

天下文化
親子生活

關鍵七招， 孩子真好教

哥倫比亞大學應用行為分析博士 袁巧玲 著



袁博士給父母的教養魔法棒

只要用對方法，就可以靠自己的力量，
輕鬆培育出一個有自信、有動機、學習認真，
並且獨立的好孩子。

聯合推薦

王美恩 兒福聯盟知識長

周慧婷 KIDS 兒童文創總監

陳藹玲 富邦文教基金會董事



關鍵七招，孩子真好教

袁博士給父母的教養魔法棒

作者／袁巧玲

採訪整理／周思芸

主編／余宜芳

責任編輯／何儀慧

封面暨內頁設計／江孟達

出版者／天下遠見出版股份有限公司

創辦人／高希均、王力行

遠見·天下文化·事業群 董事長／高希均

事業群發行人／CEO／王力行

出版事業部總編輯／王力行

版權部經理／張紫蘭

法律顧問／理律法律事務所陳長文律師 著作權顧問／魏啟翔律師

社址／台北市104松江路93巷1號2樓

讀者服務專線／(02) 2662-0012 傳真／(02) 2662-0007 2662-0009

電子信箱／cwpc@cwgv.com.tw

直接郵撥帳號／1326703-6號 天下遠見出版股份有限公司

電腦排版／立全電腦印前排版有限公司

製版廠／立全電腦印前排版有限公司

印刷廠／盈昌印刷有限公司

裝訂廠／晨捷印製股份有限公司

登記證／局版台業字第2517號

總經銷／大和書報圖書股份有限公司 電話／(02)8990-2588

出版日期／2009年4月14日第一版

2011年5月25日第一版第4次印行

國家圖書館出版品預行編目資料

關鍵七招，孩子真好教：袁博士給父母的教養魔法棒／

袁巧玲著；周思芸採訪整理．--

第一版．-- 臺北市：天下遠見，2009.04

面：公分．--（親子生活：21）

ISBN 978-986-216-294-1（平裝）

1. 親職教育 2. 親子關係

528.2

98002740



天下文化書坊 <http://www.bookzone.com.tw>

※本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本公司調換

推薦序 | 一本適合作為「臨摹」的親職書 —— 王美恩

4

作者序 | 一個美好的開始 —— 袁巧玲

8

魔法棒1 趁早累積孩子的「學習單位」

13

「學習單位」就是孩子的「學習細胞」，愈早開始累積愈好。

「學習單位」不足，孩子可能出現學習緩慢、行為偏差，或是情緒問題。「學習單位」豐富，父母輕鬆，孩子也靈通。

魔法棒2 善用「多元範例學習法」

39

孩子為什麼不能舉一反三？

關鍵在連結能力不夠，「多元範例學習法」是最佳工具，幫助孩子全面開發邏輯、歸納、創造與想像力，並且有效運用在生活上，形成完整的知識體系。

魔法棒3 掌握關鍵時刻，運用隨機教學

59

孩子的學習有黃金關鍵時刻，當他雙眼發亮，展現出主動興趣時，父母就要抓緊時機，適時介入，進行「隨機教學」。

從手腦協調、生活自理、語言發展、感官發展、人際社交——「隨機教學」都能發揮大功效。

魔法棒4 解開孩子的行為密碼

83

孩子的所有行為背後都有意義與內涵。

判斷如何教導孩子之前，必須正確解讀他們的行為與需求，才能避免許多不必要的緊張與挫折。

魔法棒5 發揮正確讚美的魔力

105

經常受到正確讚美的孩子，彷彿裝了電動馬達，不斷有動力將他往前推進。

讚美所帶來的好處不僅能提升孩子的學習動機與自信心，還能預防壞行為的發生。

魔法棒6 預防勝於治療

125

鬧脾氣、挑食、不聽話、不愛洗澡、不上床睡覺——父母頭痛的問題真不少！

其實，預防勝於治療的觀念在教養上也行得通，運用一些簡單的技巧，就能預防得當，有效減少壞行為的發生。

魔法棒7 爸媽快樂，孩子才會快樂

155

教養孩子是超級馬拉松而不是百米短跑，千萬別一開始就累垮了。

不要過度追求完美，也不要把自己當超人。

好好照顧自己，肯定自己，適時尋求幫手，

別把教養責任扛在自己一個人肩上。因為，你也很重要！

附錄 | 父母最困擾的 20 個問題

