



ROW UP WITH CHILDREN



与

郑石岩◎著

孩子一起成长

——把握新世纪的教育方法



经济日报出版社

与孩子一起成长

——把握新世纪的教育方法

郑石岩 著

经济日报出版社

版权登记号：图字：01-2000-0764

图书在版编目（CIP）数据

与孩子一起成长：把握新世纪的教育方法/郑石岩著．
北京：经济日报出版社，2000.5
ISBN 7-80127-616-7

I．与… II．郑… III．家庭教育 IV．G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2000）第 20394 号

© 1986、1993 郑石岩

中文繁体字版于 2000 年 4 月由远流出版事业股份有限公司修订出版
中文简体字版于 2000 年经远流出版事业股份有限公司（Yuan-Liu
Publishing Co., Ltd）安排授权由经济日报出版社出版

与孩子一起成长

作 者	郑石岩
插 图	刘海啸
责任编辑	门 睿
责任校对	郑 舜
出版发行	经济日报出版社
社 址	北京市宣武区白纸坊东街 2 号 邮码 100054
经 销	全国新华书店
印 刷	北京市白帆印刷厂
规 格	850×1168 毫米 32 开
字 数	121 千字
版 次	2000 年 5 月第一版
印 次	2000 年 5 月第一次印刷
印 张	8 印张
印 数	1—8000 册

ISBN 7-80127-616-7/G·309

定价：16.80 元

版权所有 盗版必究

出版说明

学习与授教本来都是很快乐的事，故孔子曰：学而不厌，诲人不倦。

但是近些年来，无论是孩子还是家长，大都平添一种既“厌”又“倦”的感觉。孩子的书包越来越重，每天披星戴月，早出晚归；家长的负担越来越沉，到处寻找补习班、家教，陪“太子”读书……

娱乐的时间越来越少了，戴眼镜的越来越多了。

两代人的交流越来越少了，家庭内的矛盾越来越多了，乃至因学习与授教而导致父母打孩子甚至伤害孩子的恶性案件也有发生。

.....

于是，“减负”这个陌生的新词出现在我们





的社会生活中，而随着“减负”的逐步实施，家长今后会有更多的时间和机会与孩子一起探讨家教的问题。

正是在这种背景下，我们从台湾远流出版社“励志馆丛书”和“大众心理学丛书”中精心挑选，组成了这套“家教丛书”。首期推出三本，分别是《我们教室有鬼——与孩子一起读的家教故事》、《父母之爱——化爱为有效的家庭教育能力》、《与孩子一起成长——把握新世纪的教育方法》。

相对于欧美来说，台湾地区的家教经验对我们或许更有参考价值，因为毕竟是同文同宗，有着更多的、相同的生活方式和传统的教育观点。而这套书的作者也都是近年来活跃在台湾地区教育界的人物，这些著述正是他们几十年教育经验的结晶。

这套书有一个共同特点：它不是填鸭式的干巴说教，而是恳谈式的讲道理，娓娓道来，文风亲切平易，轻松幽默，寓教于故事里。

《我们教室有鬼——与孩子一起读的家教故事》是一本家长与孩子都可以看的书，它借助于一个个串接起来的小故事，通过身临其境的感受，使孩子们受到潜移默化的影响。全书注重感觉与情境，使人透悟教诲的通理，带有哲学意味。

《父母之爱——化爱为有效的家庭教育能力》讲的是为父母者要把爱融进有效的教育环境之中，介绍了许多家教的方法和亲子沟通的技巧，纠正家教中的种种不良习惯。对于那些对家教束手无策、一味溺爱孩子或粗暴强迫孩子读书的家长，尤其值得一读。

《与孩子一起成长——把握新世纪的教育方法》围绕着家教与学习同步相长做文章，根据不同年龄段、不同性格的孩子特点，培养他们良好的人格与情绪，发展多元智慧。

最后，需要特别说明的是：尽管祖国大陆与台湾地区同文同宗，血脉相连，但由于历史原因，在家教问题上，海峡两岸的社会也存在





着种种不尽相同的人生观和价值观。这是我们在阅读这套丛书断断不可忽略的一个问题，在此，不妨重温一下鲁迅先生的名言：“运用脑髓，放出眼光，自己来拿！”

