

養成兒童好習慣

江同編譯



家出版發行

養成兒童好習慣目錄

| | |
|------------|-----|
| 前書 | (一) |
| 訓導的初步 | (二) |
| 每個孩子都不相同 | (三) |
| 時間表的好處 | (三) |
| 一步一步的做 | (四) |
| 孩子都喜歡吃 | (五) |
| 該莊廩的事 | (五) |
| 使吃飯時間愉快的方法 | (七) |
| 孩子喜歡自己吃 | (七) |
| 孩子也喜歡睡 | (八) |
| 孩子哭的時候 | (九) |

| | |
|----------------|------|
| 便溺的訓練..... | (一〇) |
| 尿床..... | (一一) |
| 你的孩子吮姆指嗎..... | (一二) |
| 幾件不可做的事..... | (一三) |
| 幾件需要做的事..... | (一四) |
| 到處探險..... | (一五) |
| 當孩子聽話的時候..... | (一六) |
| 當孩子不聽話的時候..... | (一七) |
| 該怎樣辦..... | (一八) |
| 該不該打孩子..... | (一九) |
| 又添了新寶寶的時候..... | (二〇) |
| 讓他自己學習..... | (二一) |
| 甚麼是好的訓導..... | (二二) |

前言

黃嘉音

『養成兒童好習慣』(What Makes Good Habits—The Beginnings of Discipline)是美國兒童研究會關於兒童教養方面的一本小冊子。這本小冊用簡單而通俗的語氣，告訴做父母的人教導子女的一些最基本的原則，告訴我們怎樣去養成孩子的好習慣，告訴我們應該怎樣做，不應該怎樣做。我們相信這一本書，對於中國父母的兒童訓練方面，也是可以大有幫助的。

本社所出版的另外一本美國兒童研究會的小冊子名叫『兒童的性問題』，也是做父母的人的很好的參考資料，併此介紹。

養成兒童好習慣

訓導的初步

到了晚上，當你將你的孩子放到床上，蓋好了被之後，你曾經停下來一想，你是否用了最好的方法去教養他的這個問題嗎？如果白天所遇到的許多小事使你很爲難，很心煩，那麼你也許常常希望，知道甚麼事應當怎樣辦。



不過你怎樣對待你的孩子，並不是最重要的事，最有關係的是你對他的感覺如何。

你要使他知道你愛他，喜歡他。他需要愛，也正如他需要食物，房屋和陽光一樣。得到母親的愛護的孩子，比那些得不到母親愛護的孩子發育良好得多。

對於他所做的事，你該發生興趣。你要爲他而快樂，並且使他知道你真是爲他而快樂的。

使他感覺到他是家庭中一個重要份子，一切家庭生活他都是有份的。有了這種的感覺，孩子就可以得到最好的開始。

每個孩子都不相同

在醫院中育兒室內，嬰兒老老實實地睡在那裏，他們好像煮莢中的豆子似的，一點沒有分別。但是等他們一醒，就大不相同了。在一個小床上，一個嬰兒醒了，靜靜地躺着等人抱他起來，隔壁床上的嬰兒，一面擺動他的手臂，一面發出尖銳的哭聲。另外一個嬰兒在那裏又哭又鬧。他們都是要人餵他們吃，但是他們用不同的方法表示出來。

你的孩子也許十個月就開始走了，隔壁那個小把戲也許十八個月才會走。不過到了兩歲時，他們兩個人走得一樣的好。無論是長牙，或是走路，或是用杯子吃東西這些事，每個嬰兒開始的時間都不相同，不過不論遲早，到後來都要學會的。

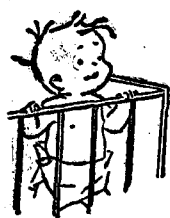
所以如果你的孩子許多事沒有你姊姊的孩子做得早，或是趕不上別人，你都不必着急。

不過你必須有規定的時間，帶着孩子到醫生那裏，或是醫院的健康診所，那麼你就可以知道他的發育是否正常。你就可以放心地看着他依照他自己特殊的方式發展。

時間表的好壞

爲你的嬰兒預備一個有規則的時間表，可以幫助你安排一天的工作。還有一個重要的意思，就是使你的孩子知道到了時候可以期望甚麼。每一個孩子的時間表，都必須是特別爲他計劃的，因爲沒有兩個孩子是完全相同的，即使在同一家庭裏，即使他們是雙胞胎，也是有分別的。

