

---

---

# 兒童福利

---

---

第一卷 第六期

## 目錄

- 託兒所如何推動父母教育……………馬客談
- 「善種」工作擬議……………洪石鯨
- 兒童身長體重的比較研究……………胡顏立
- 一般兒童之心理衛生……………張達善
- 怎樣處理拒食蔬菜的兒童……………程法泌
- 論兒童讀物及其建設之路……………陳伯吹
- 我的職業生活……………林琬
- 大豆粉的营养價值……………李植人譯
- 託兒所經營法……………唐現之譯

民國三十四年十一月四日

中國兒童福利協會出版

總編輯

馬客談

編輯委員

李清棟 艾偉 陳劍恆 章柳泉 馬客談

特約撰述

(以姓氏筆名為序)

蕭孝崇	清光旦	鄭宗海	葉楚生	程法泌	張蕙鴻	曹 勇	陳鶴琴	陳鐵生	郭有守	洪石鯨	汪克儉	吳文藻	朱壽廣	王立明	丁致璧
羅運炎	湯揖山	廖世承	董公同	程玉塵	張達善	許恪士	陳伯吹	陳禮江	倪逢吉	姜淑震	宋 鼎	李 奉	朱家驊	王文杞	丁良道
羅愛華	謝徵孚	滕仰夫	楊崇瑞	程德	戚克猷	常道直	陸步青	陳紀彝	徐楓吟	姜 琦	金寶善	李 佩	朱雙玉	王晉禛	丁 超
顧樹森	薛天漢	劉漢良	趙鐵政	程其保	彭榮華	章友三	高君哲	陳劍修	徐允昭	俞子夷	全采之	沈子善	江震雲	卞宗孟	王敏儀
	鍾紹華	胡松年	鄧通和	喬一乾	黃敦詩	章牧夫	高靜芬	陳翠貞	孫本文	胡叔異	全蛟鶴	言心哲	呂曉道	仇河清	王成發
	閻瑞梧	蔣廷獻	熊 芷	鄒彬芳	黃翠梅	張鶴真	高覺敷	陳文仙	韋杏蓮	胡頌立	周之廉	邵鶴亭	谷正綱	甘霖格	王中慧
	閻毓蘭	蔣良玉	熊亞拿	葉恭紹	湯銘新	張雪門	陶行知	陳家璋	陳旦夫	胡定安	郎奎第	邵鶴鳴	吳貽芳	包德明	王 克

## 託兒所如何推動父母教育

馬客談

學前兒童教育，當然以家庭教育為中心。因為工業社會的發展，父母需要出外工作不得已始有託兒所制度的創生，但每日放學歸家時，父母對於兒童仍然隨時隨地在教育他們，影響他們。不過父母自身所受的教育各異，其所給予兒童的教育亦自有好壞的不同。為的要改善父母的態度和行為，使對兒童常能發生良好的影響，於是對於一般父母給以親職教育，實為必要。而此種工作如以託兒所為推動的機構最為便利。

在美國許多託兒所中，由教師聯絡兒童的父母，組織各種社交的團體及合作事業，使彼此間發生關係，互相了解，然後漸漸的商討兒童教育的方法。也有為父母特開課程以傳授兒童保育及兒童訓練的實際，知識及專門方法，皆為有效的父母教育。並將各種具體，而有效的方法，分述如下：

### 一、父母社交的集會

從社交的集會中，兒童的父母得到與託兒所合作的機會，即可發生友誼和好感，亦可與其他兒童的父母，發生接觸，原來雖不認識，漸漸的熟悉起來，可由託兒所發起許多集會，如學校總談會，父母茶話會及其他類似的集會，皆可定時舉行。又因為兒童的父母不盡是熟悉社交的，最好所中預備一些工作，請他們來幫着做，如代所中縫製兒童的涎布，或作其他用品使他們保持手的忙碌，以代替靜默無聊的休息。若是他們來自相同的環境，並且說的同樣的語言，自然會達到最後的相識。至於社會背景不同

及語言不通的父母，可以從組織旅行團體及同樂晚會入手，使漸漸接近。如美國芝加哥的託兒所中曾於一次父母會中，舉行球戲及投鏢比賽，更於他次會中參觀廣播電台動物園公園及野球賽等，這些活動初看起來似與託兒所的父母教育不發生若何關係，但是二三次後即可看出一個母親與其他母親及教師結為朋友，并自視其身為興趣集團中的一員，等到集團感覺既生，即很易接受託兒所中有關家庭教育之忠告，并易採用所中一切規定標準及實施辦法。再從教師方面講，從集會中所得亦多，凡是曾與墨西哥兒童的母親們舉行野餐會的人，絕不相信墨西哥是僅有強盜居住的熱帶地方。所以教師與母親們結為朋友以後，將漸知各家庭的實際情形，對於兒童的指導自能得到更多的幫助。

如有機會兒童的父母請教師到家庭吃飯時，教師必定應邀而往，因兒童在教師來他家庭時，可得到許多快樂。教師亦可得到家庭情形的認識及兒童生活的了解，因為僅在所中看兒童，只能見其片面的生活，必從家庭及所中雙方來看，方能得其全貌。

### 二、父母參與託兒所的工作

在託兒所生家庭合作的原則下，可請各個父母給予所中以實際的協助。有些受過優良教育的青年母親，她在合作的託兒所中，最關心兒童的幸福，從許多兒童身上得到了了解，並且隨着訓練有素的教師，而學習改進她的保育兒童方法，這一種實習的方法，比起別的學習方法，功用要比較的大些。

要使託兒所和母親合作的工作繼續有效的進行，則所長最光要化一些時間注意有託兒所經驗的母親或曾受特別訓練的母親，使他們工作順利，然後再請那些能力較弱的母親來參觀有經驗的母親們工作，并隨時與所長商討研究，使她們漸漸的熟悉起來，事到全部工作都能了解，就請她們也回來參加經常的工作。

兒童的父母參加託兒所的工作，可分各種不同的方式，有些父母可做一部份時間的兼任教師，以指導兒童日常工作及遊戲，有些父母有特殊的能力可以利用，例如一個會奏提琴或是能歌詠的母親，可定時請來為兒童歌謠。一個做醫生的父親，可請來幫助所中檢查兒童體格，或在父母會中講演衛生問題。一個研究生物學或物理學的父親，可請他指點所中養兔子及金魚的方法，并可請他帶些小動物到所中來，以引其兒童的興趣。也有家中有花園或湖濱有浴場的，請他們將幾個較大的兒童去遊玩一個上午。更有家中生有嬰兒時，請允許小孩們前往觀看。這許多工作和節目，只要所中教師能認清他組中兒童的長母能力，可以很快的組織起來，得到他們許多有益幫助。這些要求并非向父母們額外課稅，仍然是給予他們接近他們的兒童及他們朋友和伴侶的機會。

託兒所可利用晚間的閑暇，請一些兒童的父親來所做些木漆等工，請一些母親做些縫紉工作，若光線適宜與指導有人，則長夜之中，既可作交際的場所，又可幫助所中做些工作，對於家長又兒童皆有利益。

### 三、父母參觀託兒所的方法

託兒所要請父母常到所中作長時間有計劃的參觀，因為此等

參觀，可以看出教師的工作與兒童的活動如何開始？如何結束？對於託兒所將有更多的了解。不過一般父母來所參觀，最好事前予以指導，尤其是第一次的參觀，更須有計劃周到的表格，來作他們的幫助，並將美國明里蘇他大學兒童福利研究所定之兒童父母初次到託兒所參觀時所用的綱要，介紹如下：

#### 託兒所參觀綱要

##### A. 託兒所的設施

1. 一個適合兒童的環境要有：

- a. 適合身材的小桌椅
- b. 高度適宜的廁所及洗手盆
- c. 個別的櫥櫃，以便為兒童放置衣物。
- d. 遊戲場所不接近大兒童的遊戲場及交通危險的街道。
- e. 不易損壞的遊戲運動的器械。

2. 多設計完善的遊戲材料，設置於兒童就近的地方。

3. 有適當的兒童生活日程表。

4. 有多量時間供兒童自由活動。

5. 按時供給各兒童合宜的膳食。

6. 規定時間養成兒童小睡習慣。

7. 有機會使兒童參加時間不長大的集體活動。

8. 指導兒童從團體中選擇遊戲伴侶。

9. 養成兒童生活率等的習慣。

10. 建立快樂的家庭生活。

11. 每晚兒童回家可常常引起談及日間有興趣的事情，使其心

境愉快。

12. 母親因兒童得到適宜的保護，可以有自由時間料理家務及

處理家庭以外的事情。

## B 父母的觀察

c. 家庭中人在晚間尋求娛樂，以回復日間的疲乏。

## 1. 觀察各種年齡不同的兒童要：

- 注意兒童的肌肉調節活動。
- 注意兒童某一種長時間的活動。
- 注意兒童的比較正常的語言。
- 注意兒童在一種活動結束時候所表示的最大的興趣。
- 注意兒童的比較複雜的遊戲。
- 注意兒童遊戲復現的次數。
- 注意兒童玩積木及圖畫不同情況。

## 2. 觀察教師及父母對兒童的態度要：

- 注意教師平靜和有感情的態度。
- 注意教師缺乏表情的影響。
- 注意教師的禮貌。
- 注意公平的態度。
- 知道幼兒語言雖是本來模糊，仍然要注意開始語言的缺點。
- 注意兒童也是和成人平等的，不是低層的玩具、偶像、或小便。

## 3. 觀察給予兒童自由的分量及減少拘束的程度要：

- 注意「不准」二字的缺點。
- 注意教師溫和的態度，可以減少兒童團體中的煩擾。
- 注意減少各種壓力，可使兒童容易聯合遊戲。
- 注意兒童無組織的缺點。

## 4. 觀察兒童情感的反應及教師指導的方法要：

- 注意發怒的表現，（及對人或物件）。

- 注意常時怕懼的缺點。
- 注意常時嫉妒的缺點。
- 注意兒童顯著的強大的友情。

## 5. 觀察所中重要之點要：

- 注意好的態度與德行。
- 注意精神的愉快。
- 注意行為問題的處理，而不加壓迫。

此外來參觀的父母，可約好每日注意不同的活動，并可將參觀所的，記入規定的報告表中，以備開會討論時提出研究，藉此可解答問題，改正錯誤的印象，下面所列各種問題，大可為父母集團中所應用：

