

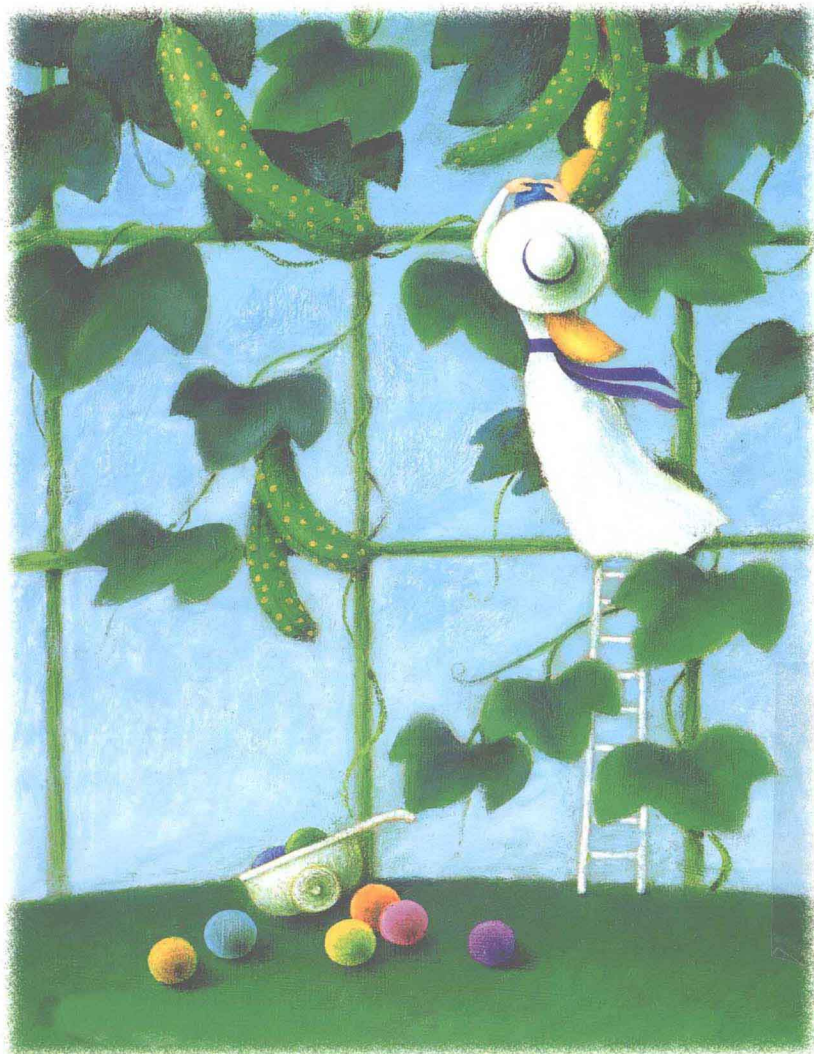


Raising Our Children with Love & Positive Discipline

# 親子共成長

開啓新世代的家庭教育

鄭石岩／著



吳靜吉博士策劃

# 大眾心理學叢書

每冊都解決一個或幾個你面臨的問題  
每冊都包含可以面對問題的根本知識

236

親子共成長

大眾心理學叢書 236

## 親子共成長 (【與孩子一起成長】系列演講)

——開啓新世代的家庭教育

作 者——鄭石岩

策 劃——吳靜吉博士

主 編——林淑慎

特約編輯——楊 菁

發行人——王榮文

出版發行——遠流出版事業股份有限公司

臺北市汀州路3段184號7樓之5

郵撥／0189456-1

電話／2365-1212 傳真／2365-7979

香港發行——遠流(香港)出版公司

香港北角英皇道310號雲華大廈4樓505室

電話／2508-9048 傳真／2503-3258

香港售價／港幣66元

法律顧問——王秀哲律師·董安丹律師

著作權顧問——蕭雄淋律師

2000年6月16日 初版一刷


2003年8月16日 初版七刷

行政院新聞局版臺業字第1295號

**售價新台幣 200 元** (缺頁或破損的書，請寄回更換)

版權所有·翻印必究 Printed in Taiwan

ISBN 957-32-4077-7

 遠流博識網

<http://www.ylib.com>

E-mail: [ylib@yuanliou.ylib.com.tw](mailto:ylib@yuanliou.ylib.com.tw)

