

#### 图书基本信息

书名：<<心理醫生教你26句話 教出優秀貼心的好孩子>>

13位ISBN编号：9789862291917

10位ISBN编号：9862291915

出版时间：三采文化出版事業有限公司

作者：湯汲英史 著  
蕭雲菁 译

页数：168

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 前言

推薦序 除了愛，沒有別的了！

名電視 / 廣播主持人 . 生命教育課程講師 . 資深老爸 廖偉凡 一群同學相約去看好久不見的老師，大家你一言我一語，聊得真是快樂。

臨散會前，老師突然話鋒一轉對我說：「偉凡啊！

你在媒體工作，台灣的媒體是怎麼搞得，變得這麼畸形？

」旁邊的同學也接嘴說：「什麼只有媒體畸形，台灣的政治、台灣的教育、台灣青少年的價值觀、台灣的家庭關係、台灣的.....哪一樣不畸形？

」在回家的路上，我的心裡真的有一股不平安的感覺。

這些年我因著生命教育課程的學習，所以有機會到不同的學校，和爸爸媽媽們交換親子教育的心得。你知道嗎？

扭曲的台灣社會連親子教育這一領域，都難逃「畸形的魔咒」！

真的，比起媒體的畸形，這才更讓人覺得擔憂。

連續五年針對台灣孩子所做的「幸福指數調查」指出，有六成以上的孩子說他們不快樂，原因是爸媽只在乎他們的功課。

有七成以上的孩子表示，放學回家後，他們沒有機會和父母好好說說話，因為她們都在補習班。

有八成以上的孩子，每星期在家裡面吃不到三頓飯，原因是孩子忙？

爸媽也忙？

台灣的媒體每天都有兒童被家暴的新聞，九成以上的施暴者都是親身父母。

讓孩子學習助人最好的機會，就是去做志願服務的工作，不要不相信，有些台灣的父母認為這是浪費時間，於是還真的寧可花錢去「買」服務證明！

我問球場上帥氣的大男孩，那個小男生是你的弟弟嗎？

不是！

是他爸爸請我來陪他打籃球，一個小時三百五十元，不錯吧！

為什麼台灣會出現這麼扭曲又畸形的教育方式？

背後的原因，就是父母用錯了愛孩子的方法。

作父母的除了要學會如何愛孩子，更要讓孩子聽見、看見你們的愛！

在本書中，讀者可以清楚又簡單地學會如何跟孩子說話，同時在說的過程中，不但讓孩子領受到你的愛，更讓我們的孩子也學會用愛與人彼此對待。

比方說，書中有一個章節談到了「小家庭時代更應該教會孩子一人一半的的觀念」，作者從「給你—給我」這樣一個簡單的話語，來引導我們的孩子學會分享，也學會尊重.....。

每讀一個章節，我都會有一個幸福的發現。

這些年我常常驕傲地與別人分享我教養孩子的經驗，最近我又收養了一個四歲的孩子。

一邊讀這本書，我對教養這個孩子有了更篤定的態度。

除了「愛」，沒有別的了！

前言 本書將針對就孩子的發育來說，具有重要意義的一些語句——我將這些語句稱為「教養的關鍵句」——做一番說明。

「教養的關鍵句」這個名稱，是我長期在接觸孩子們時，自然而然浮現出來的一個名稱，以往並不存在。

「教養的關鍵句」能幫助孩子學會在面對人與物時，應採取什麼樣的態度與方式，同時也是教會我們在與孩子接觸時，應如何面對孩子的語句。

本書所舉的26個「教養的關鍵句」，都是幫助孩子健全發育時不可或缺的語句，同時也是大人們在面對孩子時，必須積極地對孩子說的語句。

成長就是形成自我與社會化 孩子出生時，並不具備一個完整的人格，而是以不成熟的狀態來到這個世界，然後在日後與周圍的人或物接觸中慢慢發育，這個發育具有兩個重要的目的。

