

母婴互动：Beatrice Beebe 的研究——视频中文字幕文本

翻译：张梅 校对：王旭

【音乐】

BEATRICE BEEBE: 我们试图了解婴儿的非口头语言，它有很多组成部分。情绪，可以是面部表情，面部情绪或声音情感。我们也研究定向。也许最重要的是注意力，这肯定是你关注并和宝宝玩耍时，最开始注意的地方 - 宝宝是否参与其中？

（柔和的）你好！你好！是啊！是的，那真令人兴奋！是啊！

发言者 1:（柔和的）嗨！

【宝宝咯咯咯】

BEATRICE BEEBE: 我们所有人际关系的根源就在于母婴沟通。它创造了一条轨迹，婴儿 - 母亲，婴儿 - 父亲的沟通，这为（人际关系的）发展奠定了基础。这并不意味着你不能够改变它，也不意味着其他事情不会改变它。

这不是线性轨迹，但它是一个非常强大的、形成性的发展轨迹。我认为这正是每个人都会对此着迷的原因之一。

人类沟通（的过程）如此之快。我们知道发生了一些事情，我们知道它是什么，我们知道我们受到了它的影响。但它太快了，而且很多是出于意识之外，如果不通过录像回顾的优势你根本无法回过头去真正了解它。

BEATRICE BEEBE: 对我来说，微观分析是一种分析沟通的方式。这是一种计时方式，可以看到每个人的每一小行为的起始和偏移量。最终的目标是一个人的行为流如何影响另一个人，反之亦然？

RACHEL ALTSTEIN: Beatrice 的研究向我们说明了一些对我们所有人都非常直观的事实。这是我们无论如何都有所了解的。我想，实际上 - 人们对彼此作出反应，且表现出来，这很重要。而且我认为在任何关系中我们都可能感到这是真的。

但是要以她拥有的最精微的方式 - 非常微观，但同时又如此微妙，细致入微的方式表达它。我认为这可以帮助我们注意到我们是如何相互影响彼此的。这是个很简练的想法。它是非常简练的想法。但是你可以感觉到它对于父母拥有孩子，分析师治疗患者以及人们相互对待彼此是多么的重要。

【宝宝咯咯咯】

噢噢噢

AMY MARGOLIS: 正是这一为期四个月的面对面互动的录像带定义了她工作中的典型事件，借此她可以使用微观分析方法逐秒或逐帧的观察并分析这位母亲和她的婴儿以及他们自身的行为，或他们如何影响彼此的行为。这是一种非常出色的方法，用于理解这些在两个人之间发生的微妙的、不可察觉的，意识之外的行为。

BEATRICE BEEBE: 面部镜映 - 例如 - 每个人的脸部都朝着相同的情感方向前进, 使得增量越来越开放, 越来越多的微笑, 越来越多的抬头, 变成最美丽、最光彩、张开嘴的微笑 我们称之为咧嘴笑 - 如果你把它放入逐帧的分析中, 你会突然明白一些关于母亲和婴儿的力量和极好的事情, 他们非常非常地相爱。

发言者 5: 好吗?

【婴儿低吟】

是的, 我们抓住你了

BEATRICE BEEBE: 什么是微观分析? 它最初是一种识别活动、编码活动的方法 - 也就是说, 张嘴的程度是多少 - 一, 二, 三, 四? 什么程度的微笑? 一, 二, 三吗?

头部朝向的程度是多少? 在这里, 这里, 这里? 还有, 运动的类型和运动的时间是什么?

所以你现在正在寻找变化, 你停止播放, 并且问, 时间是怎么样的? 变化, 变化, 变化。现在, 你想要变化的精细程度, 对吧?