國家圖書館出版品預行編目資料

親子共成長：開啓新世代的家庭教育／鄭石岩著．

--初版．--臺北市：遠流，2000[民89]

面；公分．--（大眾心理學叢書；236）

ISBN 957-32-4077-7（平裝）

1. 家庭教育 2. 父母與子女

528.21

89007532

# 《大眾心理學叢書》

出版緣起

王榮文

一九八四年，在當時一般讀者眼中，心理學還不是一個日常生活的閱讀類型，它還只是學院門牆內一個神秘的學科，就在歐威爾立下預言的一九八四年，我們大膽推出《大眾心理學全集》的系列叢書，企圖雄大地編輯各種心理學普及讀物，迄今已出版達二百種。

《大眾心理學全集》的出版，立刻就在全台、香港得到旋風式的歡迎，翌年，論者更以「大眾心理學現象」為名，對這個社會反應多所論列。這個閱讀現象，一方面使遠流出版公司後來與大眾心理學有著密不可分的聯結印象，一方面也解釋了台灣社會在群體生活日趨複雜的背景，人們如何透過心理學知識掌握發展的自我改良動機。

但十年過去，時代變了，出版任務也變了。儘管心理學的閱讀需求持續不衰，我們仍要虛心探問：今日中文世界讀者所要的心理學書籍，有沒有另一層次的發展？

在我們的想法裡，「大眾心理學」一詞其實包含了兩個內容：一是「心理學」，指出叢書的

範圍，但我們採取了更寬廣的解釋，不僅包括西方學術主流的各種心理科學，也包括規範性的東方心性之學。二是「大眾」，我們用它來描述這個叢書「閱讀介面」，大眾，是一種語調，也是一種承諾（一種想為「共通讀者」服務的承諾）。

經過十年和二百種書，我們發現這兩個概念經得起考驗，甚至看來加倍清晰。但叢書要打交道的讀者組成變了，叢書內容取擇的理念也變了。

從讀者面來說，如今我們面對的讀者更加廣大、也更加精細 (sophisticated)；這個叢書同時要了解高度都市化的香港、日趨多元的台灣，以及面臨巨大社會衝擊的中國沿海城市，顯然編輯工作是需要梳理更多更細微的層次，以滿足不同的社會情境。

從內容面來說，過去《大眾心理學全集》強調建立「自助諮詢系統」，並揭橥「每冊都解決一個或幾個你面臨的問題」。如今「實用」這個概念必須有新的態度，一切知識終極都是實用的，而一切實用的卻都是有限的。這個叢書將在未來，使「實用的」能夠與時俱進 (update)，卻要容納更多「知識的」，使讀者可以在自身得到解決問題的力量。新的承諾因而改寫為「每冊都包含你可以面對一切問題的根本知識」。

在自助諮詢系統的建立，在編輯組織與學界連繫，我們更將求深、求廣，不改初衷。

這些想法，不一定明顯地表現在「新叢書」的外在，但它是編輯人與出版人的內在更新，叢書的精神也因而有了階段性的反省與更新，從更長的時間裡，請看我們的努力。

## 編輯室報告

《親子共成長》一書，是親職教育方面的好書，它既實用又富啓發性，內容相當本土化，是教導孩子適應新世紀生活，協助其自我實現的指南。這是每一位正在教導和扶養子女的父母，值得細讀的書。

鄭石岩先生多年來從事心理諮商工作，投注心力於教學與研究，並曾負責推動全國學校輔導工作，對於兒童、青少年的教育與輔導，學驗俱豐。他把多年來累積的經驗，以「與孩子一起成長」為題，分成六個子題，於一年多前，在台北市立圖書館做公開演講。當時大講堂坐無虛席，很受好評。於是，我們在徵得同意後，把六卷錄音帶製作成有聲書，受到許多讀者的喜愛。

之後，不少學校或民間的父母成長團體紛紛來電洽詢，希望能讀到這系列演講的文字。幾經催促，才整理成書，呈現給讀者。這本書中國大陸方面，也邀請授權同時發行，可見其受到重視的程度。

本書的第一講陳述多元智慧的觀念。提醒父母親，每個孩子都有各自的天賦，都有寶貴

的潛能，要認識它，開發它，並提出實用的教導方法。

第二講在於闡述人格發展的重要。人格健全的孩子，無論在生活適應、學習和人際發展上，都有較好的表現。打好這個心智成長的根基，比什麼都重要。在這一講中，作者從兒童發展的角度，提供具體實用的策略，幫助父母親帶好子女。

