

吳靜吉博士策劃

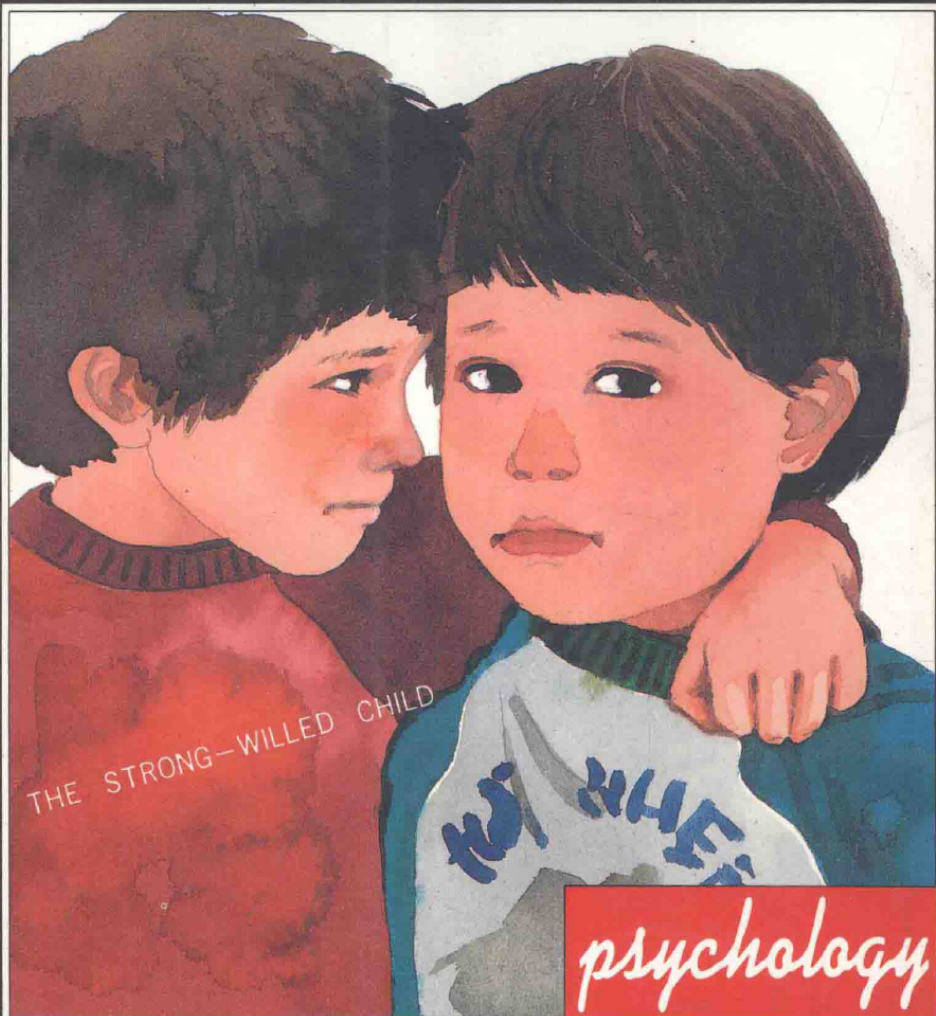
大眾心理學全集 97

Dr. James C. Dobson / 原著

林秀芬 / 譯

霸道的孩子

● 適度管教孩子的不講理



吳靜吉博士策劃

大眾心理學全集

計劃五年出齊三〇〇冊・每冊都解決一個或幾個你面臨的問題

97

霸道的孩子

霸道的孩子

原 書／The Strong-willed Child

作 者／Dr. J. C. Dobson

譯 者／林 秀 芬

策 劃／吳靜吉博士

主 編／大眾心理學全集編輯室

責任編輯／林 淑 慎

發行人／王 榮 文

出版・發行／遠流出版事業股份有限公司

臺北市 10714 汀州路 782 號七樓之 5

郵撥／0189456-1 電話／392-3707

法律顧問／

王秀哲律師 嘉義市忠義街178號 ☎ (05) 227-3193

董安丹律師 臺北市忠孝東路四段142號503室 ☎ 721-9391

呂榮海律師 臺北市金山南路二段2號8樓2室 ☎ 394-3393

印 刷／

優文印刷廠・臺北市汕頭街54巷42弄55號 ☎ 306-3473

□1987(民76)年8月1日 初版

行政院新聞局局版臺業字第1295號

售價125元 (缺頁或破損的書，請寄回更換)