你知道每秒有 30 帧 - 很多数字视频每秒有 30 帧, 而其他的一些数字视频每秒有 60 帧 --

【宝宝咯咯咯】

发言者 6: 哦

BEATRICE BEEBE: 在一秒钟内, 脸部可能会发生很多很多很多次变化。

【咀嚼的声音】

这些事情可能发生得如此之快, 以至于难以想象。

【哗哗】

你可以开始和他玩耍, 就当我不在场。

发言者 1: 好的。

BEATRICE BEEBE: 你玩上 10 分钟。

那么实验室的设置是什么? 墙上有两个摄像头。一个拍摄母亲的脸, 一个拍摄婴儿的脸。它将生成一个分屏视图。你会看到母亲和婴儿并排显示, 但你必须记住, 他们真的是面对面的。

我们研究 2 分半钟不间断的面对面的玩耍的录像。给母亲的指示是和你的宝宝像在家里一样玩耍。只有一点请注意, 不要有玩具。

当陪伴我们的人看别处时, 我们都有不同的反应。

发言者 7: 嗯?

【宝宝低吟】

你什么时候亲亲我？

【亲亲】

【宝宝咯咯叫】

【亲亲】

BEATRICE BEEBE: 如果宝宝正在寻找、并且回应和玩耍，那对母亲来说会更有趣。

【打喷嚏声】

【宝宝打喷嚏】

发言者 7: 祝你健康！祝你健康！

BEATRICE BEEBE: 所以，当宝宝看向别处时，母亲的感觉如何？

【歌声】

这实际上取决于她自己的历史，她自己的安全感以及她自己的养育过程 - 所有这些都在于觉察之外。如果她对自己的历史感到非常安全，那么当她的宝宝看向别处时，她也会觉得非常安全，觉得这不是什么大不了的事儿。而且她知道她的宝贝会回来。

BEATRICE BEEBE: 所以这个理念是首先看你和宝宝，并告诉我你认为感受到了什么，以及你认为宝宝的感受是怎样的。宝宝如何影响你，你是如何影响宝宝的？然后我们会看着我和宝宝。而且我会告诉你我的想法我的感受，以及我认为宝宝的感受 - 我如何影响宝宝 -

AMY MARGOLIS: 我们从 Beatrice 的工作中得知的是，宝宝四月大的数据能预测了一年的依恋。当她分析了四个月大的数据中的所有模态 - 面部情感，语音情感，头部朝向，凝视，自我触摸，母亲触摸 - 在所有这些模态中，她可以将四个月大的 2 分半钟录像编码，这将预测一年的依恋模式。

【宝宝低吟】

发言者 2: (唱歌) 嗨，嗨。

BEATRICE BEEBE: 在大多数研究中，母亲的视线在 85% 到 95% 至 97% 的时间内会在婴儿身上。因此，母亲是一个不断注视着陪伴者。而婴儿是发起和停止联结的人。

婴儿的视线离开是婴儿调节唤起水平的一个非常重要的方法。凝视的唤起作用明显。在宝宝看向别处前，他的心率已经上升了。一旦他看向别处，他的心率就会回落到基线。

BEATRICE BEEBE: 所以看别处是婴儿需要做的事情，并且对婴儿自身的社交功能具有重要作用。

【宝宝低吟】

发言者 2: 你想要我的手挪开？噢

【宝宝咯咯叫】

你还好吗。

AMY MARGOLIS: 在 4 个月时, 这个 2 分半钟的面对面录像就可以预测一年的依恋关系, 说明了这种方法是多么的强大, 以及对此加以研究的重要性, 对吗? 因为即使从四个月起, 如果可以对母亲有些干预并学习到, 嗯, 你的宝宝是会把目光移开的。而当宝宝看别处时, 你不必感到沮丧。这对于母亲来说可能是一个非常强有力的信息。

BEATRICE BEEBE: 他有什么感受?