所以時間表必須適合你的孩子，並且要記得，孩子長大了，時間表必須要改變。起初，你的嬰兒也許需要三小時餵一次，或是次數再多一點，但是你還不知道時，他也許已經需要改變到三小時半或四小時吃一次了。同樣的，睡眠時間也有改變，到了某一個時候，他長大一點了，上午的睡眠不需要了，中午那一瓶奶吃過後反而要睡了。



如果你的孩子所需要的東西，你正當他需要時給他，那麼你所安排的時間表就是好的。如果他的需要改變了，而時間表沒有隨着改變，這個時間表就是不好的。

和所有好的規則一樣，時間表偶然也可違背。有時叫孩子睡得比平常稍遲，爲的是使辦公回家稍遲的爸爸能看見他，這對於孩子並沒有甚麼損害，如果你叫他第二天早上多睡一會補昨夜少睡的，那就更沒有關係了。

如果你的丈夫就了一個新的職位，你必須破例地帶孩子一同去接他，你不要因爲不能嚴格遵守時間表而焦慮不安。如果你不把這件事看得太嚴重的話，這種改變對於他沒有太大的影響。

一步一步的做

由人奶到奶瓶，由奶瓶到杯子，由流質食物到固體食物，你幫助你的孩子一步一步的向前。

醫生們勸人給那些吃人奶的嬰兒，每天用奶瓶餵一次。那麼在斷奶之前他們就可習慣用奶瓶吃奶了。

他們又主張當你用奶瓶餵奶時，你要將你的嬰兒抱在手臂裏。他需要抱緊的那種舒服，也正如他需要食物一樣。

給你的嬰兒吃橘子，米湯汁或其他流質的食物時，先用匙子，然後用杯子，這樣他就可以知道這些吃東西的新方法。起初他也許不喜歡用杯子吃牛奶或米湯，久而久之，他就會習慣了。

不要開始一個新的改變，除非你準知道你的孩子已經準備好了，願意那樣做。當你在他身上開始一件新的事情的時候，你要耐心地站在旁邊，要特別愛他，關心他。

要記得，這對於孩子是很重要的改變。在這每一次的改變時，他捨棄了他所熟悉，他所喜歡的，而改變成他所不知道的。在這每一步的改變中，如果他覺得你贊成他這樣做，鼓勵他這樣做，他就可以做他知道你要他做的事情，做得容易許多。

孩子都喜歡吃

大多數的孩子都喜歡吃，如果你給他們的食物是他們所要吃的，而且是在他們需要的時候給他們的。如果你懂得你的孩子的食物需要，你就不必為他的吃而憂慮，也不必着急，更不必匆忙他，這樣他對食物天然的愛好是不會低減的。然而有時即使費盡心機，吃的問題仍不能順利解決。

該注意的事



(一) 留心察看你的孩子似乎需要多少食物。兒童所需要的食物，常比他們的母親希望他們吃的或多或少。

(二) 他或許不是每天一直需要同樣數量的食物，時間久了，自然就會平均了。

(三) 他也許和你一樣，會不喜歡吃某種食物，尤其是他第一次嘗試的時候。如果他不吃蔬菜，讓他吃別種他所喜歡的蔬菜。如果他根本不喜歡吃蔬菜，把蔬菜做到湯裏面，或是多給他水果吃。也許後來他的口味又不同了，所以過一些時候，你可以再給他試試。

(四) 有些孩子如果每一次吃得少一點，每天多吃幾次，這樣對他們好得多。如果你的孩子不喜歡在吃午飯時吃牛奶，你可以叫他下午吃點心時再吃。

(五) 他也許會忽然比以前吃得少了。當孩子大約一歲時，常有這種情形發生，這時他們的身體沒有以前長得快。少給他吃一點，不必着急。等到他想要多吃的時候，他會讓你知道的。