## 參觀託兒所社會行為的問題：

- 分析說明二歲組兒童的遊戲在同時間同材料（沙、玩偶、或積木）的情形。
  - 是否兒童集合工作於一點？
  - 是否其中僅有一個領袖？
  - 是否有時各組有集中聯合的趨勢？
  - 是否兒童各依志願出入於小組中？
  - 有多少兒童組成小組？
  - 有多少兒童離開了小組？
- 說明四歲組兒童的集團遊戲時發生問題的共同點及兩組間重要的不同點。
- 說明各兒童在各種不同的情況下所控制小組的各種方法。
- 說明小組遊戲中兒童在擴大他們合作活動時，每個兒童對各部分所負的責任，或所建議的方法。
- 列舉兒童對於他兒童感到興趣時所表現的行為，又成人對此

將如何表現同樣的興趣？

6. 有時有幾個兒童同時玩同樣遊戲，其主要原因何在？

7. 當兒童建立一個聯合組織時，他對團體及個人表現何種行爲？

8. 說出一個兒童對某種玩具發生興趣時，而此玩具正為他次重所使用，則彼此各表現何種不同的行爲？

9. 列舉五個對團體遊戲有興趣的兒童及五個無興趣兒童，并說明無興趣的原因何在？

10. 兒童集團中與成人集團中所表現不同的行爲，以何種最為顯著？

假如有時能請父母與所方合作，以觀察兒童在家庭的生活，這是很可價值的工作，倘能記錄兒童一年或半年間發展情形，則父母對一切兒童研究中所得問題，發生極大的興趣，此項記錄，如用如個別研究或比較研究的資料，則需用一些性質分量及界限分明的名詞，以為說明的工具，一般父母因忙於自己的工作，又無訓練，於是最大興趣保持詳細記錄，也可能得到一部份聰明的父母，從家庭工作及社會活動之餘而保持如下面的一些記錄。

第一週 兒童睡眠記錄（一週中每日記錄）：

1. 夜間睡眠時間，
2. 大約熟睡的時間，
3. 早晨醒覺時間，
4. 下午小睡時間，
5. 大約熟睡時間，
6. 小睡醒覺時間，
7. 二十四小時中兒童睡眠的總時數，
8. 影響兒童睡眠的有些什麼事，

第二週 膳食記錄（一週中每日的記錄）：

1. 早餐，
  - a. 上床時間及離桌時間
  - b. 食物總量，（用茶匙湯匙等作單位），
  - c. 歡喜何種食物及不歡喜何種食物？
2. 中餐（如上記錄），
3. 晚餐（如上記錄），
4. 間食（包括糖果、冰淇淋、檸檬茶等）時間種類及分量，
5. 其他有關膳食的特殊問題。

第三週 語言記錄：

每日要在一定時間記錄兒童的語言，如膳後規定半小時或一刻鐘專記錄兒童此時所說的話，事先不要使兒童知道，你做什麼，更不要使他重複的說話，注意記錄他所說的字數表情及音調，儘量使能正確，在一週之末，統計此週所用的字量及名詞動詞等數量，在可能範圍內并記錄其所說的内容。

一部分的父母，有能保持上述各項記錄達六週之久的，也還有一部分父母對於兒童其他的活動，感覺興趣而加以記錄的，如小便的習慣，遊戲的興趣，及感情的反應，皆有記錄，則對於兒童的研究，供獻更大。

#### 四、一般父母的親職教育

對於一般父母的親職教育之目的，在使了解家庭教育之重要及方法，以便與託兒所合作而達到改進兒童福利之目的，茲分述各項方法如下：



建議。

有些會議的開始，由主持人發表五分鐘至十分鐘的談話，以引起討論，也有開始由會員提出一個好的報告，或是以前討論的一種特殊問題，還有提出參觀展覽會所發生的問題，以供討論，如兒童的衣服，遊戲的材料，改正吃手指習慣的工具，以及教育電影與教育廣播等問題，皆可提出討論。

從這些討論中，我們可請父母們特別注意保育兒童的方法，尤其是要用客觀的方法，研究比較各兒童性質的差異，及字前兒童所發生的其他問題，還有從討論問題，也可使父母們檢討他自己保育兒童的方法，不過主持人也應善於供給書籍及實際事例，以備參加討論的父母們參考之用。所以談到討論的結果如何，實在要看主持人的態度如何以爲斷。茲將美國教育局所公布的主持集會者應有的態度，介紹如下：

1. 不要在開會前已有成見，
2. 對於參加集會的人們要給予友情，
3. 對於每一建議，要有坦白的態度及良好的意見。
4. 要熱忱解釋兒童的父母的態度及事實。
5. 協助父母建立自信心。
6. 要同情會員們的煩惱。
7. 要提醒兒童父母們未明顯的感覺。
8. 要樂於從兒童父母們學習。
9. 要能忍耐。
10. 供獻意見時，要謙和而謹慎。
11. 自身要學習與修養。

(三) 專題講演 託兒所可與大學發生聯繫，特約教授爲兒童的父母作專題講演，此法對於教育程度較高的父母，最爲有益

，尤其是在大學畢業不久的父母，他們對於聽講的習慣尚未忘記，自然更覺滿意，講演的專家，以小兒科醫生、心理學家、教育專家、社會工作人員、學校教師、及牙科醫生等爲適宜。講演的形式，可用公開講演或電台廣播，以便利父母爲原則。

(四) 閱覽圖書 託兒所應多方搜集兒童父母的閱覽材料，以供參考，如玩具製作方法，兒童衣服廣告，名人講演通告，有關學校的新聞，有興趣的圖書雜誌及其目錄，皆可多多供應。在託兒所中亦應專闢一室，陳列各種兒童教育和家庭教育有關的圖書，以供父母隨時來空閱覽。此種閱覽室亦可兼代接待室，使父母於接送兒童時，不致空耗時間，而有閒卷有益之便。

(五) 教育展覽 關於兒童教育的方法，託兒所可用各種表現方法，展覽出來，使父母們帶來參觀。從一般的欣賞，達到專門的研究，關於展覽的方法，亦有多種，有時可用好壞對比的展覽法，有時可用製作程序的展覽法。展覽的範圍更廣，如兒童用具，兒童玩具兒童圖書，兒童樂具等，凡製作合理而價值低廉的物品，皆可展覽，關於展覽品的說明，必須詳細，如品名、功用、價值、製作方法，以及適用於何年齡的兒童，皆有說明的必要。當父母前來參觀時，教師應從旁解釋指導，使父母明瞭各種展覽品的教育的價值，方不致僅爲外形美麗所吸引。

(六) 隨時接觸 有些父母因爲暇時不多，不能參加所中各種集會，或來所閱覽、參觀、研究、學習、僅僅每日早晚接送兒童時與教師作暫時的接觸。所以教師要善於把握機會，能在極短時間內，和父母們討論兒童的生活習慣飲食營養、遊戲伴侶，及特殊個性等問題，使父母與教師之間，彼此得到諒解，並各了解家庭與學校的一切情形。

有時在街頭、商場、音樂會、遊戲場、教師與父母偶然相遇



，立談數語，既可表示親切，又可交換意見，也未嘗不是推動親職教育的機會，只在教師善於利用而已。

### 五 問題父母的診斷與矯治

說兒所有時會發現一些父母們的行為上有問題，而這些父母的智慧並不低，社會地位也不下，對於他們的兒童也能關心，只是他們的性情持殊固執，不接受他人的勸告，他們常常認定他們的兒童某種行為應當發展或應當禁止，任何人不能改變他們的意見結果常使兒童心身，受到莫大的損害，這些父母們常常化去託兒所教師們的很多時間，用來說明勸告與矯正，而所收到的效果，亦各有大小的不同，茲略舉數種問題父母如下：

(一) 過分憂慮兒童的父母 這些父母多半是獨生子的父母，他們常化去多量的時間和金錢，及多餘的憂慮，來做不必要的兒童保護工作。對於教師常常要求特別注意他們的兒童，所以教師必須常常報告他們兒童發育良好的情況，使他們深信兒童已能自立，無須成人的過慮，等到他們真覺滿足，自然就感激涕零了。

(二) 對兒童估價不確的父母 有些父母對於他們的兒童認識不真，因而估價不確，有的把兒童能力看得太高，有的又看得低，於是非分的希望，或不必要的要求，常使教師感到麻煩和困難。對於這一類的父母，只有用科學的方法來測驗兒童，把可靠的事實和結果常常報告父母，使他們確實信任學校和教師，以改正其錯誤的觀念。

(三) 神經過敏的父母 這些父母反應最快，常常把不重要的問題。認為嚴重的事實，茲一舉實例以為證：

有一位母親送他的孩子小湯弟入託兒所時，造訪所長，校醫

及其他有關係的教師，說明他的孩子小湯弟在飲食上發生了嚴重問題，他曾經為這孩子選擇各種食品，並且用各種巧妙方法勸食，現在僅免於餓死，希望所中各位先生特別為他解決這個問題云：其實小湯弟的教育很好，他的身體已超過經常的體重，再經醫生檢查後，報告他是健康兒童，他並無飲食上的疾病，至多不過是食時的態度不太好而已。小湯弟入所以後，對於每餐的任何食品，不加選擇，亦不猶豫，按時進食。若是他母親來參觀他進食時，則對於一切食物，完全拒絕。所中教師勸她不要來看，她雖答應了但是在每餐以後，她必用電話來詢問她今天食些什麼，共食多少，她又親自訪問她共桌進食的教師，問她發現孩子進食時發生什麼問題，並要來這位教師在每餐之後，用電話告訴她孩子食時的情形。所中一允許她的要求，如此用電話報告了十天，最後這位母親停止了要求，並且說小湯弟的飲食沒有問題了。希望所中教師對孩子別樣的行為如有發現缺點時，可用任何方法矯正，她決不干涉。她自己亦承認得到所中的合作而解決她心中的嚴重問題，非常感激。並願此後盡他的力量，按照所中的指示，來改善小湯弟的一切行為。

除上述各種問題父母外，還有自視家庭地位甚高，而要兒童有成人的文雅態度。又有不信任託兒所的教師，而鼓勵兒童輕視所中一切的規則。總之問題的父母種類甚多，又沒有專門的方法可以診治，祇有教師特別用冷靜的頭腦，精細的眼光，認識父母們的行為，了解父母們的問題，然後再各按事實的輕重，而予以精密的診斷和矯治，庶幾有效。這些知識不是問書可得，也不是學習可能，必須教師有長時間的經驗，自己體會各種問題父母們心理變態，及其發生的原因，尤其要先調整自己的情緒，用極大的忍耐及同情，常與這些問題父母親道，繼續不斷的去了解，並