发言者 2: 嗯, 他不确定。

BEATRICE BEEBE: 是啊。是的, 试探性地转过身去。

发言者 2: 他不确定。

BEATRICE BEEBE: 是啊, 他在那里做什么。

发言者 2: 他想出来。

BEATRICE BEEBE: 是啊, 拱起来。

发言者 2: 他想出来。

BEATRICE BEEBE: 是啊, 是啊。

发言者 2: 尽快马上。

BEATRICE BEEBE: 是啊。

发言者 2: 他双手伸向他。

BEATRICE BEEBE: 嗯-嗯

所以由于母亲不那么安全, 并且甚至把婴儿移开视线体验为一种微抛弃或婴儿不想要她或不喜欢她的微时刻, 她可能会追寻婴儿。所以她可能会叫宝宝, 她可能拉宝宝的手, 她可能会追逐宝宝。追逐是我们使用的词汇, 当婴儿移开他的头 - 这样, 我来当婴儿, 好吗? 当婴儿移开头时, 母亲的头部和身体朝着婴儿移动的方向移动。

这是一种伪同步。这不是真正的同步。因为当宝宝移开时, 母亲越追反而越远。

然后你会看到这样的时刻, 婴儿会在这里低下头, 不再看她, 回到这, 她会再从另一边追逐婴儿, 并再次把婴儿推走。所以追逐的问题是它会把宝宝推开。它会干扰宝宝的唤起调节。

因此, 母亲的呼唤, 拉扯, 追逐的次数越多 - 有时候他们会试图强行将婴儿的头部转回来看她们, 因为她们真的可能感觉绝望, 真的, 绝望地想让婴儿回来。而且他们觉得宝宝可能不会回来, 除非她们迫使宝宝回来。然后, 她们追逐的越多, 婴儿就越被唤起, 婴儿调节他的唤起水平所需要的时间就越长, 婴儿回来之前的时间就越长。

所以这是一个非常适得其反的循环。母亲在那一刻需要做的事情非常反直觉, 但她需要坐下来等待。如果她可以等待, 放松和呼吸, 并相信她的宝宝会回来, 那么她的宝宝就会回来。

发言者 1：原来你在这儿！对！你在这儿！哦哦哦。嗨！

我知道你真的想坐起来。你真的想这样做。你真的想坐！你真的想坐！你就要坐起来啦！

我知道，诺亚万岁！诺亚万岁！

【与宝宝呼吸】

BEATRICE BEEBE：我希望展示一对在第一年末尾是安全型的配对的注视和看向别处的片段。

发言者 1：那是什么？

【婴儿咯咯叫】

BEATRICE BEEBE：这是一个非常精彩的时刻，热情洋溢的时刻。这是另一个时刻，你可以看到他们是多么可爱，以及他们之间的联系是多么亲密。但现在我要给你展示一个他们曾经有点挣扎的片段。

你将要看到的是母亲逼近婴儿脸部的瞬间。那么，什么是逼近？逼近是我们用来描述当母亲从垂直方向移动到正前方，直接逼近婴儿脸部时的一个词。

你将从这幅画面和旁边画面中看出母亲的逼近。从这里到这里。当她在她的画面中移近时，看看宝宝的脚张开了。如果你看着婴儿的这幅画面，你会看到婴儿的手挡了出去，他的头向上，双脚蹬出去，嘴巴收紧一点。所以你感觉宝宝有点紧张。

然后在这里，母亲眉毛抬起给婴儿一个美丽的笑容。[呼呼声]再一次，你可以看到宝宝的反应。他仍然看着她，他带着非常好的感兴趣的面容，但看起来他有点要从椅子上掉下来了。他就像，有点过度唤起了。像这样，一切都有点不稳定。

然后他看向别处。他闭上了眼睛。他把头转回到相对的位置。

但他闭上了眼睛 - 看到了吗？双手举起，有点像保护手势。而那一刻的妈妈就闭上了嘴，也许感觉到宝宝需要调节下来。

然后宝宝确实调节下来了。把头低下来，把那个姿势举起来。真的有点切断了，就像一个真正的“让我冷静下来”。母亲逐渐地 - 随着婴儿在每一个微小的时刻逐渐调低，她也慢慢收起了她的大大的笑容。