〈大眾心理學全集計畫五年出齊300冊〉

版權所有・翻印必究

香港出版者／香港遠流出版公司

香港柴灣康民街2號(康民工業中心)10樓8室

香港經銷商／藝文圖書公司 ☎ 3-805705

九龍又一村達之路30號地下後座

有成圖書貿易公司 ☎ 5-580288

香港柴灣康民街2號(康民工業中心)10樓8室

杜博生 著／林秀芬 譯

霸道的孩子

 遠流出版公司

《大眾心理學全集》

出版緣起

王榮文

在一個充滿社會壓力與人際關係的世界裏，已經不容許「心理學文盲」的存在！

你對心理學的認識與體會，將決定你能否在文明社會中活得下去，活得快樂，活得有尊嚴！

臺灣在近幾年，心理學的地位突飛猛進。不但社會大眾對心理學知識的需求日益殷切，心理學與經濟學，更並列為臺灣當代兩大「顯學」，上自達官資本家，下至販夫小職員，都欲一窺究竟，引為隨身利器。

心理學的勃興，在臺灣社會可能有其特別的時代理由：

第一，臺灣社會日趨進步，羣體生活則日漸複雜。社會壓力與人際摩擦在在使現代人難以透氣，人人都渴望尋找自我教育、完成個人目標的途徑。

第二，臺灣的企業活動日益繁盛，商業社會的特質呼之欲出，然而，一切企業管理不離「人性因素」，在商業社會中想要脫出競爭，管理他人，就得掌握了解人的學問不可。

不論是基於前者尋得個人安身立命的「消極動機」，或是後者尋求個人在社會上進步發展的「積極動機」，心理學都是一門有幫助、有用處的知識。

可惜的是，在臺灣，心理學的一端藏於學院門牆之內，凡夫俗子緣慳一面；心理學的另一端

卻在大眾傳播媒體中，把普通常識略事包裝後出現，並未給予大眾真正的幫助。

在這樣的環境前提下，遠流出版公司提出一個「大眾心理學全集」的計劃，希望不失心理學嚴謹性的原則，編輯一套平易近人，可以流傳大眾的心理學叢書。

這套叢書計劃又分雙線進行，一條路線是搜尋坊間曾經譯著出版的大眾心理學著作，重新整理歸納，使其中的佳作得以滙為巨流，成為取之不盡的知識泉源。另一條路線則邀請心理學名家，譯著大眾心理學作品，自成系統。

遠流出版公司的「大眾心理學全集」編輯計劃，預備在五年之內，出版三百種深入淺出、人人可讀的通俗心理學著作。每種著作除由專家學者編寫校閱外，並由本社的編輯室撰寫報告一篇，做為讀者之「導讀」。

「大眾心理學全集」的編輯工作，由心理學家吳靜吉博士領導並策劃，在遠流出版公司成立「大眾心理學編輯室」，編輯室的編輯小組除了執行編纂工作，並共同或輪流撰寫「編輯室報告」。此外，遠流出版公司更邀請國內外知名心理學家多位，組成「諮詢委員會」，為全套叢書擔任選書、顧問、觀察心理學研究動態等工作。

這樣的編輯構想，加上這一組傑出工作人員的努力，深望能提昇臺灣社會大眾對心理學的整體認識。我們除了自我砥礪之外，更盼望在編輯計劃進行過程中，能夠不斷得到各界方家以及讀者大眾的反響與指正。

