

實用的 子女教養指南

資深校長正向引導，揉合「愛」與「管教」，讓您聰明教養輕鬆決勝

劉紀盈 著

劉孟臻 繪圖



**現代父母難為，不但得維持家庭生計，
還須付出不少金錢、心力培養子女，猶如蠟燭兩頭燒！**

從事教育工作二十餘載、曾多次進行親職教育講演並身為父親的劉校長，結合了豐富的經驗與實例，融合社會環境因素、家庭氛圍、父母角色扮演功能、子女人格特質……等因素綜合歸納深入剖析，提供所有父母最中肯實用的教養祕技！

實用的 子女教養指南

劉紀盈 著

劉孟臻 繪圖



寶貝書房（8）

實用的子女教養指南

建議售價・200元

作者：劉紀盈

校對：劉紀盈

專案主編：蔡谷英

文字編輯：黃麗穎

編輯助理：劉承薇、林榮威

美術設計：何佳誼、賴怡暉

美術副總編：張禮南

副總編輯：徐錦淳

總編輯：水邊

經銷部：王景康、吳博文、李莉吟、林琬婷

業務部：楊宜蓁、許淑芬、陳怡秀、洪淑芳、焦正偉

發行人：張輝潭

出版發行：白象文化事業有限公司

402台中市南區美村路二段392號

出版、購書專線：（04）2265-2939

傳真：04-22651171

印刷：基盛印刷工場

版次：2011年（民100）十月初版一刷

國家圖書館出版品預行編目資料

實用的子女教養指南／劉紀盈著．—初版

．—臺中市：白象文化，民100.10

面：公分．——（寶貝書房；8）

ISBN 978-986-6047-40-4（平裝）

1.家庭教育 2.親職教育 3.子女教育

528.2

100018442

※缺頁或破損的書，請寄回更換。※版權歸作者所有，內容權責由作者自負

設計編印



印書小舖

網址：www.elephantwhite.com.tw

電郵：press.store@msa.hinet.net

實用的 子女教養指南

資深校長正向引導，揉合「愛」與「管教」，讓您聰明教養輕鬆決勝

劉紀盈 著

劉孟臻 繪圖



**現代父母難為，不但得維持家庭生計，
還須付出不少金錢、心力培養子女，猶如蠟燭兩頭燒！**

從事教育工作二十餘載、曾多次進行親職教育講演並身為父親的劉校長，結合了豐富的經驗與實例，融合社會環境因素、家庭氛圍、父母角色扮演功能、子女人格特質……等因素綜合歸納深入剖析，提供所有父母最中肯實用的教養祕技！



你是哪種父母？

放任型、溺愛型、專制型、民主型、比較型？
如何讓孩子學會與人互動、培養正向情緒，
管理金錢、拒絕霸凌？

本書從生態環境系統理論之觀點，指出管教時須注意社會環境因素、家庭氛圍、父母角色扮演功能與子女人格特質等，各種大小系統間的交互作用關係，如此才能關照到影響管教的各種因子，進而發揮管教之功能。

管教子女時，首先應教導子女各項合宜的行為規範；次則再就問題行為予以輔導矯正，並要符合適性、適量、適時及適法之教育原則。實際管教子女時，參考書中的系統助人模式，有益於理論與技術的整合運用，使管教變得容易而有效。本書淺顯易懂，言簡意賅，結合理論與實務，是一本值得閱讀的親職教育好書。



白象文化 生活館

<http://store.pchome.com.tw/elephantwhite/>

ISBN978-986-6047-40-4

00200



9 789866 047404

NT\$200



實用的 子女教養指南

劉紀盈 著

劉孟臻 繪圖





本書作者從事教育工作近三十年，擔任過導師、科任教師、組長、主任、校長等職務，並擁有輔導學士、教育碩士學歷，可說是學經歷皆佳的教育人員。作者將其親職教育演講的大綱，與自己研讀相關教育書報的心得彙整擴寫成本書。