经济日报出版社

2000年5月



编辑室报告（原版）

《与孩子一起成长》一书，是亲子教育方面的好书，它既实用又富启发性，内容相当本土化，是教导孩子适应新世纪生活，协助其自我实现的指南。这是每一位正在教导和抚养子女的父母，值得细读的新书。

郑石岩先生多年来从事心理咨询工作，投注心力于教学与研究，并曾负责推动全省学校辅导工作，对于儿童、青少年的教育与辅导，学验俱丰。他把多年来累积的经验，以“与孩子一起成长”为题，分成六个子题，于一年多前，在台北市立图书馆做公开演讲。当时大讲堂座无虚席，很受好评。于是，我们在征得同意后，把六卷录音带制作成有声书，受到许多读者的喜爱。



之后，不少学校或民间的父母成长团体也纷纷来电洽询，希望能读到这系列演讲的文字。几经催促，才整理成书，呈现给读者。这本书中国大陆方面，也邀请授权同时发行，可见其受到重视的程度。

本书的第一讲，陈述多元智慧的观念。提醒父母亲，每个孩子都有各自的天赋，都有宝贵的潜能，要认识它，开发它，并提出实用的教导方法。

第二讲在于阐述人格发展的重要。人格健全的孩子，无论在生活适应、学习和人际发展上，都有较好的表现。打好这个心智成长的根基，比什么都重要。在这一讲中，作者从儿童发展的角度，提供具体实用的策略，帮助父母亲带好子女。

第三讲是培养孩子的适应能力。强调良好生活态度的养成，包括主动学习、自动自发、生活纪律、乐观态度和人际能力的培育等等。每一个项目，都提出具体的建议和实施步骤，



以利为人父母者使用。

第四讲是鼓励孩子进步向学。对于如何引导孩子学习，提升学习的效果，皆有具体的阐述。对于如何与教师合作，共同启发孩子，亦有具体的交代。

第五讲是针对培养孩子情绪智慧而写。旨在帮助孩子克服惧怕，从而建立信心。儿童和青少年，大部分的心理困扰源自惧怕，因此这一讲对于如何克服惧怕情绪，将它转化成心理的助力，做了详细的讨论。

第六讲谈亲子沟通的技巧。沟通的主要目的是观念交换，智慧的启发，经验的传承。沟通本身就是一种生活的实现，爱与幸福的感受，而不是说服子女去做大人要他做的事。

这本书涵盖面广，对于教育子女及其心智成长，皆有精辟的剖析，读起来有恍然大悟之感。书中列举许多实例，尤其是作者的经验谈，更具感性和启发性。

相信这本书不但能提供父母亲许多教育子

女的宝贵方法，同时对父母的生活也能给予启示，让你与孩子一起成长，共创幸福的人生。





〈代序〉

新世纪的家庭与教育

愿意陪孩子一起成长的父母，必然也拥有功能健全、活泼幸福的家庭。

面对一个新的世纪，你对家庭生活，一定有新的期许和憧憬，希望家庭幸福，生活富裕、平安和快乐。当然，你也想把下一代带好，希望他们能够适应 E 世代的变迁，过成功的人生。

家是生活的窝，是伸展心志的园地，是安身立命的处所，更是个人身心健康之所系。家给你温暖，让你抚育子女，让父母长辈得以颐养天年，当然也是你我归老的田园。幸福的家是用心经营来的，但许多人却昧于斯事，以为幸福的家庭是命好捡来的，那就与事实相距甚远。



社会脉动牵动家庭，个人适应环境的能力更左右了家庭。家庭幸福的课题，在这踏上新的千禧年的时刻，有必要做个省思。因为面对新的世纪，我们将生活在一个新的资讯社会，社会变迁剧烈迅速，生活方式随之剧变，家庭生活必然受到冲击，如果不预做准备，家庭生活将会失调，甚至破坏其功能，影响子女的教育和全家人的幸福。为了调适资讯社会的生活，家庭必然承受着新的压力，但我相信我们能克服它，创造更幸福的未来。