第一個目的在加深自己對世界的認知，進而慢慢學會自行思考與判斷，也就是所謂的「自我形成

」。

另一個目的是設法將自己所做的判斷，以適當的方式表達出來，好讓周遭的人能夠接受，也就是所謂的「社會化」。

我在醫院裡擔任治療師的工作，來到我們醫院裡接受治療的孩子，大多都有發育上的某些問題，其中有些孩子甚至早已過了青年期，依舊無法適應社會。若以年齡層來看，我所接觸過的人，從嬰幼兒到青年、成人都有，可說範圍甚廣，若以和他們相處的時間長短來看，跟我相處最長的時間甚至早已超過四分之一個世紀。

在長年來接觸他們的過程中，我越來越堅信，即使孩子在發育上存在某些問題，教養孩子的終極目的，還是在於「讓孩子學會自行思考、自行判斷，進而自行採取行動」。

只是，當孩子擁有發育上的問題時，自然無法順利發展他的言語表達能力和與他人溝通的能力，使得周圍的大人無法確實掌握他的真實想法，連帶造成大人不知道該如何面對他，常常使大人們處於摸索的狀態。

在這些因素影響下，原本能透過各個不同階段慢慢發展的「自我形成」與「社會化」，有時也可能往偏差的方向發展而去。

適當的對待方式就能改變孩子 我們會在書中詳細地介紹具體的事例，例如有些孩子根本無法安靜坐下來聽大人說話，也有一些孩子明顯有暴力傾向，根本無法控制自己的行為，還有一些孩子只要無法做好自己想做的事時，就會控制不住地大吵大鬧，甚至還有一些孩子完全無法理解別人的想法，除了自己之外，完全無法設身處地為他人著想。

這些孩子有時會被批評為「不夠社會性」，意指他們的社會性發展不符合他們的實際年齡，換句話說，就是他們的「自我形成」和「社會化」發育程度，並不符合他們的實際年齡。

事實上，這些孩子常常具有ADHD（注意力缺陷過動症）或LD（學習障礙）或亞斯伯格症（Asperger Syndrome）等自閉傾向，在發育上具有某些障礙，有些孩子甚至被診斷出具有輕度的智能障礙。

不可否認，有些孩子確實有發育上的問題，醫療機構裡也常常見到這樣的孩子上門來求診。但另一方面，有些孩子卻是因為大人的教養方式有問題，當然這也包含大人對待孩子的方式在內，造成孩子對社會和事物無法產生興趣而已，這也是一個不爭的事實。

在這種情形下，只要周遭的大人改變對待孩子的方式，同時主動對孩子多說話，就能大為改善孩子的發育情形，即使是真有發育問題的孩子，也能因為這種對待方式的改變，往更好的方向發展。

教導孩子時首重「教養的關鍵句」 發育上有問題的孩子，除了言語發展會比較遲緩外，常常連玩耍和運動或是處理身旁的事物，都會顯得較為遲鈍。

就原因來說，我們已經明白這樣的孩子是因為聽覺或視覺等感覺上出了問題，所以才無法順利理解別人所說的話，或是因為對人不太有興趣，使得他對各種事物表現得漠不關心，或是無法與他人有更進一步的接觸。

面對這樣的孩子，許多家長和老師都束手無策，不知道該如何面對這樣的孩子，更不知道該如何對待這樣的孩子，因此到醫院裡來詢問我們的意見。

通常我們會依據每個孩子的發育診斷結果，告知大人們孩子目前在言語發育和運動，以及處理自己身旁事物等事項上擁有哪些問題，同時讓大人們明白如何指導孩子克服這些問題，這些做法對孩子的發育又具有什麼樣的意義和作用。

此時我們會強調的是，主動對孩子說話或說明時所用的語句具有一定的重要性，也就是本書所要介紹的「教養的關鍵句」。

這些語句能教會孩子對事物產生新的看法，進而敦促孩子不再只是聽到大人的指示之後才採取行動，而是懂得透過更高的理解來主動採取行動，也就是能提高孩子對人與物的關心，以及採取行動的意願。

令人在意的孩子正急速增加中 二十幾年來，我每星期會有一天的時間，到各託兒所去做巡迴諮詢的服務，十年前開始，也開始到「學童俱樂部」（類似台灣的「安親班」，但多為由家長共同管理與營運的民間機構，主要目的在提供父母因工作不在家的孩童，放學後有所安全去處）去做巡迴諮詢的服務。

