

愈玩愈聰明

愛 | 遊戲與學習

Learning by Playing

50個提升愛與生活的親子共玩小遊戲



讓孩子在遊戲中學習成長，
以創意激發 IQ，以遊戲訓練 EQ。

New Way17

愛，遊戲與學習

Learning By Playing



倪履冰◎ 著

匡邦文化



匡邦文化

在閱讀與思考中創造未來

New Way17

愛，遊戲與學習

- 作者 倪履冰
總編輯 林淑真
主編 廖淑鈴
編輯 蔡凌雯
插畫編輯 陳慧欣 www.kim919.idv.tw
出版者 匡邦文化事業有限公司
聯絡地址 116 台北市羅斯福路四段200號9樓之15
E-Mail dragon.pc2001@msa.hinet.net
網址 www.morning-star.com.tw
電話 (02) 29312270、(02) 29312311
傳真 (02) 29306639
法律顧問 甘龍強律師
出版日期 2003年8月第1版第1次印行
總經銷 知己實業股份有限公司
郵政劃撥 15060393
台北公司 106台北市羅斯福路二段79號4樓之9
電話 (02) 23672044、(02) 23672047
傳真 (02) 23635741
台中公司 407台中市工業區30路1號
電話 (04) 23595819
傳真 (04) 23595493
定價 200元

Printed in Taiwan
如有破損或裝訂錯誤，請寄回本公司更換

©版權所有·翻印必究©

國家圖書館出版品預行編目資料

愛，遊戲與學習 / 倪履冰著。— 第一版。

臺北市：匡邦文化，2003[民92]

面；公分。—(New way；17)

ISBN 957-455-485-6 (平裝)

1. 兒童遊戲 2. 親職教育

523.13

92011385

如何購買匡邦文化的書呢？

有你的支持，匡邦將更努力！

這裡提供你幾種購書的方式，

讓你能更簡單地擁有一本好書。

一、書店購買方式

全省的連鎖書店或地方書店均可購買得到我們的書，如果在書店找不到時，請直接向店員詢問！

二、信用卡訂閱方式

你可以來電索取「信用卡訂購單」（專線 04-23595820 轉 232），填妥「信用卡訂購單」傳真至 04-23597123 即可。

三、郵政劃撥方式

你也可以選擇到郵局劃撥，請務必在劃撥單背面的備註欄上註明購買書籍名稱、定價、數量及總金額。我們會在收到你的劃撥單後，立即為你處理並寄書（若急於收到書，請先將劃撥收據傳真給我們）。**劃撥戶名：知己實業股份有限公司 帳號：15060393**

四、現金購書方式

填妥訂購人的資料、購買書名與數量，連同支票或現金一起寄至台中市407工業30路1號，「知己實業股份有限公司」收。

五、購書折扣優惠

為了回饋讀者，直接向我們購書，享有特別的折扣優惠。購買兩本以上九折優待，五本以上八五折，十本以上八折優待，若需要掛號請付掛號費30元，我們將在接到訂購單後會立即處理。

六、購書查詢方式

如果你有任何購書上的疑問，請你直接打服務專線 04-23595820 轉232，或傳真 04-2359-7123，將有專人為你解答。

《推薦序》

遊戲是孩子的世界

學習親職教育以來，一直深信「遊戲是孩子的世界」的理念，因為遊戲對孩子的成長，就有如水和空氣般重要，這不僅是在眾多的研究上得到證明，而且在實務經驗亦有可觀的發現。

然而，即使是在今日新的教育思潮中，仍有不少父母認為孩子的學習只來自學校功課，也許再加上家庭作業和補習。他們不喜歡孩子花時間在「玩」，甚至限制孩子去「玩」。殊不知這種教育作為，不但限制了孩子健全的身心發展，而且扼殺了孩子智能和創造力的發揮和提升。亦有一些父母雖不反對孩子在讀幼稚園或小學之前可以多玩一點，但是等到子女一進入正式的教育體制中，傳統所謂的三R：讀、寫、算，便成為孩子的大部分，甚至是全部的世界。「貪玩」成為一種罪名，是「沒有前途」的代名詞。竟不見有人因為玩而成為發明家、科學家、運動明星、名設計師、大漫畫家。因此，我堅信人無論年齡大小都可以玩，而且可