(六) 當你開始罵你的孩子或強迫他吃東西時，你必須約束着自己的脾氣。因為那種方法毫無益處，不過使吃飯的時間，成了你們母子的戰場而已。如果他吃得太慢（在這一點上，兒童也各不相同），你可以安靜地吃完，不必說甚麼，也許下一餐他就可以改好。一個健康的孩子不會長久受餓的。

(七) 如果你心中焦急不安，即使你不說出，你的孩子也覺得出來。如果你照例到醫生那裏去時，他告訴你你的孩子發育情形很好，你就應當相信他的話，關於孩子吃東西的瑣碎情形，不必過於着急。

(八) 在一天之中其他的時間裏，多陪伴他一些時候，那麼他就不至於覺得在吃飯時候要你陪着。

他就得搗麻煩了。

使吃飯時間愉快的方法

(一)設法改變食物的花樣，使你的孩子和家中其餘的人都喜歡吃。有許多水果和蔬菜有同樣的價值。你可以請醫生或營養指導所幫你設計各種不同的飯菜，同時不失去應有的營養價值。

(二)一次少給他一點，讓他再要。

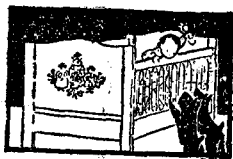
(三)講些有趣的事情，但不可講得太多。

(四)最要緊的是讓孩子自己的胃口做你的指導。

孩子喜歡自己吃

當你的孩子第一次搶匙子試着放到他的小米粥裏面去時，你不覺得奇怪嗎？在他們還不十分會自己吃的時候，孩子們很早就這樣做了，起初總是亂七八糟的，吃完的時候，弄得滿身滿地都是食物。你真想把匙子奪下來，自己餵他。然而最好是讓你的孩子拿着一把匙子，你自己另外再拿一把，一點一點地，他慢慢就學會將食物送到口裏而不致灑許多到外面。吃完以後，你可以將他的嘴角擦乾淨。有時候他也許會忘記了匙子，開始用手抓來吃，不過這都是學習中的一部份。

當他第一次感覺興趣時，如果你讓他自己餵自己吃，那麼很快的他就會學着自己吃而不用你的幫助。如果你阻止他，他就不高興學了，等以後你要叫他學着自己吃時，就要費許多事了。



最要緊的就是現在孩子是在開始自己做事情。你叫他高興，以後他就會繼續練習着自己做事。

但是就在他已經學會自己吃東西以後，偶然他還有需要幫助的時候，尤其是在他疲倦或生病的時候。後來他到了三四歲時，有時他也會覺得吃東西是討厭的事，到那時你最好偶然幫助他一下。這樣在他爲難的時候偶然幫助他一次，並不會慣壞他的。他的緊張的情緒平靜下來了，下次他再開始時，他就有自信心了。

孩子們也喜歡睡

孩子們如果疲倦了，他們自然要睡。當你想着你的孩子應當睡的時候，也許他並不預備睡，他醒的時候也許並不是對你最方便的時間。你可以研究他確實需要睡多少時候，然後依照他的需要，安排他的睡眠時間。

然而許多小孩偶然都有搗亂不肯去睡覺的時候。因爲睡覺就得離開大人，也不能玩了。他們會一再地叫你回去，或是要「再喝一杯水」，爲的是要你陪着他。

在睡覺之前，最好靜靜地陪着你的孩子玩一會，這時你的注意都要集中在他的身上。早幾分鐘告訴他甚麼時候該去睡覺，你或是陪着到他房間裏去。

他睡覺的時候，你自然希望將他的房門關上，如果你輕輕地關上，平常是不會引起什麼麻煩的。如果爲了甚麼特別的原因，他要開着門，或是將過道的燈開在那裏，你可以暫時給他這一點舒服。如