這種巡迴諮詢的服務，原本服務的是發育有障礙的孩子，在東京都內的某一區裡，甚至規定一家託兒所最多只能接納二名擁有發育障礙的孩子入學，但最近因發育問題而找我們諮詢的孩子都多到七、八名，而且這種情形越來越普遍，已經是確實擁有發育障礙的孩子的一倍，甚至是三倍。託兒所的容納人數規定為一百二十名左右，如果找我們諮詢的對象有八名，就等於占了這家託兒所的6%以上。

「學童俱樂部」的情形也是一樣，最近這七、八年來，有施暴等問題的諮詢案件，也急速增加了許多。

不過這些孩子們，並不真的都具有任何發育障礙的問題，如我剛剛說明過，我其實常常覺得這些孩子只是缺少發育上的必要營養，也就是大人們的適切對待，才會對這些孩子的發育造成各種不良影響。

促進孩子發育的「教養的關鍵句」 透過這樣的長期經驗，我發現今日社會裡最需要的，就是教育孩子時所必須的「教養的關鍵句」，這些話除了可用來幫助擁有發育障礙的孩子得到改善外，更能讓一般的孩子得到健全的發育。

今日這個社會或許蒙蔽了以往被視為理所當然的事，才會造成孩子的發育產生偏差，甚至包含父母在內，大人們對育兒和教養孩子一事越來越沒有自信，這也是導致孩子的發育產生偏差的原因之一。

說不定大人自己在對待人與物時，本身其實就已經很混亂，所以昔日即使意識到有些話屬於對待孩子的「教養的關鍵句」，也可能越來越不被利用。

因為大人們的混亂與沒有自信，才會造成大人們自己錯失了「教養的關鍵句」所扮演的重要角色。

「教養的關鍵句」絕對不是很難的語句，只是為什麼我們需要使用這些語句？

這些語句對孩子的成長有什麼影響？

大人對孩子說這些語句，對孩子的發育具有什麼樣的效果？

這些深具意義的語句，都隱含在「教養的關鍵句」裡，所以本書將透過各種不同的孩子成長故事，來傳達這些「教養的關鍵句」具有什麼重要的意義和作用，希望藉由本書的出版，能讓我們社會有越來越多有自信適當面對孩子的大人。

社團法人精神發育障礙指導教育協會王子醫院 言語聽覺治療師 / 精神醫療社會工作師 湯汲英史

## 內容概要

爸媽對孩子說的每句話，出發點都是為了孩子好，為什麼聽到孩子耳裡，卻只剩下命令和責罵？

只要用這26句話，將愛與關懷傳遞給孩子！

「輕輕的！

」……就能提高孩子的行為控制力。

「你做好了！

」……孩子就懂得告一段落。

「一人一半！

」……孩子便知道要體貼別人。

「不要這麼兇喔！

」……孩子就可以體會別人的感受。

明明是要傳達愛與關懷，但是卻變成命令與責罵嗎？

原來對孩子說話也需要學習，連串的大道理孩子聽不懂，暴躁與怒吼同樣不能讓孩子了解。

學習語言有所謂的「關鍵句」，教養孩子也有「關鍵句」，本書集心理醫師三十年教育指導與治療之大成，以具體事例以及淺顯易懂的說明，歸納出26句關鍵句。

這些語句對孩子的人格與成長具有一定的重要性，孩子不但能從這些話中感受到父母的愛，而且也能因此學會如何與他人相處，更能懂得正面思考、肯定自己。

這關鍵的26句話讓孩子優秀貼心又懂事，並且對爸媽的記憶充滿愛。

【本書特色】 ?降低親子衝突，了解孩子的成長歷程，奠定親子溝通的基礎。

?以心理醫師歸納的說話法，有效提升孩子的智育與情緒的發展。

?引導孩子學會體會別人的情緒、管理自己的行為，使孩子成為受人歡迎的好孩子！

#### 作者簡介

湯汲英史 (作者) 湯汲英史 早稻田大學客座教授，言語聽覺治療師 精神醫療社會工作師，畢業於早稻田大學第一文學系心理學科，是「日本發育協會?王子醫院?復健室」的言語聽覺治療師、精神醫療社會工作師，並擔任發育協會常務理事。由於需要在臨床上直接面對許多孩子與父母，並與孩子、青少年面對面交談，探詢發展與成長的諸多問題，因此是首屈一指的兒童與青少年心理專家。