第三講是培養孩子的適應能力。強調良好生活態度的養成，包括主動學習、自動自發、生活紀律、樂觀態度和人際能力的培育等等。每一個項目，都提出具體的建議和實施步驟，以利為人父母者使用。

第四講是鼓勵孩子進步向學。對於如何指導孩子學習，提升學習的效果，皆有具體的闡述。對於如何與教師合作，共同啟發孩子，亦有具體的交代。

第五講是針對培養孩子情緒智慧而寫。旨在幫助孩子克服懼怕，從而建立信心。兒童和青少年，大部分的心理困擾源自懼怕，因此這一講對於如何克服懼怕情緒，將它轉化成心理的助力，做了詳細的討論。

第六講談親子溝通的技巧。溝通的主要目的是觀念交換，智慧的啟發，經驗的傳承。溝通本身就是一種生活的實現，愛與幸福的感受，而不是說服子女去做大人要他做的事。

這本書涵蓋面廣，對於教育子女及其心智成長，皆有精闢的剖析，讀起來有恍然大悟之



感。書中列舉許多實例，尤其是作者的經驗談，更具感性和啓發性。

相信這本書不但能提供父母親許多教育子女的寶貴方法，同時對父母的生活也能給予啓示，讓你與孩子一起成長，共創幸福的人生。（史東籬執筆）

# 目次

## □編輯室報告

## □代序——新世代的家庭與教育

第一講 每個孩子都有天賦和前途——發展多元智慧

19

第二講 打好孩子心智成長的根基——人格發展的契機

57

第三講 培養孩子的適應能力——基本生活態度的陶冶

93

第四講 鼓勵孩子進步向學——有心向學有效練習

127

第五講 幫助孩子克服懼怕建立信心——良好情緒教育的開端

155

第六講 親子溝通的技巧——學習與成長的媒介

189

吳靜吉博士策劃

# 大眾心理學叢書

每冊都解決一個或幾個你面臨的問題  
每冊都包含可以面對問題的根本知識

236

親子共成長

大眾心理學叢書 236

## 親子共成長 (【與孩子一起成長】系列演講)

——開啓新世代的家庭教育

作 者——鄭石岩

策 劃——吳靜吉博士

主 編——林淑慎

特約編輯——楊 菁

發 行人——王榮文

出版發行——遠流出版事業股份有限公司

臺北市汀州路3段184號7樓之5

郵撥／0189456-1

電話／2365-1212 傳真／2365-7979

香港發行——遠流（香港）出版公司

香港北角英皇道310號雲華大廈4樓505室

電話／2508-9048 傳真／2503-3258

香港售價／港幣66元

法律顧問——王秀哲律師·董安丹律師

著作權顧問——蕭雄淋律師

2000年6月16日 初版一刷

2003年8月16日 初版七刷

行政院新聞局局版臺業字第1295號

**售價新台幣 200 元** (缺頁或破損的書，請寄回更換)

版權所有·翻印必究 Printed in Taiwan

ISBN 957-32-4077-7

YL 遠流博識網

<http://www.ylib.com>

E-mail: [ylib@yuanliou.ylib.com.tw](mailto:ylib@yuanliou.ylib.com.tw)

親子共成長

鄭石岩 著

# 《大眾心理學叢書》

出版緣起

王榮文

一九八四年，在當時一般讀者眼中，心理學還不是一個日常生活的閱讀類型，它還只是學院門牆內一個神秘的學科，就在歐威爾立下預言的一九八四年，我們大膽推出《大眾心理學全集》的系列叢書，企圖雄大地編輯各種心理學普及讀物，迄今已出版達二百種。

《大眾心理學全集》的出版，立刻就在全台、香港得到旋風式的歡迎，翌年，論者更以「大眾心理學現象」為名，對這個社會反應多所論列。這個閱讀現象，一方面使遠流出版公司後來與大眾心理學有著密不可分的聯結印象，一方面也解釋了台灣社會在群體生活日趨複雜的背景之下，人們如何透過心理學知識掌握發展的自我改良動機。

