



做媽媽的都希望她的孩子過着安逸輕鬆的日子，而不希望他有緊張害怕的經驗，以致影響到他的未來生活吧！這篇雖是，一位有兩個孩子的外國母親的經驗報告，但是還是值得我們參考的，現在摘譯於後，出去時與孩子說聲「再見」吧！

當你換好衣服，或提起菜籃時，孩子哭着來找你，伸出小手來要你牽着他一同走。孩子纏着你哭呀，鬧呀，拖呀，甚至你生一場氣，孩子挨一頓打，你脫身走了！或者家人對你說：「我來騙他吧！你就快快的，偷偷的，溜走了！」可是，等他一會兒，孩子一但發現媽媽不在，一定萬分恐慌，情緒緊張，不知所措而大哭大鬧，這種精神上的刺激與印像的深刻是無法消除的。因為他所知道的是媽媽一轉眼就不見了，他不能了解為什麼媽媽走了呢？到那裡去了？什麼時候可以回來？能不能回來？這些都使他感覺空虛而不安，所以等下次再要離開時，他抱的更緊，哭的更厲害了。這種恐懼害怕媽媽離開的心理，一年之後甚至長大，都一直留在小腦子裡。

我的第一個孩子就和上述

的情形一樣，交給祖父母去看管，而我確實偷偷地跑走了。

當他長大我能與他出去時，我才發覺他是一個最不合群，而怕羞的孩子。在人多的地方，我走一步，他跟一步，怕我離開他。雖然有別的孩子在，齊玩，他也不敢放心而盡情地快快樂樂的去和他們玩，令我想起許多已經在社會上做事的青年們，總是吞吞吐吐，猶豫不絕，不敢有所表現，這些多少總與他幼小時的教育有關吧？

到了我的女兒出生時，我決定改變了教養孩子的方法。未滿一歲以前，我每次要離開她時，總對她說我要到那裡去，何時回來，而且一定說聲：「再見！」她年紀雖然太小，不懂這意思，但教育她的基礎從此開始。

記得孩子稍大能了解時，有一次我對孩子說：

「什麼！」她驚訝的說，「我從來沒聽過這樣的。」她知道我離開了，哭的很傷心，和我第一兒子發覺我像走後哭得一樣的傷心。可是我回來時，母親却說當我出了大門之後，她就不哭了，而且很高興的玩起來了。

我出去時從不約束買東西回來送她。但偶然也買一兩樣玩具給她高興一下。如今兩歲了，已經習慣了，我出去或離開時，她一點也不在乎了，每次當我說：「再見，我走了！」

「再見！」她也一邊很自然的回答一邊玩着。有時我上街時，請別人暫代看管一下時，她一點也不會感覺不安，因為她沒有感到被丟棄，知道我會回來的。現在當我看見媽媽們用玩具騙她的孩子，趁他不注意時，偷偷的走開，留着孩子在後面哭，沒有一句話告訴他，或安慰他時，我就想告訴這位媽媽：「對你的孩子說一聲『再見吧！』」，對她說明你何時可以回來。他會慢慢的信任你的，那麼他在這短時間的分離裡，就不致感覺不安的！

李子醬

李子的營養價值很高，含蛋白質，礦物鹽以及維生素等很多，其中除內種維生素外都比較豐富。如在李子豐收時做成果醬，留到李子季節已過的時候食用，那是非常經濟而營養的。李子醬酸甜可口，而顏色紅得像琥珀一樣的可愛。這種果醬可夾在餅乾，或包在饅頭裡做點心吃，也可以和些冷開水做解渴的飲料。如你做一些放在玻璃瓶中，這一定是你家人最歡迎的一種食物，現將做法供給主婦們參考！

材料：李子一斤，白糖一斤半（如要較甜的可用十二兩至二斤）

- ①選熟透完好沒有酸味的李子，洗淨放在鍋裡，加與果面平的冷水，用猛火煮到果子爛熟。
- ②用木匙或手撈壓，使果核與果肉脫離。
- ③將果肉放回鍋中加糖，用慢火煮乾，煮時要隨時攪動，以免燒焦變苦而影響果醬品質。
- ④在除果核時將已洗淨的大口玻璃瓶及木塞用水煮開，趁熱取出倒置桌上待乾。
- ⑤果醬煮乾後就裝入晾乾沒有水汽的瓶中，裝滿塞緊，如要保存時期較長，可將已塞好的瓶口，在已溶的蠟（白蠟燭即可）蘸一下那麼就可保存半年不壞了。



家庭常識

食品之鑑別與處理法

- 一、大豆

最好的是豆粒硬大而飽滿，每粒大小均勻，並具其特有光澤者。

淡紅色，無光澤，有缺口或蟲蛀，豆粒不飽滿而有小皺紋的都為不良品。

煮豆時，起初用小火，逐漸增強，至煮開後，又把火慢慢減少，用慢火煮熟。如此可節省燃料，而煮好的豆子又嫩又香，味美可口。
- 二、麵粉

色白，粉細，而乾燥者是良品。潮濕或有粘性者是不良品。油炸用的，如炸蝦用的麵粉，舊的比新的好，因為舊的粘性小，容易炸的鬆。（編者按：如炸蝦的麵粉中加發粉少許則鬆而脆。）

做麵條，饅頭等用新麵粉味道好。保存於潮濕地方的麵粉，有粘性或酸味，就是變為不良品了，吃了有時候會瀉肚的。