書籍目錄

前言教養的關鍵句1「輕輕的！」

」 提高孩子的行為控制力教養的關鍵句2「很重要喔！」

」 加深孩子理解人與物的重要性教養的關鍵句3「不行喔！」

」 讓孩子學會自行判斷教養的關鍵句4「做好了！」

」 教孩子懂得什麼叫告一段落，同時給予評價教養的關鍵句5「沒事的！」

」 穩定孩子的心情教養的關鍵句6「去做……！」

」 提高孩子的理解力教養的關鍵句7「一起喔！」

」 讓孩子懂得關懷他人教養的關鍵句8「做完XX就來做……喔！」

」 協助孩子接受別人的意見教養的關鍵句9「一人一半喔！」

」 幫助孩子體貼別人教養的關鍵句10「給你—給我！」

」 讓孩子懂得思考如何與別人相處教養的關鍵句11「借我！」

」 讓孩子理解何謂「所有權」教養的關鍵句12「這是……的工作！」

」 讓孩子學會誰有「決定權」教養的關鍵句13「你長大了喔！」

」 幫助孩子肯定自己教養的關鍵句14「好開心喔！」

」 讓孩子表達自己的心情教養的關鍵句15「好可惜！」

不過這也沒辦法！

」 幫助孩子控制自己的情緒教養的關鍵句16「因為……」 促使孩子整理自己的思緒，進而理解他人教養的關鍵句17「好孤單喔！」

」 加強孩子想與人接觸的意願教養的關鍵句18「不要這麼兇！」

」 使孩子懂得別人的感受教養的關鍵句19「喜歡！」

」 讓孩子察覺「自我的存在」教養的關鍵句20「名字」 讓孩子意識到別人的存在教養的關鍵句21「早安！」

」 讓孩子學會尊重同伴教養的關鍵句22「順序」 幫助孩子產生群體的意識教養的關鍵句23「不是故意的！」

」 促使孩子理解別人的想法教養的關鍵句24「你好棒！」

」 建立孩子「我做得來」的自信教養的關鍵句25「再見！」

」 讓孩子能夠想像未來教養的關鍵句26「謝謝！」

」 培養孩子感謝的心專欄 孩子會探索自己的身體專欄 智力測驗無法測出孩子的智慧專欄 決定權在我專欄 作業的重要性專欄 孩子不是萬能選手專欄 第三角色的重要性後記

## 章节摘录

前言 本書將針對就孩子的發育來說，具有重要意義的一些語句——我將這些語句稱為「教養的關鍵句」——做一番說明。

「教養的關鍵句」這個名稱，是我長期在接觸孩子們時，自然而然浮現出來的一個名稱，以往並不存在。

「教養的關鍵句」能幫助孩子學會在面對人與物時，應採取什麼樣的態度與方式，同時也是教會我們在與孩子接觸時，應如何面對孩子的語句。

本書所舉的26個「教養的關鍵句」，都是幫助孩子健全發育時不可或缺的語句，同時也是大人們在面對孩子時，必須積極地對孩子說的語句。

成長就是形成自我與社會化 孩子出生時，並不具備一個完整的人格，而是以不成熟的狀態來到這個世界，然後在日後與周圍的人或物接觸中慢慢發育，這個發育具有兩個重要的目的。