但十年過去，時代變了，出版任務也變了。儘管心理學的閱讀需求持續不衰，我們仍要虛心探問：今日中文世界讀者所要的心理學書籍，有沒有另一層次的發展？

在我們的想法裡，「大眾心理學」一詞其實包含了兩個內容：一是「心理學」，指出叢書的

範圍，但我們採取了更寬廣的解釋，不僅包括西方學術主流的各種心理科學，也包括規範性的東方心性之學。二是「大眾」，我們用它來描述這個叢書「閱讀介面」，大眾，是一種語調，也是一種承諾（一種想為「共通讀者」服務的承諾）。

經過十年和二百種書，我們發現這兩個概念經得起考驗，甚至看來加倍清晰。但叢書要打交道的讀者組成變了，叢書內容取擇的理念也變了。

從讀者面來說，如今我們面對的讀者更加廣大、也更加精細 (sophisticated)；這個叢書同時要了解高度都市化的香港、日趨多元的台灣，以及面臨巨大社會衝擊的中國沿海城市，顯然編輯工作是需要梳理更多更細微的層次，以滿足不同的社會情境。

從內容面來說，過去《大眾心理學全集》強調建立「自助諮詢系統」，並揭橥「每冊都解決一個或幾個你面臨的問題」。如今「實用」這個概念必須有新的態度，一切知識終極都是實用的，而一切實用的卻都是有限的。這個叢書將在未來，使「實用的」能夠與時俱進 (update)，卻要容納更多「知識的」，使讀者可以在自身得到解決問題的力量。新的承諾因而改寫為「每冊都包含你可以面對一切問題的根本知識」。

在自助諮詢系統的建立，在編輯組織與學界連繫，我們更將求深、求廣，不改初衷。

這些想法，不一定明顯地表現在「新叢書」的外在，但它是編輯人與出版人的內在更新，叢書的精神也因而有了階段性的反省與更新，從更長的時間裡，請看我們的努力。

## 編輯室報告

《親子共成長》一書，是親職教育方面的好書，它既實用又富啟發性，內容相當本土化，是教導孩子適應新世紀生活，協助其自我實現的指南。這是每一位正在教導和扶養子女的父母，值得細讀的書。

鄭石岩先生多年來從事心理諮商工作，投注心力於教學與研究，並曾負責推動全國學校輔導工作，對於兒童、青少年的教育與輔導，學驗俱豐。他把多年來累積的經驗，以「與孩子一起成長」為題，分成六個子題，於一年多前，在台北市立圖書館做公開演講。當時大講堂坐無虛席，很受好評。於是，我們在徵得同意後，把六卷錄音帶製作成有聲書，受到許多讀者的喜愛。

之後，不少學校或民間的父母成長團體紛紛來電洽詢，希望能讀到這系列演講的文字。幾經催促，才整理成書，呈現給讀者。這本書中國大陸方面，也邀請授權同時發行，可見其受到重視的程度。

本書的第一講陳述多元智慧的觀念。提醒父母親，每個孩子都有各自的天賦，都有寶貴



的潛能，要認識它，開發它，並提出實用的教導方法。

第二講在於闡述人格發展的重要。人格健全的孩子，無論在生活適應、學習和人際發展上，都有較好的表現。打好這個心智成長的根基，比什麼都重要。在這一講中，作者從兒童發展的角度，提供具體實用的策略，幫助父母親帶好子女。

第三講是培養孩子的適應能力。強調良好生活態度的養成，包括主動學習、自動自發、生活紀律、樂觀態度和人際能力的培育等等。每一個項目，都提出具體的建議和實施步驟，以利為人父母者使用。

第四講是鼓勵孩子進步向學。對於如何指導孩子學習，提升學習的效果，皆有具體的闡述。對於如何與教師合作，共同啟發孩子，亦有具體的交代。

第五講是針對培養孩子情緒智慧而寫。旨在幫助孩子克服懼怕，從而建立信心。兒童和青少年，大部分的心理困擾源自懼怕，因此這一講對於如何克服懼怕情緒，將它轉化成心理的助力，做了詳細的討論。

第六講談親子溝通的技巧。溝通的主要目的是觀念交換，智慧的啟發，經驗的傳承。溝通本身就是一種生活的實現，愛與幸福的感受，而不是說服子女去做大人要他做的事。

這本書涵蓋面廣，對於教育子女及其心智成長，皆有精闢的剖析，讀起來有恍然大悟之