本書架構清楚完整，內容周延，涵蓋家庭子女教育的內涵、理論、原則、技術與方法。文章流暢，深入淺出，將理論通俗化，不高談闊論，簡明扼要，提綱挈領，列出重點，輔以實例說明，讓讀者更能掌握本書之要旨。

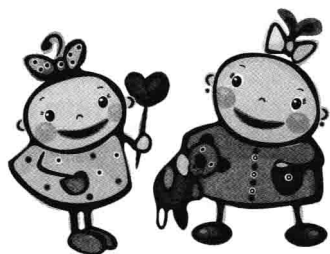
在繁忙的現代社會中，父母雙雙投入競爭激烈的職場，辛苦工作之餘，仍須陪伴教養子女，壓力之大可想而知。父母花費許多心思、時間、金錢在教養子女，但往往成效不如預期，令多數父母不知所措。所以，不少父母都有吸收教養子女方面知識之需求，坊間也出版很多相關的書籍。個人有幸優先閱讀劉校長大作，拜讀之後，獲益良多，本書與其他子女教養的書籍不同，它以系統環境生態理論為基礎，論及教養的社會系統、家庭系統、個人系統、方法系統；兼顧理論與實務、原則與技術，我極力推薦這一本深具參考價值的子女教養好書。



父母只要花幾個小時用心閱讀，即可學會子女教養的精髓與技術，真是既經濟又實惠，對身為父母者或相關教育人員來說這絕對是本好書。

輔仁大學教育領導與發展研究所所長

蔡進雄 博士





筆者之前自行出版的《校長的會客室》一書，主要在談親子教育與子女教養法則。感謝幼稚園與安親班的支持與推廣，在一年不到的時間裏，賣了一千本。

在這段期間，許多讀者看完《校長的會客室》一書之後，給了筆者很多回饋意見，主要的建議如下：（一）內容簡明扼要，補充個案分析與應用實例會更好；（二）書中文字敘述很多，輔以一些圖表效果更可彰顯；（三）談了一些諮商技術，也須對這些技術做說明，好讓讀者有個正確的了解；（四）

《校長的會客室》一書內容少了一點，可再補充幾個章節進去，使它更豐富些；（五）書名取得不好，乍看之下，不知本書在談什麼內容；（六）本書自行出版，在文字編排、版面配置、插圖安排都有很大的改善空間。這些寶貴的建議，使筆者獲益良多，將作為書籍重新出版的重要參考。

今年暑假，有朋友過來要向我購買之前的著作，我沒有足夠的數量賣給他。這事燃起了我將之前的著作，找出版社出版的動機。於是，我利用暑假一個多月的時間，將之前的著作依讀者寶貴的意見來擴充許多新內容，並取書名為《實用的子女





教養指南》。

本書從生態環境系統理論之觀點，指出管教時須注意社會環境因素、家庭氛圍、父母角色扮演的功能與子女人格特質等，各種大小系統間的交互作用關係，如此才能關照到影響管教的各種因子，進而發揮管教之功能。

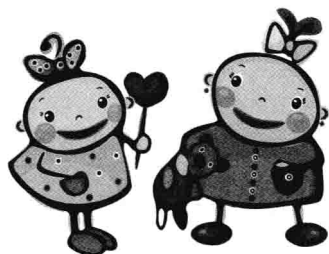
管教子女時，首先應教導子女各項合宜的行為規範；次則

再就問題行為予以輔導矯正，並要符合適性、適量、適時及適法之教育原則。

實際管教子女時，參考書中的系統助人模式，有益於理論與技術的整合運用，使管教變得容易而有效。本書淺顯易懂，言簡意賅，結合理論與實務，是一本值得閱讀的親職教育好書。

劉紀盈 謹識

一〇〇年九月一日



實用的

8/ 333 指南



現代的父母難為，在維持家庭生計的重擔下，又須付出不少金錢與心力來培養子女，猶如過著蠟燭兩頭燒般的緊湊忙碌生活。在政府托育政策、社會安全福利制度不完善的狀況下，許多年輕夫婦不敢生或不想生，造成嚴重的少子化問題，衝擊到未來勞動人力的結構，並影響以後的經濟成長，成為國家待解決的一項發展危機。

