。以上所列舉的幾點，不過是我個人認爲從本書得來的關於育兒心理方面的重要的而已。寫出來是供讀者們參考的。

我再不想多寫下去以煩勞讀者們了。最後，我誠懇的希望讀者，在你們已做或將來做了父母的時候，對於你們的孩子，從出生到以後的幾年間，務必慎重忠誠的教養和照顧，切不可把他們或她們最可貴的時期，交給不關痛癢無知無識的那些阿媽乳娘之類去擺佈。這是我最後最大的忠告。我們知道科學的教養並不花費你們太多的時間，決不致影響你們參加社會或生產的活動。不，科學的育兒，不但把母親解放了（比較舊式的育兒可減少許多時間）而且將來也許可以連家庭都否定了呢（理由如本書所述）。牠證明了專門科學育兒的組織和機關是最良好的最適當的。那是已有或將必到來的時代。可是在家庭尚爲人類社會基本組織的現在，我們也得進行工作。延用傳統的古舊的方法是不能合乎新的要求的呀！

二十三年一月十六日於中央大學圖書館。