以玩出「名堂」來！

期盼父母都能有幸閱讀到這本書，因為它的內容精彩、遊戲生動、插圖活潑，必能受益良多。總之，拿出勇氣與孩子玩在一起，會是孩子一生的福氣啦！

履冰在學時是一位受到老師和同學十分肯定和讚揚的學生，之後在萬芳高中輔導室當實習老師，亦獲得校長和主管的賞識；現今在政大附中籌備處工作，同樣受主任與同事的喜愛。如此的表現在在顯示出她許多優越的能力和特質。

不僅如此，履冰更有一種讓孩子如眾星拱月般圍繞著她的魅力，在校時是系上老師們的子女吵著要找的大姊姊，在寒暑假辦的兒童EQ營中，是孩子們愛戴的輔導員。當初在創辦的《父母親月刊》開闢「愈玩愈聰明」專欄時，邀請她擔綱主筆，現在回想起來還真得意自己的先覺慧眼。

如今，履冰有機會把專欄的文章重新修飾結集出書，一方面對她的成就與有榮焉，一方面懷著青出於藍的欣慰，謹以為序，並祝福她更勝於藍。

鍾思嘉

仲夏於指南山麓

2003

《作者序》

感受親子同樂的溫馨

曾經在兒童遊戲治療的課堂中，老師問我們覺得自己適不適合走兒童這個領域？大家你看我，我看你，想著到底要提出什麼樣的證據，才能確立自己的定位。老師看我們一副在回答論文口試般的專注，卻又提不出像樣的答案，於是決定告訴我們一個天大的檢驗秘方，就是——跟孩子玩！

因為這句話，我開始跟孩子玩。你知道跟孩子玩有多棒嗎？他們一定比寫功課時投入，比被你教訓時聽話，比做家事時認真，比任何時候都開心。如果你覺得和孩子玩很煩，那可能是因為你沒有確實遵守遊戲規則，還以大人的姿態在小朋友的世界指揮；如果你覺得和孩子玩很無聊，那可能是因為你習慣從物質層面獲得刺激，沒有用心體會純真的樂趣；如果你覺得和孩子玩很累，那你應該是老了！

在接觸親子的過程中，我常常聽到一直抱怨孩子的父母，卻很少聽到會抱怨

父母的孩子。當然，父母對孩子企盼、照顧的心可作為解釋的一部分，但孩子對父母全然的接納，或許是為人父母者更應被喚起的本能。

就像戀愛中的人一樣，看電影只是一個媒介，主要是兩人在一起的時光，怎麼都甜蜜。和孩子一起玩，遊戲也只是個媒介，其實小時候爸媽帶我玩了什麼，多半都已不大記得，但那種溫馨、幸福的感覺，卻會隨著時間的累積而越來越濃郁。書中帶給你的，是許多有形的遊戲，希望隨著你的嘗試與投入，能漸漸體會到其中的意義、趣味，並懂得珍惜跟孩子相處的時光。不要以忙當理由，小朋友可是長得很快，今天你沒時間陪他們，以後他們的時間裡也排不下您。不要用難做藉口，現在就翻開書，把小朋友抓過來，你和孩子的快樂之旅就此展開！

《前言》

在玩樂中成長

你是否對自己的孩子有很多抱怨：不聽話、做功課拖拖拉拉、沒事老找弟弟妹妹麻煩、做事沒恆心、任性……其實這些狀況都是令許多為人父母者頭大的問題。而家長為了解決孩子這些行為或情緒上的問題，常會借助一些教條或規範，希望孩子能夠達到自己的要求，適應這個社會，甚至進一步擁有更多和別人競爭的資源。