繼續不斷去矯治，才是正當的方法，也才是優良的教師。

註 本文主要參考材料為 Nursery & School Education

1939年 Foster 及 Mattison 合著

# 「善種」工作擬議

洪石鯨

## 「兒童福利實施要點之一」

「種瓜得瓜，種豆得豆」，善種，在我們中國歷來最講求的，嫁女擇佳婿，必須門當戶對，這意思就是為下輩兒孫選擇優良。批評一個不成器的孩子，指罵為壞種或辱及其祖先，可見善種之重要。所以政府規定兒童福利實施要點，第一要從善種做起。

優生學家主張選擇與蕃殖民族中間的優良種子，與善種的意義亦互相吻合；他們所謂優良，是指身心品性大致在中材與中材以上的程度而言；所謂選擇，是漸進的而不是急進的，是希望教育與風氣來推遷，而不希望政府以法律來強制執行。其用意到不是主張籠統的限制生育，壓縮人口，而是蕃殖中材以上的種子及改進中材以下的種子。心理學家更承認遺傳的重要，他們曾有一個試驗的結果，將雄雞與雌馬配合，所生的小動物，便叫做雜種。(Hybrid)例如驢。驢發展由驢而來的特性，同時也發展由馬而來的特性，可見種子有決定下一代的必然性。所以，中國國民黨第六次全國代表大會通過民族保育政策綱領中總則第二條即有「鼓勵身心健全男女之繁殖，抑制遺傳缺陷份子之生育，革新社會環境，改進生育教育，以期人口品質之普遍提高」的規定，可見黨與政府均對「善種」工作極其重視。

然而，我們中國自古即有「不孝有三，無後為大」的俗習，「遺人子孫」，乃是不人道。若是無斷斷不顧一切的去推行善種工作，頗不易為我陸以我們必須把「種」的工作，分成三個步驟

去完成。

### 甲、第一步驟的工作

一、製訂青年衛生信條以培養青年衛生習慣——所謂青年衛生并非指為一般衛生習慣而言，係偏重青年男女性的衛生而言。性慾是人類天賦的二種機能，人類的孳生繁殖，完全依賴這種機能的作用，才能世世延續。乃一般男女青年未能了解性慾與疾病道德等所關聯的種種問題，易受醜惡淫穢的傳說與小說等等的誘導，秘密的做出許多與性衛生相反的事實，手淫幾乎成為一種正當的錯誤，的確危險萬狀。所以我們必須製訂青年衛生信條，叫他們能夠以科學的，坦白的，嚴肅的心理與態度去遵守這信條，以養成合理的性衛生習慣。

二、頒訂國民健康標準以推進國民健康教育——健全的民族基於健全國民的個人。中國人的壽命，平均計算，男的為五十五到三十四歲，女的為三十七到三十八歲。比之歐美各國人民平均年齡在六十二歲以上，則相差甚遠。即以青年而論，普通缺乏營養，大多數患染沙眼、胃炎、皮膚病扁桃腺與齒病，這樣的民族，廣汎的繁殖下去，一代不如一代，是多麼危險！所以我們必須鍛鍊國民的體格，提高國民健康水準。首先，得由政府頒訂國民健康標準，這標準的製訂，當然要顧及目前事實，不必過於理想

但可逐漸提高。然後各有關推進國民健康業務的機關，則依據這標準實施，凡未達到健康標準的國民，應謀補救辦法。

三、規定男女社交禮儀以促成男女社交機會——我們中國素稱禮義之邦，婚喪喜慶，引見大賓，都有一套隆重的大典，然偏偏對於男女社交之禮儀，向無規定。愈進禮教的家庭，愈對青年男女社交制削，所謂「金屋藏嬌」，「養在深閨人未識」。簡直把女孩子當成囚犯整年的監禁着，於是偷香竊玉的趣聞，也就千古傳為佳話，可見禁止青年男女社交，反而易使青年男女發生變態不正常的心理，扮演出許多極滑稽的悲劇。遠不若邊地苗夷族舞會跳月，給予一般青年男女社交機會可以自由選擇配偶。所以我們必須正當的倡導男女社交，更要廣汎的，盡量的給予青年男女社交機會。然惟恐男女社交不慎，流入庸俗，卑下的行為，所以事先必得規定社交禮儀，確定社交方式，歐美男女經常可從舞會和禮拜堂中得到正當社交機會，但在中國頗不易得如此場合。中國固有的男女社交場合，以時節論如上元燈會，上巳踏青，端午船會，中秋月會，重九登高，以宴會論，如參加婚禮，賀新年，祝壽等也都可以給予一般青年男女社交機會，但社交範圍極狹，又無一定的社交禮儀與形式，自然成效不大。設若能利用固有的社交機會予以擴張，改進，也必能另成一格，且可以配合中國農村社會習俗都市男女社交機會較多，夜會、遊園會、其他集會結社等，却不妨由社會教育機關團體，多多提倡。

四、獎勵健全男女結婚以暗示選擇配偶理想——中國舊式婚姻，「父母之命，媒妁之言」，「嫁雞隨雞，嫁狗隨狗」。自己無選擇配偶之權利，更談不到選擇標準。時而有許多不健全的結婚，造成許多悲傷慘痛的事實。即使是戀愛結婚，一般青年男女受愛情所蒙蔽，忽略對方身體之健康，以致墮入痛苦深淵，終身遺恨。

所以我們為要暗示青年男女選擇配偶，首先應從獎勵健全男女結婚做起。政府應頒佈獎勵辦法，凡健康男女結婚，或給予獎金，或給予榮譽，如此，社會上必蔚成風氣，選擇配偶之條件以健康為第一。

五、宣傳優生遺傳特點以反射淘汰劣種必要——淘汰劣種是一種最困難的工作。強迫實施，又頗易激起民情的反感。所以我們初步工作在於培養觀念，要使每一個青年男女都明白優生與遺傳的特點，懂得優生之重要與遺傳之利弊。自然，誰肯希望他自己的兒孫成為白癡要去同一個低能的人結合，又有誰肯希望他自己兒孫是個矮子要去同一個侏儒結婚。我們不妨採用中國民間的諺語，如「龍生龍，鳳生鳳，老氣生兒會打洞」；「龍生龍子，虎生豹兒」；「天上麒麟原種」等等作為宣傳資料，從極其通俗的資料中說明最高深的道理。

六、專設婚姻指導機構以備供男女婚姻諮詢——婚姻問題是青年最大的問題，它可以影響人生幸福，事業學問，同時也可以造成人生悲哀、癡癲、痛恨、自殺。這一個問題若得不到美滿的解決，人生前途永無希望。一般青年為要解決這個問題，整日徬徨、追尋、嘗試、摸索着，終於找不到一個適當的人或是場所可供諮詢與指導。即使有意就教於長者，却都被嚴肅的面具所遮了。所以青年男女無人不為此煩悶，無人不為此而痛苦。我們為要使一般青年獲得美滿的良緣，必須設立指導機構，專門備供諮詢，以嚴正謹慎的態度去說教，以合理得體的方法去指導，要使每一個青年男女得到婚姻問題的解決，美滿而且愉快！

## 乙、第二步驟工作

一、辦理婚姻介紹——中國舊式婚姻，全憑媒妁之言，由介

紹介人包辦其事；新式婚姻又專憑感情用事，介紹人乃成爲此項儀式中的形式人物，各有利弊，前者全係客觀的被動；後者又全係主觀的主動多無選擇的機會。所以我們主張辦理婚姻介紹。此項介紹工作應與此項指導工作有密切的聯繫，或合併由一個機構主持其事，首先培養男女青年對擇偶有正確的觀念，然後介紹機關可將理想相同，體格健全，文化水準相等的男女相互介紹使能建立友誼，再由友誼中試探有無共同生活可能，然後結婚。自然，從男女彼此相識直至結婚的過程中，介紹人所負之責任最大，必須嚴正有序，不可稍涉流俗。

二、履行婚前檢查——結婚男女，婚前應接受體格檢查，舉凡體重、身長、疾病、五官、以及生殖機能都要詳細檢查一遍。此種檢查記分表式應由政府頒製，檢查合格者，由醫師出具證明，始准結婚，若發現痼疾，應從速醫治，醫治痊癒時再行檢查一次，必使男女雙方身體健全，始有結婚權利。此項檢查制度，必須由政府設立，并須訓練專門醫師充任其事，城鎮中由醫院主持，鄉村中由醫師負責巡迴辦理。婚前若不施行檢查，當然由主管行政機關，暫時停止其結婚權利。

三、舉辦結婚登記——政府對於青年男女結婚，應辦理登記手續。凡結婚男女先向鄉公所或政府指定辦理此項登記機關申請登記，登記時除填具真實之表式外，必須繳驗各項證件，體格檢查書最不可少，其他如國民學校畢業證書，婚姻指導所出具之證明書，經審查後始可發給結婚許可證，經政府機關許可之婚姻認爲有效，否則法律應明文規定作爲無效。

四、嚴厲禁止早婚——在中國一般舊式家庭中，祖父母爲抱孫心切，常令子女早婚。若干青年男女因早婚而影響個人事業前途，影響生理的發育，養成不治之症，情形至爲慘痛。所以我們要

改變此種不良風氣，嚴厲禁止。政府應有明文規定提高法定結婚年齡，明定男未滿二十歲女未滿十八歲者，不得結婚，設有未屆法定年齡私自結婚者，應對當事人及其父母予以適當處分，并勒令分居，俟達到結婚年齡時始可同居。

五、廢禁重幼婚約，舊式父母對於子女婚姻包辦，多在于女童幼時期，爲之訂立婚約，甚至指腹爲婚，或抱媳「押子」。——名曰「等郎媳」，故而民諺有：「十八歲大姐週歲郎，把屎把尿抱上床」，演成許多滑稽荒唐的怪事。此種重幼婚約限制了人生幸福的前途，造成了人生悲慘的局面。罪惡之大莫甚於此。法律雖已否認此種婚約的價值，然而事實上其效用則仍存於民間。我們必須絕對廢禁此項不合理事情，法律上應制訂條文，認爲此項事情，係父母犯罪行爲，其犯罪行爲應與男女重婚在相比擬。同時，社會教育機關應作普遍宣傳與調查，遇有此種情形發生，立即制止。

六、制止血統婚姻，血統婚姻可以影響下代兒孫的智慧與健康。世界文化較高民族，無不禁止。然在中國習俗只有同姓不婚，對中表結婚特別多見，并不禁止，民族水準降低，不爲無因。故而制止血統婚姻，事實上乃有必要。我們可以打破同姓不婚的舊有觀念，更應制止血統婚姻的惡習慣，勿論中表結婚，同姓結婚，其血統關係必須距離較遠，若距離太近，法律應予否認。