編輯室報告

比起從前，現代的父母無論從哪一方面來看，無疑的都要方便許多：

- 從初生兒到青少年，子女所需的玩具、生活用品愈來愈專業，都市中更充滿了「專賣店」，食、衣、住、行面面俱到。

- 從育嬰、托兒所到琳琅滿目的「早期訓練班」（音樂、繪畫、外文、電腦，簡直無所不包），甚至各種兒童夏令營，在在替現代父母分憂解勞。

- 子女教（養）育叢書汗牛充棟，可謂為人父母的導師；專業雜誌、報紙（版面）定期出刊，則充當「助教」的角色。

那麼，為什麼還有許多父母爲了養兒育女而筋疲力竭，大嘆「父母難爲」？以下是幾個可能的原因：

- 大家庭制式微，小家庭成爲主流，分憂解勞（最重要的是經驗）的人少了；即或有上一代從旁協助，也往往因爲觀念不合，反而多有爭執。

- 婦女進入就業市場，與子女相處時間相對減少，其他力量（尤其是電視）的影響同時增加。

- 臺灣人口密度過高，競爭險烈，孩子的活動範圍相對減少，更增父母的壓力。

- 書刊雜誌既多，選擇相形困難，如果「專家」的意見又互相牴觸（屢見不鮮），更令父母無所適從。

這些原因，大概也正是許多人慨嘆「這一代的小孩特別難帶」的由來；當然，孩子本身的早熟，也是「霸道」的一個主要原因。

《霸道的孩子》所討論的，簡單來說就是「孩子的霸道」，從兩歲前的意志力爭戰到青少年的行為對抗；從「愛的教育」到「鐵的紀律」，杜博士博士（James C. Dobson Jr.）都有極精闢的解說。

杜博士，出生於美國路易斯安納州，一九六七年在加州柏克萊大學取得教育心理學博士，致力於教育及著述工作。早在一九七〇年，就已出版了《管與教》一書，不到三個月立即再版，廣受好評；事隔十餘年，杜博士又著作了這一本《霸道的孩子》（之前還有一本《追迷藏》），經驗更見純熟。《霸道的孩子》分析了各年齡層子女的心理需求與行為模式，旨在協助父母從管教中建立良好的親子關係，納子女於正軌；書中舉例繁多，更在大部分章節後附加「問題解答」，以補原章節之不足，極具閱讀價值。

依杜博士的看法，每一個孩子都難免有霸道的時候，因此在本書的各章之中，也就不斷出現對「體罰」的討論；什麼年紀、什麼狀況應該施以何種程度、何種方式的體罰，杜博士一再以實例、研究，來支持他個人的看法。這些看法，給許多在「打與不打」間掙扎的父母，提供了頗有價值的參考。

由於杜博士的父親是基督教的牧師，杜博士對《聖經》所啓示的教與養特別情有獨鍾；這方面也許並不十分適合我國的國情，不過《聖經》自有其不可抹殺的價值，少許篇幅，應該不致引起非教徒的反感。（執筆：鄭初英）