但是我們有沒有想過：自己平時究竟是用什麼方法在教孩子？是說、是罵、還是威脅利誘？例如孩子在學校打傷了人，你會告訴他打人是不可以的，別人會很痛、很難過，然後逼孩子向對方道歉；還是以其人之道還治其人之身，也把孩子打一頓，讓他體會切膚之痛，期望日後他能自我警惕？這些方式或許能收一時之效，但孩子的心態呢？很可能只是陽奉陰違。以後遇到類似的狀況，他們只要確定不會被爸媽抓到，在外照打不誤，更可悲的是，孩子到最後已彈性疲乏，父

母說再多，打再凶，也沒有任何效果了。

所以，孩子的外在行為是矯正不完的，重要的是他們的意志與想法、他們的品性特質。如上例，若能讓孩子培養出同理心，設身處地為他人想一想；或是培養孩子的情緒智商，懂得在面對狀況時調適與釋放自己，相信會比讓孩子寫一百遍「我不再打人」，來得有效果。

但這些特質與能力要如何才能讓孩子擁有呢？其實不需花大錢請名師，也不需要逼孩子背誦冗長教條，最有效的方法就是和孩子「玩」！

讓孩子邊玩邊學

孩子為什麼喜歡玩？理由很簡單，因為無論平常上課或是爸媽說教時，他們只能被動的聽大人說，看大人表演，他們是觀眾，是聽眾，除了不一定對這齣戲碼有興趣外，若再加上大人們不歡迎批評指教，孩子可說一點選擇的權力都沒有。但玩的時候就大不相同了，此時他們可以參與其中，自己當導演，自己做主角，自由自在做自己想做的，說自己想說的，別說孩子，誰不喜歡這樣的感覺。

很多家長可能會說：我們當然知道孩子喜歡玩，可是不能整天玩不讀書啊！讀書才能學到知識，學到待人處世的道理，才能適應社會和別人競爭。啊哈！父母的迷思馬上就出現了：難道玩一定浪費時間嗎？不能讓孩子從玩中有所收穫而成長嗎？課堂上、書本中的內容就包括孩子所需的一切知識嗎？

你不妨回想自己小時候身邊的朋友，那些整天在外面瘋的孩子，是不是可以輕易地從一堆枯草中找到一隻蒼衣蟲；而整天讀書的模範生，卻可能連青蛙和癩蛤蟆都分不清楚。各種比賽的常勝冠軍，可能是人際關係中永遠的失敗者，而打球打得昏天暗地的孩子，卻死黨哥兒們一大堆。原因為何？只因孩子不光只是在「玩」，他們還會從中吸取經驗、獲得新知，並有所體認。這樣得來的東西對孩子來說，才是真正屬於他們自己的一部份，而非老師家長們汲汲想往他們腦子裡塞的外來物。「玩」其實可以針對不同的目的去設計而滿足各種需求，既然孩子喜歡玩，做父母的何不動動腦筋，讓孩子邊玩邊學，如此一來，大人滿意，小朋友高興，兩全其美的雙贏結果不是很好？

現代父母多半是上班族，每天生活都像在打仗，回家後常常精疲力竭，只希

望能倒頭睡個大覺，所以有不少爸媽表示自己的壓力已經很大，只要孩子不要來煩鬧就已經謝天謝地了，怎麼還可能和顏悅色、耐心地與孩子互動？如果平日你也有同樣的困擾，那麼「假期」就是不能再錯失讓孩子快樂學習的機會！

假日是親子互動好時機

你是不是有很多與父母相關的美好記憶都是發生於假期？去梨山採水果、海邊抓螃蟹、買一大堆零食去看電影、趁百貨公司打折大採購……因為人在假期中，無論是精神或身體都處於休息和放鬆狀態，即使沒做什麼活動都是輕鬆愉快的，和孩子之間的相處自然也比較有耐心！加上這個時候少了來自外界的壓力和緊張，人的記憶力反而更清楚，學習起來也就格外容易，更能讓孩子從中成長獲益。