第一個目的在加深自己對世界的認知，進而慢慢學會自行思考與判斷，也就是所謂的「自我形成」。

另一個目的是設法將自己所做的判斷，以適當的方式表達出來，好讓周遭的人能夠接受，也就是所謂的「社會化」。

我在醫院裡擔任治療師的工作，來到我們醫院裡接受治療的孩子，大多都有發育上的某些問題，其中有些孩子甚至早已過了青年期，依舊無法適應社會。

若以年齡層來看，我所接觸過的人，從嬰幼兒到青年、成人都有，可說範圍甚廣，若以和他們相處的時間長短來看，跟我相處最長的時間甚至早已超過四分之一個世紀。

在長年來接觸他們的過程中，我越來越堅信，即使孩子在發育上存在某些問題，教養孩子的終極目的，還是在於「讓孩子學會自行思考、自行判斷，進而自行採取行動」。

只是，當孩子擁有發育上的問題時，自然無法順利發展他的言語表達能力和與他人溝通的能力，使得周圍的大人無法確實掌握他的真實想法，連帶造成大人不知道該如何面對他，常常使大人們處於摸索的狀態。

在這些因素影響下，原本能透過各個不同階段慢慢發展的「自我形成」與「社會化」，有時也可能往偏差的方向發展而去。

適當的對待方式就能改變孩子 我們會在書中詳細地介紹具體的事例，例如有些孩子根本無法安靜坐下來聽大人說話，也有一些孩子明顯有暴力傾向，根本無法控制自己的行為，還有一些孩子只要無法做好自己想做的事時，就會控制不住地大吵大鬧，甚至還有一些孩子完全無法理解別人的想法，除了自己之外，完全無法設身處地為他人著想。

這些孩子有時會被批評為「不夠社會性」，意指他們的社會性發展不符合他們的實際年齡，換句話說，就是他們的「自我形成」和「社會化」發育程度，並不符合他們的實際年齡。

事實上，這些孩子常常具有ADHD（注意力缺陷過動症）或LD（學習障礙）或亞斯伯格症（Asperger Syndrome）等自閉傾向，在發育上具有某些障礙，有些孩子甚至被診斷出具有輕度的智能障礙。

不可否認，有些孩子確實有發育上的問題，醫療機構裡也常常見到這樣的孩子上門來求診。

但另一方面，有些孩子卻是因為大人的教養方式有問題，當然這也包含大人對待孩子的方式在內，造成孩子對社會和事物無法產生興趣而已，這也是一個不爭的事實。

在這種情形下，只要周遭的大人改變對待孩子的方式，同時主動對孩子多說話，就能大為改善孩子的發育情形，即使是真有發育問題的孩子，也能因為這種對待方式的改變，往更好的方向發展。

教導孩子時首重「教養的關鍵句」 發育上有問題的孩子，除了言語發展會比較遲緩外，常常連玩耍和運動或是處理身旁的事物，都會顯得較為遲鈍。

就原因來說，我們已經明白這樣的孩子是因為聽覺或視覺等感覺上出了問題，所以才無法順利理解別人所說的話，或是因為對人不太有興趣，使得他對各種事物表現得漠不關心，或是無法與他人有更進一步的接觸。

面對這樣的孩子，許多家長和老師都束手無策，不知道該如何面對這樣的孩子，更不知道該如何



對待這樣的孩子，因此到醫院裡來詢問我們的意見。

通常我們會依據每個孩子的發育診斷結果，告知大人們孩子目前在言語發育和運動，以及處理自己身旁事物等事項上擁有哪些問題，同時讓大人們明白如何指導孩子克服這些問題，這些做法對孩子的發育又具有什麼樣的意義和作用。

此時我們會強調的是，主動對孩子說話或說明時所用的語句具有一定的重要性，也就是本書所要介紹的「教養的關鍵句」。

這些語句能教會孩子對事物產生新的看法，進而敦促孩子不再只是聽到大人的指示之後才採取行動，而是懂得透過更高的理解來主動採取行動，也就是能提高孩子對人與物的關心，以及採取行動的意願。

令人在意的孩子正急速增加中 二十幾年來，我每星期會有一天的時間，到各託兒所去做巡迴諮詢的服務，十年前開始，也開始到「學童俱樂部」（類似台灣的「安親班」，但多為由家長共同管理與營運的民間機構，主要目的在提供父母因工作不在家的孩童，放學後有所安全去處）去做巡迴諮詢的服務。