167

| 參考資料

關鍵七招， 孩子真好教

哥倫比亞大學應用行為分析博士袁巧玲 著



袁博士給父母的教養魔法棒

推薦序 | 一本適合作為「臨摹」的親職書 —— 王美恩

4

作者序 | 一個美好的開始 —— 袁巧玲

8

魔法棒1 趁早累積孩子的「學習單位」

13

「學習單位」就是孩子的「學習細胞」，愈早開始累積愈好。

「學習單位」不足，孩子可能出現學習緩慢、行為偏差，或是情緒問題。「學習單位」豐富，父母輕鬆，孩子也靈通。

魔法棒2 善用「多元範例學習法」

39

孩子為什麼不能舉一反三？

關鍵在連結能力不夠，「多元範例學習法」是最佳工具，幫助孩子全面開發邏輯、歸納、創造與想像力，並且有效運用在生活上，形成完整的知識體系。

魔法棒3 掌握關鍵時刻，運用隨機教學

59

孩子的學習有黃金關鍵時刻，當他雙眼發亮，展現出主動興趣時，父母就要抓緊時機，適時介入，進行「隨機教學」。

從手腦協調、生活自理、語言發展、感官發展、人際社交——「隨機教學」都能發揮大功效。

魔法棒4 解開孩子的行為密碼

83

孩子的所有行為背後都有意義與內涵。

判斷如何教導孩子之前，必須正確解讀他們的行為與需求，才能避免許多不必要的緊張與挫折。

魔法棒5 發揮正確讚美的魔力

105

經常受到正確讚美的孩子，彷彿裝了電動馬達，不斷有動力將他往前推進。

讚美所帶來的好處不僅能提升孩子的學習動機與自信心，還能預防壞行為的發生。

魔法棒6 預防勝於治療

125

鬧脾氣、挑食、不聽話、不愛洗澡、不上床睡覺——父母頭痛的問題真不少！

其實，預防勝於治療的觀念在教養上也行得通，運用一些簡單的技巧，就能預防得當，有效減少壞行為的發生。

魔法棒7 爸媽快樂，孩子才會快樂

155

教養孩子是超級馬拉松而不是百米短跑，千萬別一開始就累垮了。

不要過度追求完美，也不要把自己當超人。

好好照顧自己，肯定自己，適時尋求幫手，

別把教養責任扛在自己一個人肩上。因為，你也很重要！

附錄 | 父母最困擾的 20 個問題

167

| 參考資料

一本適合作為 「臨摹」的親職書

王美恩

相信大家逛書店時，往往可以發現親職教育類別的書籍總是占書架空間最大的一類，這突顯兩種意義：在供給面這一邊是百家爭鳴，各式各樣親職理念與方法充斥在市場上；另一邊的需求面則暗示著，大量需求背後，有許多渴望與焦慮，感覺很多讀者想要更能掌握親職能力。

這個世代的父母都希望自己的孩子能成長的比自己更好，不論是重視智能發展的、重視多元發展的，或是重視品格教育的父母，專家學者無不努力的幫助他們絞盡腦汁要讓孩子更好，然而在各種論述中，很多父母裝備了很多「知」的內容，卻發現在實踐上有「行」的困難。

《關鍵七招，孩子真好教》是一本很實用的親職「know-how」書籍，作者運用「應用行為分析」的理論架構，讓我們了解與孩子互動的過程，都是一個「學習單位」，並把互動過程分解成不同的步驟，這對父母來講也是一個觀察自己親職行為的指標，立刻知道自己忽略了哪一個步驟，該被提醒的地方是什麼？

作者雖是運用美國發展出來的理論，但很細心的觀察出台灣父母常遇到的問題，像是孩子的主動性與自學力，作者貼心的闡述魔法棒的「魔力」：舉出實際案例的說明、各種角度的使用方法，以及對照不同特質孩子的應對之道，讓讀者一看就知道要怎樣運用在自己的親職行為上。

這就像是學習書法的初期，一定是要有臨摹的階段，在臨摹中去揣摩所謂的書法之「美」，而臨摹到後來就會發現，有自己的方式去詮釋「美」。親子互動也

是如此，專家說的再多，你都會發現自己的孩子還是有些微的差異，但是，當你臨摹的基本功練得好，也就會有智慧去處理孩子的差異性，這是一本很適合作為「臨摹」的親職書。

作者也給讀者很棒的提醒，要學會觀察孩子的行為，要懂得適時讚美與讚美的方法，而父母本身也要保持一顆快樂的心，這些才是成為成功父母的最主要關鍵。孩子是一個活生生的生命個體，父母親決定了孩子很多的信念、態度、行為，孩子也從父母身上學習，不論使用多少親職技巧，一旦父母親的「身教」不夠，效果都會大打折扣。