果他知道若是他真需要你時，你就在他的近處，這樣他也許就覺得滿意了。不久他們仍會要你將門關上的，如果他有那個意思時，他會自己告訴你的。

永遠不可以用睡覺作爲懲罰。這樣就使他將睡覺當做一件他所不喜歡的事情了。睡覺應當是一件快樂高興的事。

孩子哭的時候

做母親的人常聽見別人告訴她們，當嬰兒哭的時候，不可將他們抱起來。讓他們去哭是人們認爲「好的訓練」，並且免得慣壞了他們。但事實上並不是如此的。

我們知道如果嬰兒哭了相當長的時間，那一定是有緣故的。他們冷了，餓了，或是尿布溼了，或是太緊了。在他們長大一點了的時候，有時候他們也許是因爲心裏不舒服或是覺得寂寞才哭的。最要緊的是使他們舒服，哭的問題自然會解決的。

如果你的嬰兒平常是健康的，快樂的，那麼你將他放到床上去以後，可以讓他哭十分或十五分鐘不去管他，他也許一會就要睡了。如果他的哭的時間比十分或十五分鐘長了，最好是抱他起來，不要讓他哭上一小時，發一陣脾氣，或是哭得將晚飯嘔吐出來。

舊式的說法，說嬰兒需要哭以運動他們的身體和肺部，這種說法是不可靠的。他們哭的時候，使肺部過於疲勞，而且也會發出古怪的聲音。他們搖動他們的腿和手臂，他們身體的蠕動，藉此可以得到許多運動。每天必須有一個時間，將他們放在床上，或是地板上，使他們得到這種樂趣和運動。



健康的，快樂的嬰兒不需要哭很長的時間。如果你的嬰兒在夜裏哭，到他那裏去看看他是否需要甚麼。如果他所需要的就是要你接近他的那種安慰，那麼你就陪着他，等到他安靜時再走。

不要因為自己想得點安靜而將他抱到你自已床上來。那樣決不會使你真得到安靜，而且對你的嬰兒也沒有益處。你要幫助他一個人睡。如果可能的話，早早地叫他單獨睡到一間房間裏。這對你們都是有益的。

便溺的訓練

你每天看見一大堆要洗的東西。尿布，濕的被單等等，你的心裡就想，難道孩子的這件事永遠訓練不好嗎？

關於訓練嬰兒大小便的觀念，已有了改變。最奇怪的是，最麻煩的方法，結果反而是最容易的。許多書上主張早些開始訓練嬰兒自己大便，但是現在許多醫生都反對這種辦法。嬰兒的神經系統沒有預備好，不能適應成人的這種需要。結果你對於孩子會很緊張，很生氣，他也許會覺得很心煩，也許會反抗你。

你也許會覺得他放到便盆上所耗費的時間，比你多洗幾塊尿布的時間還要多。你開始訓練他大便的時間如果太早，以後你的孩子很容易仍舊回到尿濕褲子尿溼床的地步。

要等到他準備好了的時候，等到他大約十個月或十二個月的時候。最好等他會告訴你他將要大便

了，那時再開始訓練。

你會發現他的大便有一定的時間，而且是有規律的。依照他的時間，將他放到便盆上，或是恭桶上，不要依照你以為他應當去的時間。不要把這件事看做一件太重要的事，當他大便時，你要高高興興的。那麼他也就會高高興興的，他就會更快地做你所要他做的事了。

如果你是有忍耐性的，並且鼓勵他，那麼支配他的大便這種訓練，到他十八個月的時候，就可訓練得很好了。如果他偶然管不住自己的大小便時，你也不必覺得驚異。當做一件很平常的事一樣，給他換上褲子，不要罵他，祇要提醒他下一次早點告訴你就是了。

尿 床

你必須多等一些時候，才能開始訓練你的孩子不尿濕褲子，不尿床。

你的孩子到了十二個月，或十五個月的時候，你可以開始訓練他不尿濕衣褲了。當他似乎需要的時候，或是大約每隔兩小時，將他帶到廁所去。不久他就會開始告訴你他甚麼時候要去。