七、獎勵移民擇配，在中國各地人口中兩性比例不能相等的情形頗多，最而有的形成一夫多妻，有的形成一妻多夫現象；同時交通便利之區，人口分佈較密，邊疆地方，人口分佈則較稀薄，所以獎勵移民，實有必要，然移民應由政府統籌計劃，在女性較多的地區獎勵男性移民，在男性較多的地區獎勵女性移民

在男性較多的地區應獎勵女性移民，使移民男女都有與當地男女有擇配機會，血統混合，各地民族素質得以逐漸改進，民族文化也可以因此而逐漸提高。

八、控制劣種繁殖，該種增加固然影響民族素質，同時可以危害社會安全。依能僅成為社會上的消費者，但瘋癲却可造成社會不寧。如事後因感其為害，再予以救濟感化，則不若事先防制，控制該種的增加，到最切實。一般情形，此種繁殖反而比較優種為強，若不予控制，該種愈多，危害社會乃愈大。所以目前控制該種繁殖實有必要。為適應中國民情，首先必須糾正觀念，要使人明白控制此種繁殖的道理，使逐漸淘汰，同時多設救濟與感化機關，專門收容劣種，以安其終生，可能因此失去性生生活機會，不多繁殖。

### 丙、第三步工作

一、獎勵優種繁殖，文化愈高的民族愈愛享受，常見一般知識水準較高的男女，為避免生育的痛苦及減少子女的負擔，私自節制生育，因此優種繁殖反日見減少。政府為推行人口政策，應列有專款，獎勵優種繁殖，如發給生育補助，特別給假休養，多設保育機關代負教育責任，多設助產院，義務助產。使生育婦女不感絲毫痛苦，使父母負擔可以減輕。如此，優良種子自然會日見增加。

二、強迫及時結婚，一般青年男女，常有不願担負家庭責任，遲遲不婚。尤其在戰時，因為生活問題，應該結婚的不結婚

，影響人口增加頗大。所以，政府對及時不婚的男女，應予以強迫結婚，法律應明文規定，及時不婚，每年應苛罰金，并逐年增加罰額。到達某種年齡不婚，政府則代為擇配，強迫結婚。務使青年男女履行及時結婚對民族的義務。

三、生前生理破壞，禁止劣種結婚或有不盡人情，因為性慾是天賦的秉性，不應剝奪其享受。但制止其生育則有必要。所以劣種結婚，應事先破壞其生育機能，由國家醫院施用手術。不過施用手術前男女雙方必先受心理及生理的檢查，由生理心理學家以及司法機關的簽字，認為確係劣種，不應繁殖者，醫院醫師纔可施用手術。一般男女若施行手術自動破壞生育機能，法律上應視作犯罪行為。

四、推行試婚制度，婚姻的美滿不僅是感情的而應有生理上的慾求的滿足。許多青年在戀愛時期感到精神上的慰藉，但結婚以後却因為性生活的不滿足，而同床異夢。社會輿論以及法律的限制，使男女青年因性生活不滿足而造成不正當的邪行，竟有因此而自毀滅，無法繁衍後代子孫。所以試婚制度有推行的價值。我們儘可藉破醜惡的禮教外衣，去建立新思想，新道德。為着國家民族的前途着想應該如此。男女結婚在若干時期以內或在婚前應有試婚的經過，若經過良好，法律始認為有效。否則，雙方并不負法律責任，仍視為無婚姻關係。此種制度必須有法律上的依據，然後以教育力量改變社會觀念，成效必大。

(完)

# 兒童身長體重的比較研究

胡顏立

我們為了要明瞭現代兒童體格的狀況，促進身體的健康，從事兒童身長體重與生長率季節變異及營養問題的調查研究。現在專把成都實驗小學與全川，我國各部及日歐兒童身長體重的比較研究，做一個簡單的報告。

實小於每學期開始與終了，舉行體格檢查各一次，依照男女生實足年齡，求出身長體重的平均值，然後和各方面比較。這個工作，本擬聯合全川中心國民學校進行，因工具及經費無着，由實驗小學單獨進行，適四川省衛生處近年在全川舉行體格檢查，最近公佈適用於川省的兒童身長體重對照表，可做比較研究的寶貴資料。

根據實小三十三年九月調查五百六十三個兒童的身長體重，求出男女各年齡平均值，結果如下：

(表一) 實小兒童各年齡體重身長統計  
33年9月調查

年齡	體 重			身 長		
	男	女	平均	男	女	平均
3歲	13.3公斤	12.3	12.8	93.2	92	92.6
4	14.8	13.7	14.3	98.2	96.3	97.3
5	15.8	14.5	15.2	101.6	101.6	101.6
6	16.5	16.5	16.5	106.8	108.3	107.6
7	17.4	18.9	18.2	110.7	112.7	111.7
8	20	19.7	19.9	117.7	117.0	117.4
9	21.7	21.8	21.8	124.5	120.3	122.4
10	24	24.3	24.2	125.5	121.6	123.5
11	26.6	26.6	26.6	130.3	130.4	130.4
12	28.8	28.1	28.5	136.2	136.7	135.5
13	29.1	34.2	31.7	139.4	138.8	139.1
14	35.2	34.8	35	147.3	144	145.9
15	35.5	42	38.8	150.1	148.8	149.4

將實小統計結果與我國各部比較，相差也不遠，用線條不易辨別，特附數字統計表。再與英國兒童比較，身長相差也不遠，體重則年齡愈大，差度也愈大。歷年來實小統計結果，都有這種現象。不過每年十二月調查的體重，要比九月調查的差度較小，因十二月大多體重增加的原因。至於和日本兒童比較，身長體重都稍強，不過體重的比例不如身長，并且往往有身長超過日童而體重不及日童的現象。

(表二) 實小與本國各部各年齡男子之平均體重與身長比較表

年齡	北 部		中 部		南 部		本 校	
	體 重 公斤	身 長 公分	體 重 公斤	身 長 公分	體 重 公斤	身 長 公分	體 重 公斤	身 長 公分
5	14.9	103.3					15.8	101.6
6	17.0	105.5					16.5	108.3
7	19.1	113.9			18.9	120.7	17.4	112.7
8	20.7	118.6	21.4	115.7	22.2	123.8	20.0	117.0
9	21.6	121.6	22.7	125.2	22.3	124.3	21.7	120.3
10	24.0	125.7	24.1	125.0	24.0	130.0	24.0	121.6
11	26.4	130.1	26.7	129.2	26.5	134.8	26.5	130.4
12	28.3	133.6	30.7	136.3	29.1	139.0	28.8	136.7
13	21.2	138.7	33.4	141.7	32.3	143.1	29.1	138.8
14	34.0	142.8	38.5	149.7	35.5	149.7	26.2	144
15	42.5	151.9	42.6	155.3	40.1	150.9	35.5	148.8
16	45.7	159.0	45.4	157.6	42.7	158.3		
17	50.1	164.4	47.7	161.2	47.1	161.7		
18	53.8	164.6	48.2	162.4	48.2	162.5		
19	55.8	167.8	49.3	163.0	50.7	164.2		
20	57.4	168.2	50.4	164.3	50.9	164.6		
21	59.4	169.1	51.0	163.9	51.1	165.1		
22	59.8	169.2	52.6	165.1				



(表三) 實小與本國各部各年齡女子之平均體重身長比較

年齡	北 部		中 部		南 部		本 校	
	體 重 公斤	身 長 公分	體 重 公斤	身 長 公分	體 重 公斤	身 長 公分	體 重 公斤	身 長 公分
5	17.4	107.5					14.5	101.6
6	19.1	116.4					16.5	108.3
7	19.3	116.8	18.8	116.3			18.9	112.7
8	21.6	122.3	21.4	123.9	20.4	121.1	19.7	117.0
9	23.9	126.2	24.4	127.5	22.0	126.2	21.8	120.3
10	25.4	131.7	27.0	131.0	24.9	129.4	24.3	121.6
11	29.6	137.4	30.0	136.3	26.6	132.6	26.6	130.4
12	34.3	144.1	33.2	140.5	30.2	136.8	28.1	136.7
13	38.9	149.2	38.7	145.1	33.5	141.8	34.2	138.8
14	41.8	153.7	39.7	146.1	36.6	144.5	34.8	144
15	44.8	154.8	40.6	147.8	40.4	150.8	42.0	148.8
16	47.8	155.4	43.0	149.5	41.1	147.8		
17	50.2	160.5	48.3	150.0	44.2	152.4		

茲再將實小兒童身長體重統計結果與英日兒童身長體重結果加以比較，知道實小兒童較英國兒童的身長平均差二公分二，較日本兒童差三公分。實小男童體重較英國男童平均輕三公斤，年齡愈大，差度也愈大，如十歲到十二歲，各差六公斤，女童差度較小，平均輕四公斤半。比較日本男童，平均重一公斤強，較日本女童重一公斤弱。

表二表三說明：

- 一、實小指三十三年九月調查結果。
- 二、北部指河北河南山西山東陝西甘肅。
- 三、中部指安徽江蘇浙江江西湖南四川。
- 四、南部指福建廣東廣西雲南貴州。
- 五、南北中三部統計，根據吳志編二十四年商務三版「營養概論」。

(表四) 實小與四川兒童標準體重比較表

第 34 頁

年 齡	男				女			
	實小各 平均身長 (公分)	實小各 平均體重 (公斤)	標準 體重	差	實小各 平均身長 (公分)	實小各 平均體重 (公斤)	標準 體重	差
5	101.6	15.8			101.6	14.5		
6	106.8	16.5			108.3	16.5		
7	110.7	18.4	19.4	-2.0	112.7	18.9	19.4	-0.5
8	117.7	20.0	21.3	-1.3	117.0	19.7	21.5	-1.8
9	124.5	21.1	23.0	-1.9	120.2	21.8	22.7	-0.9
10	125.5	24.0	25.3	-1.3	121.6	24.3	25.1	-0.8
11	130.3	26.6	28.2	-1.6	130.4	26.6	28.2	-1.6
12	136.2	28.8	31.0	-2.2	135.7	28.1	33.4	-5.3
13	139.4	29.1	34.0	-4.9	138.8	34.2	35.8	-1.6
14	147.3	36.2	39.0	-2.8	144.0	34.8	39.5	-4.7
15	150.4	35.5	42.0	-6.5	148.8	42	43.8	-1.8
平均 相差				-2.44				2.12

此後代男女青年的身長，有驚人的進步，看上面的統計，兒童時期日本人受了遺傳的限制，雖不如中國兒童，但兩國的青年相比，也遠不如他。并且實小的兒童太多係公務人員的子弟，雖沒有好的營養，但一定在今日全國兒童的水平線以上，假使把抗戰