現代孩子物質方面大多不缺乏，缺的是心靈上的滿足，在兒福聯盟過去的兒童心願調查中，排名第一的心願，往往是父母親更多的陪伴，這是祖父母或外傭無法取代的角色，孩子要的不多，但卻是關鍵。在兒童心理

學的研究中，父母給予有品質的陪伴，會帶出心理上的
依附感（attachment），那是孩子安全感的主要來源，而
安全感則是奠定孩子自信心與自律感的重要基石。

相信讀者在這本書中，不但可以獲得實用的親職技
巧，更能從作者所舉的各種例子中，得到一些提醒與啟
發，滋潤你和孩子之間的互動，同時得到個人的成長！

（本文作者為兒福聯盟知識長）

一個美好的開始

袁巧玲

2007年，我準備回台灣定居時，也決定將我在美國所學的专业帶回台灣。回國後的這段期間，我積極了解台灣的父母對於教育子女的模式與觀念，也在過程中見識到父母對子女的愛的力量。美國和台灣的父母同樣很愛孩子，但台灣的父母即使犧牲自我，也要將一切奉獻給孩子與家庭，常令我很感動。

現在的父母都很願意將精力、心力與金錢投注在孩子的教育上。為了孩子的前途，拚了命也要讓孩子參加才藝、英文、大腦開發……等課程，深怕孩子輸在起跑點上，以後就輸給別人。這種現象代表的是現代父母的焦慮，因為不知道什麼對小孩最好、最有用，所以只要有空閒就全都參加吧！可是，就算所有的課程都上了，

大多數的父母還是會面臨孩子吸收不良與行為上的問題，感覺孩子不好教。見到這種狀況，我很替家長們感到心急，希望能儘快讓全台灣的父母知道：只要用對方法，你就可以靠自己的力量，輕鬆培育出一個有自信、有動機、學習認真，並且獨立的好孩子。

而我要特別提醒家長的是：這些特質才是孩子必需具備的，它們才是孩子在學習的路程上不能成功的關鍵。我想要帶給家長一個正確的觀念：沒有贏在起跑點的孩子，將來不一定就不會有成就。父母只要用對方法，知道如何營造學習環境，就能幫助孩子更早學習到一些必備的技能，讓他們能夠自動自發的學習，並從過程中找到快樂，這比上任何課程更重要。

為了傳達這個重要的訊息，我拜訪許多教育界的朋友，參加一些教育講座，同時也主講了一些研習課程。在過程中，我了解到台灣家長對親職教育的需求，但卻

發現台灣少有人將「應用行為分析」(Applied Behavior Analysis)運用在兒童教育上。其實多年來，研究與實例早已驗證「應用行為分析」在兒童教育和親職培訓上的驚人成效及正面的影響。我衷心希望能和家長分享這個有效的教育方法。

「應用行為分析」是一種基本的學習理念，它的獨特之處在於：

1. 針對每位孩子的特質與需求設計個人化的課程。
2. 學習進度皆列表記錄和追蹤，作為教學方法運用的依據。
3. 選用美國研究多年且具效果的200多種教育策略。
4. 依照觀察的行為與數據分析學習進度，調整教學方法。

我寫這本書的原因，就是深信研究與理論可以靈活運用在教育上。這本書的內容，來自我多年培訓家長、

老師和教導上百個學生的經驗。書中的案例融合美國與台灣父母教育子女的問題，也提供了解決的方法，目的就是要讓大家知道：只要家長學會了解孩子，並選擇適當的教導方式，不論是哪個國家的孩子，都可以成為好孩子。雖然，限於篇幅無法與大家分享「應用行為分析」的理論及其200多種教學方法，但我相信，書中輯錄的精華能提供家長一些正確的學習觀念與教導方向。這是一本能幫助父母及孩子的書，它就像是一根魔法棒，輕輕一點，父母就通了，不必費太多的力氣就能輕鬆的教育孩子，親子關係也會更加親密和諧。

而這本書，只是一個美好的開始。



魔法棒
I

趁早累積孩子的「學習單位」

「學習單位」是什麼？就是孩子的「學習細胞」。

「學習單位」愈早開始累積愈好，如果「學習單位」不足，

孩子可能出現學習緩慢、行為偏差、或是情緒問題。

「學習單位」豐富，父母輕鬆，孩子也靈通。

掌握以下的觀念與方法，親子共享溫馨快樂的學習時光！