慢慢地他就知道乾的衣褲比濕的舒服得多，而且更令人滿意，因為他知道你願意他那樣做。

在夜晚也許還會尿濕，也許有時白天睡覺時也會尿濕。大約要到三歲或再大一點，他才能整夜不尿床了。如果你的孩子過了這個年齡仍然尿床，那時你才用得着特別注意。如果有這種情形，將他帶到醫生那裏去，因為對於一個較大的孩子，這也許是一個需要特殊幫助的象徵。

要記住，不可強迫孩子做他所不能做的事。在這些事上，壓迫太甚，容易使他不聽話並且懷恨。

以後你叫他做甚麼事，他都要開始說「不」了，因為在這一件事上，你對他過於苛求了。

罵或罰不能教會孩子不尿褲子或尿床。那只能使他更不高興，討你的歡喜。

依照他自己的情形，甚麼時候他已準備好，並且能負這種責任時，你再幫助他實行。這是幫助他學習的最可靠的方法，這也是最好的訓練。

你的孩子吮姆指嗎？

大多數的孩子在某一個時期，都吮他們的手指，有的吮得多些，有的少些。任何東西所給他們的安慰都趕不上吮吸一樣東西。有許多大一點的兒童，到了三四歲時，如果疲倦或是不快活的時候，還會吮他們的姆指。

幾件不可做的事

不可將他的手由口中拖出。他馬上又會塞進去的。

不可用姆指套，或手套，或夾板，或市上所用的種種方法去破除他的這個習慣。這種東西是沒有甚麼用處的，也許會激怒他們，使他們尋找別的方法去得到安慰。

他每次將姆指放進口中時，不必提醒他，因為他知道得很清楚。

不可對他說他是個嬰兒，或是當着別的孩子面前羞他。這樣使他真的不快活，更不容易放棄這個習慣了。



幾件需要做的事

你可以幫助他去掉吮姆指的習慣，但能用間接的方法。

當他還是一個嬰兒的時候，他吮吸母親的奶頭或是吃奶瓶的時候，你要確實知道他吮的時間是否足夠。如果他用奶瓶吃得太快了，給他換一個孔小一點的奶嘴。

你要盡力地使他覺得滿足，安全。

多抱抱他，多愛愛他。

給他一點事情做佔據了他的精神，白天給他一點簡單的，他所喜歡玩弄的玩物，晚上給他一個心愛的洋囡囡或是個玩具小動物，叫他帶着到床上去睡。

當他覺得更安全了，並且對於四周的人和物都更知道得清楚的時候，他就覺得愈來愈不需要吮他的姆指了。

到處探險

有一位母親說：「我得不到一分鐘的安靜，這女孩子總是跟在我的腳後面，甚麼事都有她的份，她最高興的事就是將我櫃子抽屜裏面的東西，一樣一樣都拖了出來。」

當一個孩子發現可以依照他自己的意思到處移動的時候，他或爬，或滑，或走，或是沿着一件東西橫着走，這時凡是看得見的東西，都是動人的，有趣

的。一切東西都不能安全了。煙灰碟，香煙，盤子，你心愛的有漂亮書皮的書，你的縫紉盒，這一切都成了他探險的新世界，先用手摸，然後放到嘴裏去，這也是一個方法，可以知道一樣東西究竟是什麼樣子。

需要許多時間他才懂得有些東西是他可以動的，有些是不能動的。暫時你可以將容易破碎的東西擱開，讓他到處去遊玩。

他需要許多的機會到處移動，到處爬，並且用各種方法試試他自己的身體。起初他的動作是很呆笨的，但是如果你許他自己去做，並且依照他自己的方法玩，很快地他就可以學會了。你不要一切事都打算幫助他。也不要把你的主張，你的意見告訴他。如果你讓他自己去發現，他自己就會有許多的主張，許多的意見了。

給他凡他所感覺興趣的東西，一本漂亮的書，一個布娃娃，簡單的木塊，美麗的緞帶，或是一盒的線軸，還有許多的小布塊。在廚房裏一把木製的匙子，一個舊鍋或是舊的杯子，就夠他忙的了。