及類的身長，本來隨種族而異，不過素樸矮子的日本人，近數十年來特別注重後代身體的鍛鍊，營養的分配，衛生的講究，圖

表四說明：

一、實小身長體重仍根據三十三年九月調查結果。

二、標準體重，即根據實小求得各年齡平均身長，

查衛生處身長體重對照表所得之體重數值。

如實小七歲男童平均一一〇·七公分，查對照

表相當於一一〇·七公分身長的七歲男童，體

重為一九·四公斤，非七歲男童唯一標準體重

為一九·四公斤。

(附一) 男童身長體重對照表

38年

身長(公分)	年齡(平均體重)	年齡													
		七歲	八歲	九歲	十歲	十一歲	十二歲	十三歲	十四歲	十五歲	十六歲				
100	17.6	17.6													
102	17.9	17.9													
103	18.6	18.2	19.0												
105	18.9	18.5	19.3												
107	19.5	18.8	19.5	19.8											
108	20.0	19.1	19.8	20.1											
110	20.4	19.4	20.0	20.3	21.6										
112	20.6	19.6	20.3	20.7	22.0										
113	21.4	19.9	20.5	21.0	22.3	23.2									
115	21.8	20.2	20.8	21.3	22.8	23.8									
117	22.6	20.5	21.0	21.5	23.2	24.3	25.2								
118	23.0	20.8	21.3	21.8	23.6	24.8	25.7								
120	23.9	21.1	21.5	22.1	24.0	25.3	26.2	27.3							
122	24.3	21.4	21.7	22.4	24.3	25.8	26.7	27.8							
123	24.7	21.7	22.0	22.7	24.7	26.3	27.2	28.4							
125	25.1	22.0	22.2	23.0	25.1	26.8	27.7	29.0							
127	25.5	22.3	22.5	23.3	25.5	27.3	28.2	29.6							
128	26.0	22.6	22.7	23.6	25.9	27.7	28.7	30.2							
130	26.3	22.9	23.0	23.9	26.3	28.2	29.1	30.8							
132	27.3		23.2	24.2	26.7	28.7	29.6	31.4							
133	28.2		23.5	24.5	27.1	29.2	30.1	31.9	36.0						
135	29.4		23.7	24.8	27.5	29.7	30.6	32.5	35.4						
137	31.7			25.1	27.9	30.2	31.1	33.1	35.8	37.6					
138	32.1			25.4	28.3	30.7	31.6	33.7	37.2	38.1					
140	34.2			25.7	28.7	31.2	32.1	34.3	37.6	38.6	44.5				
142	35.8				29.1	31.7	32.6	34.9	38.0	39.2	44.9				
143	36.2				29.5	32.1	33.1	35.0	38.3	39.7	45.3				
145	37.8					32.6	33.5	36.0	38.7	40.2	45.7				
147	38.3					33.1	34.0	36.5	39.1	40.8	46.1				
148	39.8						34.5	37.2	39.5	41.3	46.5				
150	40.3						35.0	37.8	39.9	41.8	46.8				
152	42.1							38.4	40.3	42.3	47.2				
153	42.5							39.0	40.7	42.9	47.5				
155	44.-								41.1	43.5	47.4				

八年後的全國兒童和日本兒童比較，也許已經不及他了！我們為求中華民族有健全的體格，對於這個問題，不能不特別注意。特將衛生委員會所公佈之兒童對照表附錄於下，不論家庭學校，都可以依照年齡身長，對照此表，求出差異，設法補救。

身長(公分)	體重(公斤)	體重(磅)	體重(石)	
157	44.6	41.5	44.0	48.3
158	45.0	41.9	44.5	48.7
160	45.5	42.3	45.0	49.1
162	45.9	42.7	45.6	49.4
163	46.3	43.1	46.1	49.8
165	46.7	43.4	46.6	50.2
167	47.2	43.8	47.2	50.6
168	49.3		47.7	50.9
170	49.8		48.3	51.3
172	51.7			51.7
173	57.1			52.1
175				
177				

四川省衛生署製

(附二) 女童身長體重對照表

身長(公分)	年齡(行上)	年齡													
		七歲	八歲	九歲	十歲	十一歲	十二歲	十三歲	十四歲	十五歲	十六歲				
100	16.8	16.8	17.8												
102	17.1	17.0	17.8												
103	18.2	17.5	19.0												
105	18.5	17.8	19.3												
107	19.4	18.1	19.6	20.3											
108	20.7	18.4	19.9	20.6											
110	20.8	18.8	20.2	20.9	22.9										
112	21.0	19.1	20.5	21.2	23.2										
113	21.8	19.4	20.8	21.5	23.5	23.9									
115	22.2	19.8	21.2	21.8	23.8	24.3									
117	22.5	20.1	21.5	22.2	24.1	24.8									
118	22.9	20.4	21.8	22.5	24.5	25.2									
120	24.2	20.8	22.1	22.8	24.8	25.6	29.4								
122	24.6	21.1	22.4	23.1	25.1	26.1	29.8								
123	24.9	21.4	22.7	23.4	25.4	26.5	30.2								
125	25.3	21.7	23.0	23.8	25.7	26.9	30.6								
127	25.6	22.0	23.3	24.0	26.0	27.3	31.0								
128	26.0	22.4	23.6	24.3	26.3	27.8	31.4								

130	27.3	22.7	23.9	24.9	26.6	28.2	31.8	33.2				
132	28.4	23.1	24.3	24.9	27.0	28.6	32.2	33.7				
133	29.2	23.4	24.6	25.2	27.3	29.0	32.6	34.1	37.1			
135	30.4		24.9	25.5	27.6	29.9	33.0	34.6	37.5			
137	31.9		25.2	25.8	27.9	30.3	33.4	35.1	37.9	29.9		
138	33.3			26.1	28.2	30.8	33.7	35.5	38.3	40.4		
140	34.6			26.4	28.5	31.2	34.1	36.0	38.7	40.9	41.2	
142	36.3				28.8	31.6	34.5	36.5	39.1	41.5	41.7	
143	36.7				29.1	32.0	34.9	36.9	39.5	42.0	42.3	
145	38.4					32.5	35.3	37.4	40.0	42.5	42.8	
147	38.9					32.9	35.7	37.9	40.4	43.1	43.4	
148	40.5						36.1	38.4	40.8	43.6	43.9	
150	41.0						36.5	38.8	41.2	44.1	44.4	
152	41.5						36.9	39.2	41.6	44.6	45.0	
153	42.0						37.3	39.7	42.0	45.2	45.5	
155	42.4						37.7	40.2	42.4	45.7	46.1	
157	42.9						38.0	40.6	42.6	46.2	46.6	
158	43.3						38.4	41.1	43.2	46.8	47.2	
160	44.0						38.8	41.6	43.6	47.3	47.7	
162	45.6							42.0	44.1	47.8	48.3	
163	46.3							42.5	44.5	48.4	48.8	
165	47.7								44.9	48.9	49.4	
167	48.2									49.4	49.9	
168	50.2									49.9	50.5	
170	50.8									50.5	51.0	
172	51.5										51.5	
173	52.1										52.1	
175												并
177												並

四川衛生處製(原市斤改公斤)

# 一般兒童的心理衛生

張達善

一時的防止，勝於一磅的治療，兒童心理衛生重在積極的預防，所以兒童心理衛生的實施在積極方面必須使一般人了解心理衛生的重要，尤須兒童的父母能設法長時期指導兒童心理衛生，並分述以下各點以為實施者的參考。

1. 心理衛生的宣傳 兒童心理衛生的宣傳，旨在普及心理衛生教育使全體國民重視兒童心理衛生，惟有了解兒童心理衛生的重要和方法，才能指導兒童心理衛生，所以兒童心理衛生的基礎是全體國民對於兒童心理衛生的了解，宣傳就是必須的實施工作。

(1) 文字的宣傳 印行心理衛生的刊物，以廣泛的內容，說明關於人類適應的事例，心理疾病和心理衛生的事實，全無保留的敘述，尤須使普通的人都能看懂，最好能免費供給閱讀。

(2) 口頭宣傳 聘請專門的心理衛生學者，指導口才流利的宣傳家，以動人的敘述，到處演講宣傳，使大眾對於心理衛生感到需要，發生心理衛生的趣味和熱忱，在人們的心底裏喚起適當的反應，以應用兒童心理衛生的指導。

2. 訓練父母，指導兒童心理衛生 兒童心理衛生的實施，必須兒童的父母能親身參加，因為父母是了解兒童最澈底的，也是富有人才的最佳辦法。首先利用時機在各都市召集父母們利用兒童心理診所，加以兒童心理衛生訓練，再介紹下面的標準，使

兒童按照標準養成完整的人格，使父母知道兒童在達到標準時，能納入規範。

(1) 六歲以下的健全人格標準。

(一) 兒童對於他的環境，表現出一種敏銳的興趣和好奇心。

(二) 集中注意在他所做的事件上。

(三) 順利而且很合理地完成他的工作。

(四) 不恐懼，例如動物、雷、雨或黑暗等。

(五) 愛好幽默而不嚴肅的情境。

(六) 常帶快樂的態度。

(七) 有真誠的傾向。

(八) 有自信力。

(九) 不學着或裝着刁嘴說話。

(十) 有一定的地方放置他所有物件，並且能設法保護。

(十一) 愛好遊戲。

(2) 八歲以下的健全人格標準。

新增的或變更的：

(一) 有恆心而且合理的滿意的完成工作。

(二) 迅速地完成工作，並不拖延。

(三) 愛好工作如學校作業。

(四) 百折不回的精神，應付失望。

- (五) 在困難的環境裏，保持輕鬆有味的態度。
  - (六) 控制自己的憤怒，恐懼和其他強烈的情緒。
  - (七) 迅速地拋棄惡念。
- 繼續六歲以下的：

- (八) 對於自己的工作，表現出一種敏銳的興趣和好奇心。
- (九) 集中注意於自己所作的工作。
- (十) 不恐懼動物、雷、風、雨和黑暗。
- (十一) 喜歡幽默而不嚴肅的情境。
- (十二) 常愉快而高興。
- (十三) 真誠。
- (十四) 有自信力。
- (十五) 有一定的地方安置東西，並且能設法照料保管。

(十六) 喜歡遊戲。

(3) 十二歲以下的健全人格標準：

新增的或變更的：

- (一) 對於個人的環境有好奇感覺，並用實驗和觀察的方法來滿足好奇心。
  - (二) 對於朋友運動，娛樂等等或有真切的興趣。
  - (三) 勇敢地應付困難，而不規避。
  - (四) 逐漸發展對於遊戲和工作的創造力。
  - (五) 不沉溺在沉思和憂慮裏。
  - (六) 發展有秩序的習慣。
- 繼續八歲以下的：
- (七) 工作有恆。