然后宝宝稍微抬起头。他还没开始看。并注意妈妈如何向后移动了一点。她有点直觉感觉，也许她应该稍微向后退一步。而且，如果你注意到，她的笑容也减少了一点。

在这里，婴儿将他的整个身体移回。而且妈妈冷静下来。然后他看着她了，就在这里。双手放下了，他开始看了。

他回来了，就在这里。他回来了。他重新有了目光接触。

妈妈实际上在等待。这是一个非常有趣的时刻。你看到她待在那里不动了么？这真是太棒了，真的，因为她正等着看看会发生什么，她在这给了宝宝一点空间。

然后他们俩一起微笑。我喜欢这一刻，因为他们在完全相同的时刻闪亮了起来。她的眉毛扬起来，妈妈又大大地微笑了起来。宝宝张着嘴巴笑容满面。

然后她开始调情。看看那种可爱的[呼呼声]那种逗弄的姿态。[呼呼声]他的头部运动跟她的完全一样。和她的一模一样。这几乎就像他们都在调情。这是一个可爱的时刻。

然后她又逼近了。这次宝宝容忍了。宝宝没有离开。他保持着目光接触 - 他应对了下来。然后他们的头又一起回去，他们一起微笑，他们又来了。这就是修复。

这里真正非常特别的是她如何与他调情，以及他如何调情回来，并以此开始修复过程。所以他们有这个调情的时刻，她就像这样，而他有了些转变以和妈妈相匹配。然后他逐渐回来，重新获得活泼，然后进入这个真正美丽的笑容中，他们相聚在一起。他们在同一时刻完成这项工作。

所以这是一个非常好的例子，一个有一点不匹配的时刻，他们两个一起修复，对吧？因为不只是母亲进行修复。宝宝需要多少接受调情的那一时刻，然后逐渐回到她那里，他做到了。

那么现在我们回到同一对母亲和婴儿。这又是一个干扰和修复，逼近以及如何修复它的故事。但我之所以喜欢这个片段是因为这次的修复更加彻底。

我们开始的地方是，母亲已经逼近了（婴儿的视野画面）。而且婴儿的手已经有了一点点举起来。下一帧显示你从这里到这里，从这里到这里，这些已经告诉你，她已经逼近了，她变得更积极，所以她正在增加刺激。

宝宝抗拒了一点，把手从这里拉到这里。他有点说，嗯，不，这不行。然后他实际上转身离开并将他的手放得更高，所以他这样做，你知道，这真的非常强力。一般来说，我把它解释为，不要碰我 - 那种感觉。这就像是一种真正拒绝她的状态。

那一刻她如何回应？她向后退了一步。她感觉到了什么 - 她向后移动。她从这个非常大，扬起眉毛的笑容中淡出 - 看着她的眉毛降下来。

然后他偷看了一眼。在这里，他就像那样“做”。他偷看了一眼。

与此同时，她又回来了。再次，眉毛有点下降。因此，通过这些小动作，婴儿感觉到她感觉到了自己的状态。

这就是他如何感受到它。他感觉到她调节了下来。即使那调整很小，他也会感知到。

他偷看得更多，抬起手臂看到更多，她仍然向后移动。她向后移动更多，而且她的面容逐渐归于感性去的状态，从更高的、更刺激性的主动状态淡化下来。因此，她自己的唤起水平和她的面容正在下降，节制下来。

现在，他重新朝向了妈妈。但他还在防卫 - 仍然把手臂举在那里，就像嗯嗯，我不太确定。在那里，你真的可以看到嘴巴充满紧张感，宝宝还不开心。现在你看看妈妈这里的调整，她继续往后退，她更加冷静一点。所以她继续逐渐调整到他感到的麻烦当中。