一個他可以獨自玩的小遊戲室也許可以幫助他玩一些時候，但是時間不長。不久他要去征服新的世界，而且在這時期他是要伴侶的。那也是他探險中的一部份。

不要着急，以為他和你玩久了會慣壞了他，以至於以後他再不肯單獨地玩了。許多小孩子，在五個月或十八個月的時候，願意跟在母親後面，而不願被關在他們的遊戲室裏，等他們到了兩歲三歲時，他們很願意一個人單獨地玩了。

如果他願意的話，每天給他一個單獨玩的機會。到時候他就會對於玩具更感覺興趣，當他的體力



增長，他的知識進步了的時候，他就覺得愈不需要你陪着他了。

如果他在每一階段都是滿意的，他就可以更快樂地進入下一個階段。

當孩子聽話的時候

當孩子「聽話」的時候，那就是放棄他所想做的事，因為知道你要他做另外的一件事。即使你用言語告訴他，一天之中，他要這樣做許多次。

他由你臉上的態度，說話的聲音，意識到你要他怎樣做。他很快地知道什麼時候你對於他所做的事認為滿意。他漸漸地學會了放棄他所要做的事，為的是保留你的愛，使你讚許他。

他學會了早上不哭，靜靜等着你來給他穿衣服。他學會了不抓你桌上的照片。他學會了不打你，雖然他心裏很想那樣做。

你不注意他像這樣放棄了多少事情，只有到他不聽話的時候，你才加以注意。

當孩子不聽話的時候

聽起來說，每一個孩子都願意聽話，但是有時候不得不鬧。

便他在那裏搗亂的也許是由於他的精力太强了，或是太高興了。當時也許不喜歡，但是這的確顯出他是有精神的，是自由的。這正是你所需要的。

如果你的孩子是個從來不安靜的孩子，是個體力極強的孩子，你必須使他得到許多發洩的地方，好的室內室外遊戲材料，還要有玩伴，當他漸漸長大的時候，他應當和一羣別的孩子一起玩。他所需要的母親，是一位不把他所做的每一件事都看得很嚴重的人。

有時因為你對於一個孩子希望太奢，於是麻煩就開始了。你不能希望那個四歲的孩子，在你一喊他時，他馬上就停止玩他的玩具，進來吃晚飯。給他幾分鐘的警告，並且幫助他將他的木塊放到匣子裏面。

當你那個五歲的孩子，玩了很長的一個下午以後，他如果不肯自己脫掉他所穿的衣服時，你應當幫他脫掉。等他不是那樣疲倦的時候，他就會好好地自己脫了。

有時候很不容易看出一個孩子為什麼鬧脾氣，不過你準可以知道他是需要什麼東西，而且需要得很厲害。如果你白天要出去工作，當你不在家的時候，只好將他交給祖母，或是交到託兒所去，如果人家告訴你當你不在家時，他是很乖的，只有你回家以後，他才鬧脾氣，這是很令人灰心的。那時候你也疲倦了，要不生氣是很不容易的。

也許他的搗亂是因為恨你出去，沒有其他的方法可以表示。他只有利用這個機會使你注意他，即使叫你生氣他也不顧了。

這時你這方面需要特別忍耐，而且要想法子使你和他同處的時間成爲快樂的，早上你們一同穿衣的那幾分鐘，或是你所能找到的一點時間，要盡量使他快樂。

也許有其他的原因使你這樣做。最要緊的是找出這些原因是什麼。

然而有時一個孩子故意要那樣做。他也許要試試你，看看他能夠做到什麼地步。不論他是要引你注意，或是要證明他比你更凶，你自己必須想出應付的方法。

該 怎 樣 辦

(一) 如果爭執之點是很重要的，你必須意志很堅定，一定要依照你的意思辦下去。雖然小孩子願意照自己的意思做，但他們仍願有人管着他們。如果你好像是不知道怎樣辦的樣子，他們就會煩惱了，如果他們知道你是持的什麼態度，預備怎樣辦，他們就放心了。