(八) 集中注意於正在做工作。

- (九) 合理地完成工作的。
- (十) 迅速地工作而不拖延。
- (十一) 百折不回的精神，應付失望。
- (十二) 在困難的環境裏，保持良好天性的態度。
- (十三) 抑制憤怒恐懼和其他強烈的情緒。
- (十四) 將惡念迅速拋棄。
- (十五) 專心於他的工作。
- (十六) 不畏懼或怯懦，有勇敢的理想。
- (十七) 愛好一種輕鬆有味而不嚴肅的情境。
- (十八) 常高興愉快。
- (十九) 真誠。
- (二十) 有自信力。

(4) 十五歲以下的健全人格標準：

新增的或變更的：

- (一) 工作有恆，任何工作有始有終。
- (二) 對己對人都忠實。
- (三) 養成恬靜安閒的習慣。
- (四) 控制自己憤怒、恐懼、失望和其他種種強烈情緒。
- (五) 不因怕羞或畏縮所困窘，以致不能和他人發生社交關係或完成工作。
- (六) 培養輕鬆談諧幽默的心靈和比例均稱的感覺。
- (七) 將惡念嫉妒和猜疑心迅速拋棄。
- (八) 不讓自己有不合理的恐懼，有一無畏怯，勇往直前的理想。

(九) 有適當的休息和運動，能實踐一切合於衛生的生活。

(十) 避免慌忙和興奮習慣的養成。

(十一) 愛好遊戲，也愛好工作。

續十二歲以下的：

(十二) 對朋友、娛樂、藝術具有真切而敏銳興趣。

(十三) 對個人環境的一切事物，有探求的好奇心，並能用實驗和觀察方法獲得滿足。

(十四) 集中注意於所從事的工作。

(十五) 以百折不回的精神獲取成功。

(十六) 設法克服困難，而不規避。

(十七) 發展想像和遊戲的創造力。

(十八) 誠實。

(十九) 不沉淪於不無端憂慮。

(二十) 有自信。

(二十一) 有自信。

(二十二) 有自信。

(二十三) 有自信。

(二十四) 有自信。

(二十五) 有自信。

(二十六) 有自信。

(二十七) 有自信。

(二十八) 有自信。

(二十九) 有自信。

(三十) 有自信。

(三十一) 有自信。

(三十二) 有自信。

(三十三) 有自信。

(三十四) 有自信。

(三十五) 有自信。

(三十六) 有自信。

(三十七) 有自信。

(三十八) 有自信。

前的理想。  
(九) 有適當的休息和運動，能實踐一切合於衛生的生活。

(十) 避免慌忙和興奮習慣的養成。

(十一) 愛好遊戲，也愛好工作。

(十二) 對朋友、娛樂、藝術具有真切而敏銳興趣。

(十三) 對個人環境的一切事物，有探求的好奇心，並能用實驗和觀察方法，獲得滿足。

(十四) 集中注意於所從事的工作。

(十五) 以百折不回的精神獲取成功。

(十六) 設法克服困難，而不規避。

(十七) 發展想像和遊戲的創造力。

(十八) 誠實。

(十九) 不沉淪於不無端憂慮。

(二十) 有自信。

(二十一) 有自信。

(二十二) 有自信。

(二十三) 有自信。

(二十四) 有自信。

(二十五) 有自信。

(二十六) 有自信。

(二十七) 有自信。

(二十八) 有自信。

(二十九) 有自信。

(三十) 有自信。

(三十一) 有自信。

(三十二) 有自信。

(三十三) 有自信。

(三十四) 有自信。

(三十五) 有自信。

(三十六) 有自信。

(三十七) 有自信。

(三十八) 有自信。

(三十九) 有自信。

但都是合乎常態的，應用於第一類兒童的基本指導。以上所述健全人格之標準，是根據兒童發展之實際，雖不一定包羅無遺，但都是合乎常態的，應用於第一類兒童的基本指導。



# 怎樣處理拒食蔬菜的兒童？

程法泌

許多兒童，有挑食的習慣，喜歡吃這樣，不喜歡吃那樣，不知增加了父母們多少麻煩。其中不少的竟拒食蔬菜；有的不吃某種蔬菜，例如不吃芹菜或不吃韭菜——這種例子我們常見到的；有的不吃各種綠菜，吃飯時，看見一片菜葉，都要把它丟到碗外——這種例子，也是時有發現的。兒童為什麼會拒食蔬菜呢？拒食蔬菜對於健康有什麼影響呢？怎樣預防兒童拒食蔬菜呢？怎樣矯正兒童拒食蔬菜的習慣呢？這些都是值得研究的問題。

## 一、兒童為什麼會拒食蔬菜？

一種壞習慣的形成，常由於種種不同的原因。兒童拒食蔬菜，也是這樣。有的因為希望更好的食物，有的因為胃口不良……原因各不相同，須作個別的研究。綜括起來說，大約有下列幾種：

1. 由於不習慣於蔬菜的特殊氣息——每種蔬菜，都有一種特殊的氣味。例如韭菜、青辣椒，其他各種蔬菜，都多少帶些青草，藥料或泥土的氣味。兒童初吃的時候，往往不慣。正像下江人初來四川吃地瓜，覺得有一股生薑的氣味，因而難以下嚥。其實，人們對於嗅和味，是很容易「消極適應」的，我們吃過幾次地瓜，就不覺生薑氣味的難聞，反而津津有味了。假如兒童在初食蔬菜時，因為嫌氣味不好而拒食，以後再見，也不肯輕易嘗試。這樣下去，自然無從發生「消極適應」的作用，因而形成了拒食蔬菜的習慣。

2. 由於蔬菜不便吞食——小兒兒童，在牙齒尚未長全的時候，就開始吃菜吃飯，因此他們沒有養成咀嚼的習慣；對於任何食物，總是吞嚥下去。蔬菜裏面很多纖維，如果選得不嚴，其中常有過老的纖維，如果切得不碎，其中常常夾有很長的纖維。兒童吞食時，往往不能一口吞下，弄得一半已進食道，一半尚在口邊，嚥也嚥不下，吐也吐不出，只好用手拉出來。這樣的情形，使咽喉發生一種怪難受的感覺。這種「怪難受的感覺」，和「蔬菜」一「聯絡」起來，他們便嫌惡蔬菜了。

3. 由於兒童的胃口不佳——有許多兒童，身體不好，消化不良，因而沒有旺盛的食慾。有的還有不良的習慣，往往在吃飯以前，吃了許多糖果，等到菜飯當前，便覺淡然無味。因而只想挑一點好吃的菜吃、魚呀、肉呀，便成為他們追逐的目標。一般的家庭，對於蔬菜的烹調，又往往不及對魚肉的重視。不是洗滌不淨，以致菜根中夾有沙礫，就是隨便加點油鹽，馬虎了事。這種粗製濫造的食品，自難刺激兒童的食慾。

4. 由於做效成人的榜樣——兒童是善於模倣的，如果家庭中有人對於某些食物拒絕不吃，自難希望兒童去吃桌上的每一種食物。何況許多父母，本身就具有挑食的習慣；他們在買菜的時候，便表示意見，要買這樣，不要買那樣；在吃菜的時候，更大聲批評，這樣好吃，那樣不好吃。他們的選擇和批評，往往只以滋味的優劣為根據，而不以營養的豐富做標準。在沒有錢打牙祭的時候，吃一餐蔬菜，好像委屈萬分，滿肚皮的牢騷，常不免流露出來。

來。在這樣的環境之中，在這樣的薰陶之下，質佳而味劣的蔬菜自然要遭輕視的。

由於事實更將食物上成人對於食物評價，既重口味，又重營養。兒童受了成人的暗示，也就知道那些菜是所謂好的，那些菜是所謂差的。吃飯時，他們總是先儘好菜吃，而把認為差的蔬菜推於一旁。等到好菜吃完了，他們才吃白菜、不熟蔬菜。父母看這種情形，往往加給他一些好菜。這樣便使他在不知覺中，學會了以拒食蔬菜作為要求更好的食物的一種手段。有些父母，看到孩子因為沒有蔬菜，而不肯吃飯或是吃不飽飯，便連忙在第二天，塗製好菜。這是一種錯誤，會使兒童養成拒食蔬菜的習慣。對於他自己也是絕對有利，因而不願放棄。

由於兒童對於蔬菜有一種不正確的認識，有些兒童對於他的父母持他，不接待他的兄弟姊妹。在這種情形下，他會感到極大的痛苦。假使有一次，他在吃飽飯後，發現有一塊肉，便會以為姊姊在傾飯時，都多分到一些好菜；假使又有一次，他發現弟弟因為生病而多吃一些特殊的食物，便會以為弟弟每天的食物，都比他的豐富。因此當他看到菜盤裏的蔬菜時，不由地猜疑他的

兄弟姊妹的菜碗中，有的却是好的食物。在無可奈何之中，他使以拒食蔬菜，作為對於不公平待遇的一種抗議。這種心理不除，他自然總是拒食蔬菜了。

上述幾種原因，有時單獨發生作用，有時聯合發生作用，在食蔬菜的習慣，因而形成了。

### 二、兒童拒食蔬菜對於健康有什麼影響

我們知道食物功用，計有三種：一種是供給我們的精力或能力，使我們勝任每天的工作；一種是幫助我們身體的生理平衡，使我們身體是健康的；一種是保護我們的身體，使我們能抵抗疾病的力。蔬菜含有各種的維生素，所以具有後面的兩種作用。

維生素A——維生素A，含有許多種的甲種維生素。它能使我們的皮膚，具有促進發育和保護上皮膚系統的作用。兒童如果缺乏這種維生素，身體的發育就會遲緩或停止，上皮膚系統也易受細菌的侵襲。什麼發癢乾眼，皮膚潰爛，肺炎和癆菌一類的疾病，就不免要接踵而至了。

表一 八兩食部中 甲素的含量

品名	甲素(國際單位)
魚肝油	74750
藍菜	49000
菠菜	25750
莧菜	25000
肝菜	17500
白菜	15900
白蘿蔔	11875
黃豆	9175
米	7750
雞蛋	5750
牛油	5250
葡萄	5250
薯	4250
米	3800
豆	1775
米	1500
椒	1400
柿	500
瓜	500

煮熟

2. 丙種維生素——蔬菜中又含有多量的丙種維生素（參見表三），兒童如果缺乏這種維生素，毛細管壁，就脆得容易破裂，胃之皮下、肌肉、骨質、關節、牙齦、腸內等處，常常流血。骨質裏的鈣，也會因丙素的不足，而不能保留，以致骨質變薄，發生長骨折斷，筋骨變曲的現象。上次歐戰期中，倫敦的醫院發現，便數目大增，後來丙素增加，這個數目纔減少下來。