然后他放下手臂，但他看向一边。他实际上并没有看着她。然后她继续后退。她仍然直觉地感到宝宝需要更多的空间。

然后宝宝开始看了。看看他如何转移视线？这很微妙 - 他真的把目光从这里转移到了这里。你必须看着眼睛，“躲猫猫”。

她（目光）进来了。当他回头看她时，她（目光）进来了。就像她使用它作为许可，提示，说哦，我们回来了。我们回来了。我们回来了。

然后他告诉她，他很高兴。这很有趣 - 他笑得很开心，他很兴奋，但他仍然介意那件事情，这是一种混合的信息，对吧？我真的很开心，但我还在介意那件事。

所以，你看，她也能感受到一些东西，因为她没有露出灿烂的笑容。她只给了一个“哦”。因此，她也看出这不是一个彻底的修复，所以没有彻底的笑容。他没有完全回来。

因此，从这帧画面到下一帧画面是有趣的，因为婴儿向下调节。实际上，他往下看。双臂向下移动，但他往下看。

妈妈笑了。我不知道她是否准备好了。他还在一点点下调。

然后他回头看着她，他没有露出一个完整的笑容 - 他有一丝微笑 - 但你可以从他的胳膊和腿上看到，他很兴奋。所以这里真的有某种兴奋时刻。她被点亮了。

然后[笑]这部分真的很有趣，因为它们有点匹配 - 他们玩味表情，并且他们的表情彼此匹配。他们是怎么做到的，对吧？这里他们都一起张开嘴。

看到了吗？ [砸吧嘴的声音]两个人一起张嘴。然后，他们又都以真正匹配的表情一起闭上了嘴。他们有点像在用他们的脸玩耍。

然后他们都有了适度的笑容。所以，他们再次处于非常相似的状态。婴儿的手臂上升了，所以你觉得他越来越好，他感觉好多了，他回来了。

然后他有更多微笑，更多微笑，手舞足蹈。她也笑得更开心。所以她感觉到了。她没有移进或移出，但她笑起来，真的感觉到他要回来了。这对宝宝来说是一个非常可爱的笑容。

然后婴儿抬起头，嘴巴张开，“妈哇”，这是一种兴奋 - “妈哇”。这不是一个微笑，但它是一种不同的兴奋。“妈哇”。

她喜欢这个。她笑了。然后他歪着脑袋。哇噢。她也笑了一下。哇噢。

然后他重新向下调整。又一次调低，它不一定一定会有。但另一方面，由于他已经挣扎了一段时间，你就会明白。他调低了下来，他向下降低了一些。

她感觉到了。她通过改变了表情显示出她注意到了这一点。当他向下调节时，妈妈挪进了一点点。

然后他说，哇，对吧？他走了，呜！他一下子伸出双臂，伸出双腿，说，你知道，这很棒。然后从那里回来一点。他的唤起有点下降了。他拉起双臂和双腿。他的嘴闭上了一点。

妈妈脸上有点意外。但她继续玩耍，她喜欢它。他向下调节。

然后他说，哇！哇！我喜欢它。这很棒。那是最后的修复时刻。

每个人有时会处在稍微超过或稍微低于最佳状态的时刻。真正重要的是这个配对修复关系的能力。

BEATRICE BEEBE: 我们有什么反馈吗？

发言者 1: 我们做了一点点。我们有一次。

BEATRICE BEEBE: 你还记得那是什么吗？

发言者 1: 是的，我认为你告诉我的是让我跟着他的声音节奏 - 你说的那样。

我记得在那里。我记得作为一个新妈妈。我记得我太爱我的宝贝了。

我真的认为这是一个可以获得有关我如何变得更好的信息的机会- 听到我做得好的部分，听到我做得不好的部分，成为我能做到的最好的妈妈。这是我们没有被训练过的- 你就是生下这个小宝宝，然后别人希望你成为一名母亲。