霸道的孩子

目錄

《大眾心理學全集》出版緣起

編輯室報告

譯序

第一篇 塑造品性

第一章 愛「抗命」的小孩／五

意志力的對決／五

你夠格當老大？／七

能耐與勇氣／九

打擂台——探你底細／二〇

勇於接受挑戰／二

意志力的強弱／二三

柔順與倔強／二四

儘早塑造個性／二八

問題解答／一九

林秀芬

第二章 親子戰爭（〇～廿四個月）／二三

塑造意志力的六大原則／三

打與不打之間／三

體罰的迷思／三

出生到七個月／三

八個月～十五個月／三

十六個月～廿四個月／三

五點管教原則／三

第三章 親子戰爭（二～十二歲）／四三

兩歲至三歲／四

四歲到八歲／四

九歲到十二歲／五

問題解答／五

第四章 脆弱的小生物／五

「愛心」與「溫柔」的澆灌／五

暗處的小孩／六

放任與自由／六

意志力與志氣的區別／六

一個反例／七

錯誤的管教角度／七

「愛」和「管教」聯手／七五

問題解答／七七

第二篇 賦與尊嚴

第五章

化解手足之爭／六九

死對頭／七〇

不要煽動小孩天生的妒意／七一

建立一個可行的公平體制／七五

瞭解小孩彼此爭執的真正動機／七六

問題解答／七九

第六章

精力過剩的小蚱蜢／一〇五

什麼是H症？／一〇六

為何腦部受傷會引起過度興奮的反應？／一〇六

為何焦慮和情緒問題會導致H症？／一〇七

是否可以及早診斷出有H症的小孩？／一〇八

是否有所謂的「正常的H症小孩」？／一〇九

H症的小孩是否很普遍？／一一〇

H症的小孩是否還有其他問題存在？／一一一

藥物可以解決問題嗎？／一二三

父母當如何管教H症的小孩？／一二三

父母對小孩的成績應持何種態度？／一二六

日症的小孩是否有痊癒的希望呢？／二八

問題解答／二八

第七章 不安的青少年／三二

渴望受尊敬、有尊嚴／二三

最具破壞性的時期／三三

自信和自尊／三四

把衝突說出來／三五

務必「保持溝通」／三六

飯桌上好談話／三七

最少要把話講開／三三

第八章 還沒成熟的大人／三三

別回嘴／三三

避免衝突／三六

父母之愛／三七

青少年期的心理準備／三八

該放手時就當放手／四〇

失落的一羣／四一

從錯誤中學習／四三

青少年期三階段／四四

第三篇 以身作則

第九章

父母常犯的錯誤／一四九

史百克博士的研究／一四九

坦承錯誤的史博士／一五〇

消極的容忍／一五〇

以憤怒為武器／一五一

實際行動／一五二

一個常見的實例／一五二

一齣愚蠢的戲／一五三

小小法寶／一五三

減輕親子間的敵意／一五四

紅燈亮了／一五五

第十章

懲罰的藝術／一五五

爸爸比較「有效」／一五六

愛的教育／一五七

自信與能力／一五八

誰的責任／一五八

把責任分派給小孩／一五九

儘量說「可以」／一六〇

「體罰」是唯一之路？／一六一

神的旨意？／一六二

忖度小孩的感受／一六三

第十一章 「好父母訓練課程」／一七五

不是輸家也不是贏家／一七

反對父母的一切權威／一七

尊重父母的權威／一八〇

教會他服從／一八一

葛登博士的探討角度／一八三

PET的功與過／一八五

問題解答／一八五

結語

智慧的源頭／一九三

譯序

林秀芬

「一粒麥子如果不落地裏死了，仍舊是一粒。若是死了，就結出許多子粒來。」（約翰福音十章二十四節）每當一個小生命呱呱落地之際，他帶給父母的不僅是喜樂和盼望，更帶來一項新的挑戰，意謂著更大的犧牲和更多的付出。然而，每當做父親的放下網球拍，坐下來陪他三歲的兒子玩拼圖；或是做母親的停下手邊的家務，抱起她那摔了跤，或是遭朋友拒絕而淚眼汪汪的女兒時，孩童的小心靈便得著了愛和滋潤，可以再度邁步踏上人生的旅途了。

愛永遠是心靈成長的最佳養料。有些父母愛子女，處處呵護，彷彿培育溫室的花卉，總是盼望兒女可以免去人生風暴的侵襲；然而明智的父母卻深知生命的能力，願意幫助他的子女面對人生的風暴，逐日成長茁壯，彷彿老鷹等到雛鷹翅膀堅硬，羽毛豐滿之時，便特地攪動鷹巢，叫雛鷹離巢習飛，直到雛鷹能夠翔遊天際為止。

然而許多父母深受社會名利觀念之薰陶，常常只知教子女得著外表的成就，卻不知教導子女贏得心中的自在。在人生的路上，能夠不失敗不摔跤固然是好的；然而能夠在失敗摔跤之際，有信心爬起來再往前行乃是一件美事；能夠持守所得的固然是好的，然而能夠在必要之時放棄所得的卻需要十分的勇氣。

杜博士的養育觀也許同一般流行的「呵護觀」格格不入，然而能力乃是磨練而來的，心靈的能力更是如此。每一位運動健將的背後都有一位幫助他再三反覆操練的教練，每一位孩童更是需要他的父母在旁不斷地陶塑、鼓勵他，方能屹立於人生的戰場。謹以此書獻給那些有勇氣來帶領他的子女，願意為他的子女犧牲，樂意看到他的子女堅持人生的責任的父母們。

第1篇 塑造品性

「鋼鐵的意志力」並不是軍隊的專有名詞——在你家裏，也許你會叫那個擁有它的人是「永不妥協的小傢伙」。

在他熟習、接受父母的「既有權威」之前，他有十幾年的適應期要過；為人父母的壞時光，不多不少，剛好和他一般高。

父母親的領導權威並不是「上帝的禮物」，孩子的品性，也不會「自力更生」；在他成熟之前，你們會在擂台上對決數千回合，你既不能輕易投降，也不能因此成為「暴君」。