週休二日實施以來，雖然只較以前多了半天，但從星期五晚上就可以自由玩樂，讓規劃假期的彈性增加許多。與其兩天都和孩子在家睡覺、看電視、打電動，不如和孩子計畫個一天全家出去玩玩。而從決定地點開始，就是讓孩子學習

的好時機，大家可以先表達自己的需求和限制，比如：媽媽想購物、爸爸喜歡戶外運動、哥哥晚上和朋友有約、姊姊不喜歡曬太陽、弟弟想看電影、妹妹只想吃冰淇淋等等。給孩子這麼多不同的條件並非存心找碴，而是讓孩子在調整計畫中學習如何和別人協商、如何取捨與進退，讓他們懂得有時要犧牲一下自己的利益，才能顧全大家的福利，相對的，別人也才會為你著想。就在孩子體會事難兩全，更難「多全」的現實時，他們同時也嚐到犧牲付出的快樂！

參與是成長的機會

接著爸媽要給孩子們一個預算的上限，總不能放個假花掉整個月的薪水吧！當預算的問題一加入，更增加了計畫的難度，家長可以陪著小朋友大概估計一下，看看每項活動的預定花費，想想如何組合排列才能有最大的效益。平常都是當消費者的孩子常會不知「人間疾苦」，球鞋一雙三、四千，手機一只一、二萬，花起來眼睛連眨都不眨，反正都是爸媽在付錢。所以不給孩子經手管理錢財的機會，他們永遠不會知道，一家子花起錢來的威力有多可怕！偶爾給他們做一下財

政大臣，也才能「體驗民情」。在種種的考驗之後，最後就是要孩子訂出屬於全家的假期計畫！

要提醒爸媽們的是，整個過程不是放任孩子不管，爸媽的經驗對孩子來說很重要，不妨和孩子分享一下過去假期的點滴，看看有哪些資訊可以參考的。若是有一家都不明白的地方，帶著孩子一起想辦法。例如想知道電影場次的時間，大家一起想是否有電話可以查詢，或是上網查更容易；想知道出遊地點的資訊，全家到圖書館、書店找旅遊書籍。父母的角色是全陪、是嚮導、是顧問，不要不信任孩子，一直搶著做團長；也不要太放心地當起專業團員，隨時提醒，處處分享，才能在過程中讓孩子學習成長。

若是計畫去外地過夜，可以讓孩子表現的機會就更多！包括飯店的訂宿、確認、交通工具的選擇、行李的打包、飲料點心的準備、急救用具、照相機、電池、地圖……都是孩子可以打點考慮的事宜。孩子從中可以學習的太多了，就看父母是否給他們機會。爸媽們請記得，無論如何，假期都應是充滿歡笑的，不要因為過程中的一點小瑕疵就抹滅孩子全程的努力，抱持感恩的心，孩子會以自己

為榮，而這些快樂的回憶，也會永遠影響且存留在他們的心中。

僅僅是一個假期，就可以給孩子、給爸媽這麼多的機會邊玩邊學習，如果進一步將這樣的態度落實到生活中，不就可以每天都有「進帳」？但是要如何才能讓孩子越玩越聰明，玩樂中又可以培養孩子哪些能力，這其中當然需要一些技巧與法寶，就讓我們一起來切磋切磋吧！



CONTENTS

推薦序

〔002〕 遊戲是孩子的世界／鍾思嘉

作者序

〔004〕 感受親子同樂的溫馨

前言

〔011〕 在玩樂中成長

◇無條件的愛與接納

〔021〕 提供孩子安全感

〔023〕 「愛」與「接納」非溺愛

〔025〕 將「愛」訴諸語言和行動

◇知識

〔035〕 知識讓孩子了解自己與環境

◇觀察學習

- 〔038〕生活處處皆學問
- 〔040〕寓教於樂需要心思

◇平衡與穩定

- 〔055〕父母是最佳示範
- 〔057〕觀察會有死角
- 〔059〕每週一星

◇合作與溝通

- 〔067〕心理上的平衡
 - 〔069〕學習上的平衡
 - 〔071〕家庭上的平衡
- 〔081〕合作是一種心態