【哦哦啊啊】

我带着四个月的诺亚来看 **Beatrice**，然后在 12 个月后再回来。然后在我有了安德鲁之后，我在他四个月后再回来，然后在他 12 个月后又一次回来。所以我来了她的实验室四次。作为父母，孩子可以自我调节可能是我能想象到的最重要的生活技能。

BEATRICE BEEBE: 你的节奏非常适合他，因为你可以感觉到他处于不快乐的边缘，对吧？因为他每隔一段时间就会有这些小小的鬼脸。

发言者 1: 是的。在那些他们看别处的时刻，或者他们往下看，就好像说，我能做些什么来解决这个问题呢？你就想解决它。

BEATRICE BEEBE: 我们回去吧。

发言者 1: 我认为只要有信心，他当然会回来 - 他需要我。我现在就是他的全部。他会回到我身边。

BEATRICE BEEBE: 再一次，我认为你在录像里所做的一件美妙的事情就是确保你在初始部分没有过度刺激他，当他处于（情绪的）边缘状态。渐渐地，当他变得平静时，他能够更多地露面并且更善于交际。

发言者 1: 是的。

BEATRICE BEEBE: 但在此期间你非常小心没有过度刺激他。

发言者 1: 嗯嗯

发言者 8: 妈

发言者 1: 妈

发言者 8: 妈

发言者 1: 妈

发言者 8: 妈

发言者 1: 我觉得 **Beatrice** 和我在一起时，她允许我让儿子表现出快乐以外的情感。如果他有一个时刻感到伤心，这是正常的。（成年人）你也会难过，有时对吧？

他一直很开心是正常的吗？逗乐他不是你的工作。倾听他才是你的工作，所以他知道有人在倾听。

BEATRICE BEEBE: 这是你和第二个孩子的第二次访问。

发言者 1: 是的

BEATRICE BEEBE: 安德鲁

SPEAKER 1: 是的

BEATRICE BEEBE: 他 16 个月。

发言者 1: 是的，自从我和诺亚来已经快四年了。

BEATRICE BEEBE: 哇。四年。

发言者 1: 我在心里听到了 **Beatrice** 说, 没关系, 和他呆在一起。他在哪就在哪加入他, 并允许他伤心。让他知道你明白他很伤心, 他的感情是真实的, 而且没关系。

AMY MARGOLIS: 当你的宝宝看向别处时, 没关系。他们这样做是因为他们在生理上需要看别处并调节他们的心跳。这并不意味着他们不喜欢你。

【音乐声】

你知道, 对于我们中的许多人来说, 我们能够从容应对 – 你有一个宝宝, 宝宝看向别处时, 它不会令我们感到不安。但对许多母亲来说, 这是令人不安的。直到有人可以教她们, 给她们看, 瞧, 你的宝宝看向别处, 看看你脸上发生了什么 – 你觉得你当时感觉怎么样? 这就是 **Beatrice** 可以帮助这些母亲观察到的部分。然后, 我们可以进行有效的干预, 我们从她的研究中所了解到这些让我们可以做出有效的干预, 产生非常持久的影响。

【歌声】

RACHEL ALTSTEIN: 很奇妙的是情况出了问题, 情况又变得更好了, 对吧? 所以我认为这可能会让那些感到受指责或审查的妈妈们不再那么刺痛。

【婴儿哭】

了解到母亲可以有各种各样的感受, 包括恼怒, 是令人安心的, 对吧? 这是健康和必要的。

发言者 1: 我认为 **Beatrice** 有独特的能力给人们信心。而且她似乎有 (让人让事情) 在一个快速变化的世界中放慢速度的方法。

BEATRICE BEEBE: 微观分析最擅长的是捕捉瞬间。我认为人们之所以对微观分析非常感兴趣, 是因为它可以帮助我们解开我们直观感受的体验和互动。它为我们提供了一种 (从情境中) 退后进而能够思考 (母婴互动关系) 的方法。它使得人们更加鲜活, 使得人们更有人情味, 它将人们带入 (那个关系的) 瞬间。

【音乐】