首先，家庭将面对资讯焦虑的时代病。庞大的资讯像滚滚洪流一般入侵家庭，你不得不接收，因为你怕落伍。结果知道的越多，担心的事也越多，增添了许多焦虑和不安。人不但为自己切身的问题忧心盘算，也花了许多心血在与自己完全无关的事件上。诸多讯息令人不安，股票族在股票资讯中紧张；商务工作者为市场的变化而挂心；一般人生活衣着也要为流行更替而在意；甚至在听到一些政治、经济、



社会新闻时，也会因为看法或价值观念不同，而令你愤怒、跳脚。资讯戏弄人，令人陷入心烦的状态。这时，一不留神就会牵怒于家庭成员，造成彼此的冲突，影响家庭的正常生活和气氛。

家庭成员各有各的资讯生活，成员之间的互动减少，人际关系开始疏离，亲密感消失，于是产生另一种潜在的紧张和焦虑。过去，家人围着看电视，彼此不讲话，已经阻碍了人际沟通，现在各自选取资讯，若不注意家庭生活的经营，更容易造成家庭人际互动的冷漠、孤立和失落感。

生活在资讯时代，我们确能享有便捷的资讯，用以沟通、判断和解决问题，提升生活效率。但如果无法正确地使用，资讯焦虑将会在家里滋生蔓延，造成新的困扰。为防范它的发生，我建议……

·多安排家庭共同的活动，创造家



庭情趣和气氛，培养融洽的人际关系。

·建立家庭的生活规范，共同遵守作息习惯，避免互相干扰。

·学习包容、尊重、互爱和责任，创造家庭成员的凝聚力。

·学习情绪管理和人际沟通的技巧。

其次是教育子女的新挑战。这一代的儿童和青少年，是在电视、电影和电脑网路中长大的，他们吸收许多似是而非、零碎而不切合现实生活的讯息，却以为它是真实的世界。尤其是在网路上以虚拟的角色，与他人交谈，代替人际互动的经验，很容易发展成虚拟的人格特质。这样的孩子往往缺乏挫折容忍力，眼高手低，不切实际，容易挫败。在人际关系方面，情绪暴躁，与人冲突的机会增加，或者因为缺乏直接与人接触的经验，而造成孤僻和疏离的倾向。



现代的孩子，往往缺乏生活经验，却在脑子里填满了各种资讯。他们好像很聪明，其实不然，因为对现实生活认识不足。为避免孩子产生虚拟人格特质，家庭教育务必要加强，兹建议……

·带领孩子多做家事，并从生活经验中学习待人接物的能力。

·多参加助人、社区服务和学校社团活动。

·父母要多与孩子交谈，协助、参与他们的学习活动。

·多肯定孩子的优点，欣赏其生活与学习中良好的表现。

·多陪孩子读传记、游记和具启发性的故事。

·指导孩子正确使用资讯，懂得选择电视节目和安排时间。



许多家庭对孩子采取放任的态度，以为这样可以减少孩子的压力，孩子想做什么，想看什么，就任由他去而未做指导。殊不知，久之副作用会很大，甚至影响孩子的正常发展。

父母应多关心孩子生活经验的学习，并指导其分析、整理和运用资讯的方法。心理学研究告诉我们，我们的知能 10% 来自阅读，15% 来自听闻，75% 来自实际的经验和体验。让孩子泡在虚拟世界里，会造成脱离现实的性格特质。具有虚拟性格特质的孩子，在我的咨询个案中，正快速地增加，父母亲不可不注意。

我要提醒的是，资讯社会是一种趋势，你和孩子都必须学习它，运用它，并适应这种生活，但你不可不学习正确使用资讯的方法，并注意防范它可能带来的副作用。这个课题是家庭生活和家庭教育不可不重视的新承担。

其三是快速的社会变迁，将带动家庭学习的风气。资讯的快速传递，带来快速的产业更迭，连带造成社会变迁、失业和生涯的重新调