表二：八兩食品中丙素的含量

品名	丙素(公絲)
沙田柚汁	337.5
廣柑汁	140.0
青辣椒	152.4
綠莧菜	174.5
蒜	132.5
豌豆苗	130.0
辣菜	123.7
苞菜	110.7
洋芋	78.7
小白菜	67.7
白蘿蔔	59.5
藕	59.5
菠菜	56.0
西紅柿	54.5
韭菜	48.5
青豌豆	45.7

註：上列蔬菜中丙素的含量皆為經過炒1-5分鐘的結果。

3. 庚種維生素——有許多蔬菜中，含有多量的庚種維生素（參見表三）。這是抵抗癩皮症的，也有促進發育的功用。兒童如果缺乏這種維生素，身體表面的露出部分，就會呈現紅斑，並且腸胃紊亂，肌肉無力，不能勝任勞力的工作。

表三：八兩食品中庚素的含量

品名	庚素(謝氏單位)
烤牛肝	2750
黃豆	2175
青蔥	700
花生米	500
雞蛋黃	476
甘藍菜	400
芥菜	350
全雞蛋	300
烤瘦牛肉	274
瘦牛肉	248
鮮豌豆	236
菠菜	224
西紅柿	44

+ 煮熟

4. 鈣——鈣質是構成骨路牙齒的主要物質。歐美兒童，身體給（參見表四）。蔬菜之中，除了蔬菜的利用率甚低以外，其他

酪素在百分之九十以上。

表四：公兩食品中  
鈣質的含量

品名	鈣 (公分)
紫菜	2.288
紅苜菜	1.160
蕪荳菜	0.890
金花菜	0.737
扁豆	0.693
太古菜	0.625
榨菜	0.560
小白菜	0.353
鮮牛乳	0.305
塘鯉魚	0.272
小花生	0.172
豬血	0.172
鮮豌豆	0.095
糙米	0.080
黃瓜	0.077
白米	0.045
洋芋	0.032
豬牛肉	0.015

5. 鐵——鐵是造成血色素的主要成分，也是其他組織細胞中  
的成份之一種。所以鐵和兒童的生長發育，有重大的關係。人乳  
或牛乳之中，鐵的含量過低，不足以維持嬰兒的需要，所以久食

是蛋黃，肝以及有色蔬菜。(參見表五)

表五：公兩食品中  
鐵質的含量

品名	鐵 (公分)
紫菜	0.4580
黃花菜	0.0697
蕪荳菜	0.0605
紅苜菜	0.0587
菠菜	0.0487
開陽	0.0328
黃豆	0.0255
蛋黃	0.0175
羊肝	0.0155
櫻桃	0.0147
綠菜	0.0115
小白菜	0.0099
牛肉	0.0080
豆腐	0.0055
扁豆	0.0052
整麥	0.0052
南瓜	0.0028
鮮牛乳	0.0002

註：本節所引各表，均採  
自金寶善：學生營養  
衛生問題。

此外，蔬菜中又含有大量的纖維。纖維具有清腸利便的功用。  
兒童常食蔬菜，自然可以預防便秘。綜上所述，可知兒童拒食  
蔬菜，對於健康，會有種種不良的影響。

三、怎樣預防兒童拒食蔬菜？  
處理兒童拒食蔬菜，和應付生活中大多數的情境一樣，要

物較易。所以我們與其等到兒童已經拒食蔬菜以後，才去

使兒童即早受適當的訓練——嬰兒在第二個月時，就可使食百變湯。在第六個月時，就可使食蔬菜泥。蔬菜泥時，蔬菜的選用範圍，不防稍廣，只要經過過熱、蒸、煮、新碗、蒸、焗甜菜、高莖子，都可應用。在適量以後，就可喂以煮爛的南瓜、甜菜、花甘藍、以及白菜了。這種喂哺訓練，可使兒童對於任何蔬菜的氣息能夠即早順應，將來不致因嫌惡而拒食了。

2. 父母要以身作則——我們已經知道許兒童拒食蔬菜，是由於看到他的父母不吃的原故。所以做父母的，不能在孩子面前，對於對於食品的好惡，和表示嫌惡或愛好的態度。就如「弟弟，快來點，明天買魚給你吃」，「妹妹你與不與韭菜」，「寶寶，肉好吃」，一類的辭句，都有暗示兒童挑食的作用，萬兒童也說不。

3. 培養兒童的胃口——上面已經說過，胃口不好，是兒童拒食蔬菜的一種原因。所以培養兒童的胃口，也是預防中應有的努力。兒童胃口不好，原因很多，或因睡眠不足，疲乏不堪，或因有肉在新鮮的空氣與日光中作適當的運動，或因有扁桃腺病和其他疾病，或因常吃零食和甜食。所以也應對症下藥，去分別設法培養兒童的胃口。

4. 吃飯時要造成愉快的空氣——實用心理學家克恩(George C. O'Neil)說得好：「菠菜，如在喜悅的情緒狀態下給兒童吃，即可成為快樂空氣的一部分，為兒童所喜悅」。所以進食的環境，應愉快而引人，進食的時間，應避免罵人貶辱。最重要的是我們對於家中所有的兒童，應有公平的待遇，分配食物，按各人的標準，不要有的給多，有的給少，有的給飽，有的給好，以

兒童在進食的時候，容易激動或憂鬱，或抑鬱的情緒，而影響進食的習慣和消化作用。

5. 注意蔬菜烹調的方法——蔬菜烹調的方法，應當注意改良，才能刺激兒童的食慾。例如：蔬菜中硬的纖維，應當俾咀嚼，菜蔬夾著的炒，必須完全洗淨。在兒童未有充足的牙齒去嚼食物以前，蔬菜要切得俱細；或是在煮過以後搗碎。尤須注意調味，或和其他有味道的品，混合做菜，使兒童在進食的時間，對之發生旺盛的食慾。

這許多預防的工作，做起來固然麻煩。但是為了孩子們的健康幸福，我們怎能忍受這些麻煩。

#### 四、怎樣矯正兒童拒食蔬菜的習慣？

如果一個兒童，已經有了拒食蔬菜的習慣，我們必須具有耐心和毅力，才能矯正這個毛病。從事矯正時，除了培養兒童的胃口，注意蒸調的方法，造成愉快的空氣，以及由父母以身作則幾點，也應當注意實行以外，還要注意下列幾點：

1. 請來醫生的檢查——我們要矯正兒童拒食習慣時，首先應帶他到醫院去受醫生的檢查，確定兒童的身體情形是否良好。如有疾病，即應療；如有缺點，即應矯正。如果檢查的結果，證明兒童毫無毛病，我們才可以用強制的方法，訓練兒童去吃並享受所分給他的食物。

2. 灌輸營養的知識——縱然兒童很小，也可以向他灌輸營養的知識。很小的兒童，不是就知道那些菜好，那些菜差了嗎，不過都是以滋味的優劣為根據的。假如我們在新定食物的時候，物以善美為價值為標準，那末兒童也就能學習了如何正確地辨別能食的好壞。這兒童美善色彩的臉孔，我們可以用這辦法，吃了鹹的

多的菠菜，臉孔就緋紅了。當兒童弄潔整潔的牙齒時，我們可以告訴他，吃了含鈣多的紫菜，牙齒就整齊了。當兒童感受便秘的痛苦或鼻孔出血的恐怖……的時候，我們可以告訴他多吃蔬菜，就會好的。受了這樣不斷的啟發，兒童自會獲得營養的知識。有了營養的知識，兒童對於矯正自己的拒食蔬菜的習慣，就有自發的動機了。

3. 給予模倣的機會——兒童不但喜歡模倣成人，並且喜歡模倣別人的兒童。為了要矯正兒童拒食蔬菜的習慣，我們可以供給機會，讓他和別的兒童共同進食，或是特許他參加成人的會餐。這些兒童和成人，都要在兒童面前津津有味地進食蔬菜。兒童驟臨這樣的新情境，總要模倣別人，不敢肆其舊有的作風。他或許可由社會的模倣，而試嘗蔬菜。當他從細嚼慢嚥之中，發現了菜根的益苦，而不像他的想像中那樣難吃時，便會自動破除這個習慣了。

4. 實施強制的訓練——如果兒童不能自動改正拒食蔬菜的習慣，我們對他應用強制訓練的方法。就是在進食時，將他不喜歡吃的蔬菜，分配給他；不過分配的分量要少些，並且和他喜愛的

食物，混和在一起。分派時，不加解說，對於他的抗議，也置若罔聞。如果他不吃，絕對不要再給他其他的食物。頑強的兒童，也許會因之稍受飢餓，不過這不會有多大的損害。幾次以後，他是必然就範的。

5. 實施適當的補救——在兒童拒食蔬菜的習慣，尚未矯正以前，我們要設法供給他所缺少的維生素和礦物質，以免其營養不良。調製蔬菜時，葉子和皮肉的礦物質，多被湯水吸收，要兒童吸食菜湯，就是補救之一道。他如魚肝油裏含有豐富的甲素，廣柑裏含有豐富的丙素，烤牛肝裏含有豐富的庚素，牛奶裏含有豐富的鈣質，豬血裏含有豐富的鐵質，以之替代，效果更好。不過我們暫時不必讓兒童知道這些是用來代替蔬菜的。

在採用上述各種方法去矯正兒童拒食蔬菜的習慣時，有一個重要的條件，就是我們必須建立起，兒童對於自己的信仰和情感。有了信仰，我們的說話，才能博得兒童的聽從，有了情感，我們的措施，才能獲得兒童的信賴。只有在深厚的教育愛的氣氛中，兒童才願意同我們合作去改正一個習慣。

## 論兒童讀物及其建設之路

陳伯吹

記得去年的兒童節，兒童福利委員會得兒童節籌備機關，都曾在開會時討論到讀物的價值。也還談到精神糧食的供應，無疑的，這是兒童的福音。還記得去年王平陵先生在「文藝先鋒」四卷五期發表了一篇「新時代的兒童文學」(接連「新報」八月十七日先

日)趙超構先生又在「書和人」的題目中寫了一篇「談兒童讀物」其他未曾寫過的類似的篇什，一年以來，想必一定很多，這是一個可喜的現象，大家在抗建建國的過程中，仍然不忘了國家的似可緩而實不容緩的基本問題。早在抗戰以前，京滬一帶的報紙上已不止一次登載着這問題