(二) 先想好怎樣辦，然後靜靜地，堅決地辦下去。如果孩子不肯洗手，你將他帶到洗臉盆那裏去。如果他又喊又鬧，有時候最好不要理他，過一會等他不再鬧了，然後再帶他去。並沒有什麼神祕的方式可以照着辦。你必須斟酌每件事的情形，自己去辦。

(三) 你一定要使孩子知道你決定怎樣辦。把你的意思清楚地對他說明，但不可和他爭論。不要對每件事都說許許多多的理由。那樣就成了遊戲似的，什麼事也辦不成功。

(四) 不可威嚇或是苛責孩子。事情不好辦的時候，也要盡力保持你的好脾氣，至少多數的時間是這樣。

17 (五) 永遠也不要說『媽媽不愛你了，如果你……怎樣怎樣。』他最重視你的愛，而且他需要知道無論有什麼事情發生，你永遠是愛他的。如果你用這種方法去威嚇他，他會覺得一切希望都完了，以後他的舉動真的要變壞了。



(六) 如果你和他大鬧了一場之後，儘可能地快快忘掉這件事。過不久就和他一道做一點快樂高興的事，表示方才的事已經過去，已經完結，而且你也並不恨他。

(七) 大概的說起來，你要儘可能的給你的孩子自由。約束你自己不要說不必要的「不」，留著到重要的事情時再說。

(八) 不要祇說「不」，你可以用另外一樣東西去代替。一個嬰兒搶一樣他所不能要的東西時，你自然會另外換一樣可以給他玩的東西。對於大一點的孩子，也可施用這種方法，不過實行的時候是要多用一點思想和技巧的。

該不該打孩子

我們看見有許多的母親，過馬路或上公共汽車時，孩子用力拉她們，於是她們就罵孩子，孩子若做了母親所不喜歡的事，母親就打他們。這些母親也許是因為疲倦了或是生氣了才這樣做，但她們不明白這樣做使她們的孩子也要生氣發脾氣，對於她們自己更不好辦了。

如果你偶然發發脾氣，或是自己心煩受刺激時打你的孩子，也並不是甚麼嚴重的事，不過有一個條件，就是你必須使你的孩子覺得他之受責打，是因為他做錯了事情，而且要他知道你仍是愛他的。

但是如果你時常打孩子，罰孩子，那大概就是你自己所用的方法錯了。

責打也許可以暫時發生效力，但是你不知道也許會發生甚麼後果。

打他也許會使他發怒懷恨，或許使他羞恥慚愧。也許會使他心腸變硬，你打他他也滿不在乎；不然他就會變得害怕，做甚麼事都不敢相信自己了。

這種種的情緒都不能幫助他知道他做錯了甚麼事，或是爲甚麼做錯了，或是下次應當怎樣做。打的最大用處，就是有時可以使空氣澄清一下。但是所付的代價太不值得了，而且多半是沒有用的。

又添了新寶寶的時候

你或許預料得到孩子不喜歡把你分給他的新妹妹，或新弟弟。但是如果預先告訴他，他就可以好一點。讓他覺得他是在幫你計劃關於這個新嬰兒的許多事，譬如說，小床應該放在甚麼地方，嬰兒的衣服還有許多其他的東西應該放在那裏。利用許多小的地方，你可以給他這樣一個觀念：就是這個嬰兒是你的，也是他的，家中新添的這個重要人物，是與他有份的。

很自然地，他要知道這個嬰兒在甚麼地方，是怎樣長的，怎樣生出來的。盡你的能力坦白地，清楚地，回答他的問題。要回答他的問題，你可以參考家雜誌社所出的一本小冊子，名叫『兒童的性問題』，這裏面有許多的建議，可以幫你解決這個問題。

到醫院去生產之前，你要告訴他你將要暫時離開他，你一定要叫他知道你走的時候，一切的事都替他計劃好了。回家以後，在那個小的嬰兒不需要你的時候，你可以花費一點時間完全和他在一處，這樣他就覺得你仍舊是愛他的。鼓勵他看着你替小弟弟或小妹妹穿衣服，你爲那個小的嬰兒洗澡時，