台灣社會多元快速變遷，家庭組織型態也趨多元化，有單親家庭、隔代教養家庭、失親家庭、外配家庭……等，但是家庭教養的功能卻逐漸式微。面對物質充裕、多元聲光刺激成長下的X世代子女，父母手足無措，教養子女成為父母的一大挑戰。

個人從事教育工作二十餘載，多次在幼稚園、國民小學進行親職教育講演。平日對子女教養的書刊多所研讀，又因擔任教育行政工作，有許多機會與家長接觸溝通，所以深刻的瞭解家長的處境與心聲。最近某單位邀請本人前去做親職教育演講，引發我想將之前演講的內容、研讀的心得統整撰寫成書的動機，希望可提供系統的法則，作為父母教養子女的參考。





本書的出版希望對閱讀的父母能有所助益與啓示。在寫作的辛苦過程中，我要特別感謝永隆國小石遠誠主任提供寶貴的建議，使本書更有系統性與可讀性。女兒孟臻提供多幅比賽得獎的畫作放入書中，使本書圖文並茂，更有可看性。內子吳麗茹小姐的積極鼓勵，讓我有勇氣將不成熟的著作出版，在此，一併致上最大的感激與謝意。由於本人才疏學淺，錯誤與疏漏之處難免，還得請專家、學者、讀者不吝賜教指正、批評。

劉紀盈

識於九德國小校長室





推薦序——004

新序——006

自序——009

第一章 複雜的社會 016

- 一、政治掛帥——017
- 二、經濟衰退——018
- 三、家庭失調——019
- 四、社會紛擾——020
- 五、個人茫然——022
- 六、教育失能——023
- 七、文化貧乏——025
- 八、媒體失責——026
- 九、網路氾濫——027
- 十、價值混淆——029
- 十一、毒品危害——030
- 十二、司法不公——031

第二章 家庭的類型 034

- 一、缺教育家庭——035
- 二、反教育家庭——037
- 三、順教育家庭——038





Contents

第三章 家庭的功能 043

- 一、生理的功能——044
- 二、心理的功能——044
- 三、經濟的功能——045
- 四、社會的功能——046
- 五、文化的功能——046
- 六、哲學的功能——047

第四章 父母教養的類型 049

- 一、放任型父母——050
- 二、溺愛型父母——051
- 三、專制型父母——052
- 四、民主型父母——054
- 五、比較型父母——055

第五章 子女教養的原則 061

- 一、適性原則——062
 - 二、適時原則——063
 - 三、適量原則——064
 - 四、適法原則——066
 - 五、因材施教——069
- 



第六章 子女教育的內涵

072

- 一、培養良好的生活習慣——073
- 二、培養如何與人互動——073
- 三、培養學會如何學習——074
- 四、培養正向情緒——075
- 五、學會時間管理——076
- 六、學會管理金錢——077
- 七、學會保護自我——078
- 八、學會拒絕霸凌——079
- 九、媒體識別教育——081

第七章 正向教養法

084

- 一、五E教養法——086
- 二、約翰·葛瑞的正向教養法——089
- 三、現實治療法——091
- 四、其他管教法簡述——094

第八章 教養的系列做法

098

- 一、瞭解孩子的目的行為情緒——099
- 二、態度堅決而仁慈——099
- 三、不要嘗試當好父母——100





四、行動要一致	100
五、分開行為和行為者	101
六、鼓勵孩子獨立	101
七、少說多做	102
八、利用「我的訊息」來溝通	102
九、讓孩子共同分擔責任	104

第九章 統整 106

一、系統理論闡釋	106
二、助人模式的統整	109

第十章 應用實例 116

一、實例分析	117
二、諮商應用的技術	126

參考書目	136
------	-----