驚人的新聞——某術兒童三人，因閱讀武俠小說入迷，竟於，黎明時分，結伴離家，意欲前往峨嵋山學道，幸為警察發覺攔阻，分送各家長嚴加管束云云。然而迄今為止，時逾十載，孩子們依然徘徊街頭巷尾，翻看破爛的「騰雲駕霧，口鼻吐劍」的武俠連環圖畫故事。所以，不該兒童福利則已；否則，物質與精神的供養，必須雙方兼顧，才能做到兒童福利事業的最低限度的改善條件。

因此，我願意不揣淺陋地寫出我的管見，作為窮蹙之資，敬求批評指教，也是拋磚引玉的意思。不過一談到兒童讀物，問題也實在多，牽涉也相當大，為限於篇幅起見，只能提出有關寫作方面的，以及怎樣建設方面的問題來談談。

(一) 鳥言獸語的問題：還記得「中華兒童教育社」在上海舉行第二屆年會的時候，因為尚仲衣先生的一次講演，這個問題便掀起一場論戰，在「不可」與「可」的雙方，各具理由，但是誰也不能壓倒誰，因為在中國對於兒童讀物研究還沒有從實驗上獲取具體的報告，因此誰的理由都沒有真憑實據，問題依然成為問題，沒有結論。不過依據兒童心理來說，凡不違反自然現象而合乎情理的象徵的說法，不啻是一種明確的暗喻，除了實際意義以外，還附麗着濃厚的奇趣，所以童話，寓言中時有的「擬人」的寫法，不僅有其藝術上的價值，更另有其兒童心理轉語文的價值。換一句話說，鳥言獸語於兒童讀物是不成問題的，（尤其是年幼的兒童）。誠如趙超構先生所說：「像電影上的米老鼠，對於兒童有什麼壞處？」這就是貓狗說話，雞鴨跳舞，也壞不了兒童的心——鳥言獸語，蟲聲唧唧，在事實上確也不僅是一種聲譽而已。雖然兒童讀物須含有教育的作用，然而這也僅止於除了文學欣賞以外的另一部分，決非全部的，並且這還需要化學的，而不單是物理的配合，正如喝橘子汁而吃不到橘子，吃冰淇淋而嘗不到

酥統的牛奶或雞蛋的味兒一樣，與其硬生生地塞進道德教訓去，這反兒童的願望，甚至引起反感，毋寧給與更多的閱讀興趣。把十來歲的兒童，教成一個成人，這少年老成的教育政策，是絕對錯誤的。在生物學上的解釋，愈是高等動物，兒童期愈長，所以愈要討好，火氣難似的逼着他們早熟，愈是殺害他們的健康。愛爾兒 (Einhorn) 的作者盧騷，曾經這樣說過：「教育兒童要預留時間」的話，所以經濟的功利的私心，不僅推遲了兒童的幸福，也傷損了國家的命脈。在英國的家庭和學校裏，不聞有拒讀「阿麗思漫遊奇境記」，以及似亦有一點兒荒誕的「金河王 (King of the Golden River)」和「水孩子 (Water Babies)」。在美國奇書 (Wonder Book) 是一本永遠暢銷的書，L. F. Baum 的綠野仙蹤 (The Wizard of Oz)，且攝製成影片，到處放映。蘇聯在這一大大戰以前，普式庚 (A. S. Pushkin) 的一些童話：如「小金雞 (The Golden Cockerel)」，「漁夫與魚的故事 (The Story of the Fisherman and the Fish)」等等，都已重新被大量地印行。至於格林 (Grimm) 兄弟，安徒生 (Andersen)，豪福 (Häuff) 等童話作家的童話，始終被認為世界兒童文學的名著。時間是無情的法官，他們已經被宣判為不朽的傑作了。說不定歐美科學的發明，也還得力於兒童時代的這些富於想像的兒童文學的欣賞，這豈僅是兒童的恩物而已。童話和寓言（有一部分神話 (Myth) 也可以），並不因為鳥言獸語的內容而減損其閱讀的價值，正因為適合於兒童心理而顯示其語文的效用。在美國，關於一切兒童讀物的介紹，批評，以及寫作的理論，編述的方法，閱讀的趣味和量表等等，都經過不斷地實驗而完成了；如果中國也能夠這樣做，這個問題就能迎刃而解了；並且又有了科學上的根據，不致眾說紛紛，莫衷一是了。

(待續)





# 大豆粉的营养價值

李植人譯

## (一) 一件經濟上社會上最重要的事件

營養缺乏的情形蔓延了全世界，政府負責人說在美國有超過三分之一的人口是吃不飽的，超過一半的人口是營養不足的，普通說來食物裏面比較缺乏的是蛋白質、油質和維他命，這是因為這些東西是食物中最昂貴的成分的緣故。

關於這種可口而不易腐壞的大豆粉 (Soya Flour) 的介紹，當然得認爲是這個時代中經濟上社會上最重要的事件了，這種豆粉含有高等質地的蛋白質、油質、鹽維他命與熱力，同時豆粉極易於種植，能夠有效的用來消滅營養不足的現象。

下面的顯著事是從美國貝雷 (Bailey) 關平 (Capon) 雷克勒克 (Leclerc) 在美國農林部食物研究部門出版的一篇論文中摘錄下來的。

豆粉與二十九種最普通的食料的平均價格比較，可說是一種價格最廉宜的食料。

熱力——從他種食料中產生的熱力比較從豆粉中產生的熱力，平均價格要多八倍。

蛋白質——從他種食料中取得的蛋白質比較從豆粉中取得的蛋白質，平均價格要多三十三倍。

油質——從他種食料中取得的油質比較從豆粉中取得的油質，平均價格要多三十倍。

含鐵物質的鹽(灰)——從他種食料中取得的鹽比較從豆粉中質

取得的鹽平均價格要多十四倍。  
下面的表足質比較豆粉與其他普通食料所需價格。

豆粉與其他食物價格比較表

種類	每加路里 熱力價值	每百格姆的 蛋白質	價值 油質	灰
豆粉	\$0.28	0.03	0.06	0.28
炙牛肉片	2.99	0.26	0.52	5.00
小牛肉片	6.12	0.48	1.24	8.55
雞蛋	2.51	0.27	0.38	4.00
牛奶	2.01	0.42	0.35	2.00
牛油	0.86	6.80	0.08	2.27
乳酪	1.12	0.17	0.14	1.50
香魚子	2.27	1.59	3.67	2.75
桔	2.08	1.38	5.50	2.20
白麵粉	0.30	0.10	0.91	2.24
米	0.37	0.16	4.32	3.25
馬鈴薯	0.87	0.32	7.00	0.70

(以下待續)

# 託兒所經營法

唐現之譯

為幼小兒童設置白天的保育場所，乃是公立學校當局和其他地方當局的責任。因為整個國家都正在努力從事戰爭的時候，很需要各學校對於社會有多的幫助，同時又因為兒童都需要公立學校為他們服務，這一種責任可由公立學校單獨負責起來，也可以與其他福利的和保健的機關聯合起來負擔。

一、設置原因——目前幼兒保育之所以需要，是因為：

1. 婦女從事戰時生產，愈來愈多，以便婦女能整日地安心工作。

2. 男子要做夜工，須使他白天能在家裏有安靜的環境以便睡眠。

3. 人口遷移到防護區域，人烟稠密，以致其環境很不適於幼兒們。

4. 選拔男工到較遠的地方服役，同時又全日的或半日的雇用女工，因此幼兒們很需要安定的環境，以代替家庭的不安。

所有這種種的情形，都可以對於兒童發生健康的，情感的，社會的妨礙，他們的飲食沒有常規，既沒經過好好的選擇，又沒有好好的準備，他們因為母親去上工，他們的安定給剝奪了，他們感覺到沒有母親的安慰和體貼。他們的生活會弄到零亂而無條理，他們會感覺到無依無靠，以致不能發展一種自主的性情 (Independent Character)，在這種不安定的環境裏面，給兒童玩耍的地方，常常是不適當的，對於幼童遊戲的指導是沒有的。

，即許有，也很少。兒童們這些需要是教育當局設置幼童託兒所的主要理由。其他機關可以用家庭等養育方法來滿足這種需要。

二、設所宗旨——教育當局設置託兒所的宗旨：

1. 供應一種安全的，健康的，快樂的，適當的環境給幼兒們，俾他們可以在裏面共同地生長和學習。

2. 藉左列兩種方法去幫助父母們和兒童們保持其親子間密切的關係。

a. 在許可到所的時間內，父母們可以在所內幫忙，同教師談話，以及觀察兒童。

b. 教師到兒童家裏去拜訪他們的父母，歡迎他們來所參觀。

3. 幫助戰時勞工，維持家庭道德是對於整個戰時的工作的大貢獻。

有的地方很需要晚間保育幼童，以及日夜保育二歲以下的兒童，教育當局正在共同設法以期適應這種需要，可是這一種的設施，並非公立學校的責任，同時希望勿在婦女做夜工，或不備有

幼兒的做夜工，維持家庭團聚和家庭的遺傳，是達到戰爭勝利的要素。

三、入所辦法：

地方教育當局設置託兒所，其目的乃在為戰時工作的母親服務。(待續)

## 徵文簡約

- 一、本刊旨在研究推動兒童福利工作，歡迎從事兒童福利之研究者及工作者撰作稿件，舉凡理論闡發、工作報告、研究心得及國外名著譯述介紹，均樂於刊載。
- 二、本稿請用稿紙或十行紙，繕寫清晰，加註標點，以減少排印之困難。
- 三、所附圖表，宜越少越好，因為戰時印刷條件所限，不易印出，每篇字數最好不超出五千以上。
- 四、譯述請註明原作名稱，若能將原文附寄，當負責奉還。
- 五、稿內有英文字時，請用正寫，以免錯誤。
- 六、來稿如須退還時當附足郵票。
- 七、本刊對於來稿有修改權。
- 八、來稿請註明真實姓名及通訊地址。
- 九、稿件經發表後版權即為本刊所有。
- 十、稿費每千字三百至五百元，發表後即寄奉。
- 十一、來稿請掛號寄交四川北碚盧溝橋路一號「中國兒童福利協會出版組」

## 兒童福利月刊第一卷第六期

民國三十四年十一月四日出版

編輯者

馬容

談

發行人

謝徵

孚

發行處

四川省北碚盧溝橋路一號  
中國兒童福利協會出版組

經售處

各大書局

印刷者

四川北碚北溫泉公園  
私立北泉圖書館印行部人文印刷所

### 價目表

每期零售六十元。  
預定全年十期五百元。  
普通郵寄不另收費。  
掛號或航掛郵費照加。  
廣告費全面壹萬元。