叫他遞毛巾、肥皂給你。用這種方法，就可以覺得在這方面他也是有份的。

你怎樣才能使他不覺得自己是被攆棄，被遺忘了，那是最重要的。然而即使是這樣，有時孩子一定還會嫉妒，煩惱。所有的兒童都是如此的，即使他們不公然表示出來。也許他們用奇特的方式表示出來——你以為孩子早已訓練好了，但是他會忽然又尿起褲子來了，他也許又開始學嬰兒說話。

最初當那個小寶寶還睡在小床上時，孩子也許不恨他，因為那時他很好玩很軟弱，像一個玩具。當他開始到處爬，或是搶大孩子的玩具，並且妨礙大孩子，而你又總是保護小的，那時那個嬰兒就真成了一種威脅，一個討厭東西了。這時候你會發現你不看的時候，大孩子想要打他，他開始走路的時候，大孩子想要絆倒他，有時你看不出甚麼緣故來，而大孩子偏要搗亂。這都是嫉妒在那裏作怪。

當你看見孩子有這種情緒時，他若和小弟弟在一處時，你一定要在旁邊，不要讓他打着或是傷了他。我許多他所喜歡的事情叫他做，使他忙，就可使他不搗亂了。這比事後耐他好得多。

他必須知道你看得出而且也了解他的情緒，並且知道你仍然愛他。如果他確實知道父母都愛他，他的嫉妒就不會有多大害處。到了時候，他會覺出這個小弟弟或小妹妹並不討厭，而且是很好玩的。

讓他自己學習

當孩子自己學會的事情愈來愈多的時候，他需要你的幫助就少了。他用不着你告訴他怎樣做，他自己會知道。

你不能希望一夜之間他就能這樣做。這是慢慢地，由許多小事，自己吃東西，自己扣套鞋鈕扣，

選出甚麼玩具來玩，由這些事積聚起來的。這些都是開始。

給他自己選擇的機會，但不是一切的事都叫他自己選擇，是那些他所真能懂得的事情。譬如說在過馬路的時候，將你的手放在他的肩上，讓他和你一同決定甚麼時候過去最安全。你的孩子三四歲的時候，你就可以開始這樣做，但是要過許多時候，你才能信賴他自己一個人走過馬路去。

讓他漸漸地負起責任來。如果他有一個特別的地方放玩具，那麼愛護玩具可以成爲他的工作（可以稍稍幫助他），至於他將玩具收拾好以後，那個盒子或架子成了甚麼樣子，那就不必管了。他正在做一件事情的時候，你不能希望在你一叫他停止的時候他馬上就停止。給他時間叫他玩完了，他就會很快地將他的東西恢復收拾起來。

當他懂得時間了，他就能自己知道甚麼時候該回到屋裏不要玩了。但這件事你也不可操之太急。他在專心地挖一個溝，或是造一個堡壘的時候，時間並不是重要的。

他愈能不要你的幫助自己做愈好。但你一定要站在他的旁邊，當他需要你時，你可以幫助他。

甚麼是好的訓導

教養兒童的工作不是容易的，但是也不一定太難。自然你有做錯的時候，有錯才好學習改善。但是也像你的孩子一樣，你的自信心漸漸堅強，也漸漸地有把握了，你如果用心的話，同樣的錯誤你決不會做第二次。

最重要的是了解你的孩子，知道他的需要。這可以幫助他健康快樂，一個健康快樂的孩子是不會

太闊的。他自然會喜歡和你合作。

他需要你的撫愛。

你要使他覺得滿足，覺得你是好好在照顧他的。

他需要發展的機會，自己做的事情要愈來愈多。

他需要知道你希望他怎樣。

慢慢地，由你這方面，他知道什麼是是，什麼是非，就是你不在那裏的時候，他自己心裏已經有了這種訓練。

這是訓導的真正目的。

這是你所真正需要的。