這種巡迴諮詢的服務，原本服務的是發育有障礙的孩子，在東京都內的某一區裡，甚至規定一家託兒所最多只能接納二名擁有發育障礙的孩子入學，但最近因發育問題而找我們諮詢的孩子都多到七、八名，而且這種情形越來越普遍，已經是確實擁有發育障礙的孩子的一倍，甚至是三倍。託兒所的容納人數規定為一百二十名左右，如果找我們諮詢的對象有八名，就等於占了這家託兒所的6%以上。

「學童俱樂部」的情形也是一樣，最近這七、八年來，有施暴等問題的諮詢案件，也急速增加了許多。

不過這些孩子們，並不真的都具有任何發育障礙的問題，如我剛剛說明過，我其實常常覺得這些孩子只是缺少發育上的必要營養，也就是大人們的適切對待，才會對這些孩子的發育造成各種不良影響。

促進孩子發育的「教養的關鍵句」 透過這樣的長期經驗，我發現今日社會裡最需要的，就是教育孩子時所必須的「教養的關鍵句」，這些話除了可用來幫助擁有發育障礙的孩子得到改善外，更能讓一般的孩子得到健全的發育。

今日這個社會或許蒙蔽了以往被視為理所當然的事，才會造成孩子的發育產生偏差，甚至包含父母在內，大人們對育兒和教養孩子一事越來越沒有自信，這也是導致孩子的發育產生偏差的原因之一。

說不定大人自己在對待人與物時，本身其實就已經很混亂，所以昔日即使意識到有些話屬於對待孩子的「教養的關鍵句」，也可能越來越不被利用。

因為大人們的混亂與沒有自信，才會造成大人們自己錯失了「教養的關鍵句」所扮演的重要角色。

「教養的關鍵句」絕對不是很難的語句，只是為什麼我們需要使用這些語句？

這些語句對孩子的成長有什麼影響？

大人對孩子說這些語句，對孩子的發育具有什麼樣的效果？

這些深具意義的語句，都隱含在「教養的關鍵句」裡，所以本書將透過各種不同的孩子成長故事，來傳達這些「教養的關鍵句」具有什麼重要的意義和作用，希望藉由本書的出版，能讓我們社會有越來越多有自信適當面對孩子的大人。

社團法人精神發育障礙指導教育協會王子醫院 言語聽覺治療師 精神醫療社會工作師 湯汲英史 教養的關鍵句1 「輕輕的！

」提高孩子的行為控制力 不擅長「靜」的孩子 當孩子放下東西時，如果發出很大的聲響，就趕緊跟孩子說：「要輕輕的放喔！

」如果孩子很用力的關門，也應該跟孩子說：「要輕輕的關喔！

」 據說動物只有在睡覺時，才有可能完全不動，否則只要醒著，身體的某個部分一定都會動。但是，人類卻有辦法靠意志力來停止自己的動作，例如「打坐」就是一個最好的例子。

一般人對運動的認知，總是習慣只看到「動的部分」，但據說對運動而言，最重要的反而是「靜的動作」。

事實上，唯有動與靜的動作被巧妙搭配在一起，才能產生美麗又合理的動作。

安靜不下來、容易有暴力傾向的孩子，通常動作都比較粗魯，這樣的孩子當中，有不少孩子很不善於保持不動的「靜的動作」。

所以，若要求這樣的孩子「把玩具收一收」，即使在收拾的過程中發出很大的響聲，他也不會覺得有任何不妥，甚至是用丟的方式來收拾玩具，也就是把玩具直接丟進箱子裡，他們並不會覺得有什麼不對。

這種時候，就應該教導孩子這個關鍵句：「輕輕的！」

一旦孩子明白了「輕輕的」這句關鍵語，自然有辦法開始輕輕地對待物品，也等於是孩子已經提高了對動作的控制能力。

一般認為安靜不下來的孩子，是因為大腦中的「前額葉」還沒有確實運作的緣故，才會導致孩子產生「無謂的舉動、過度的講話」。

運動能提高前額葉活動的發展與功能，具有抑制孩子過動性的效果，通常在訓練過動兒時，會著重在靜的動作和慢動作等活動上。

因為孩子要進行這些活動時，需要控制自己行動的能力，才能抑制自己的衝動性，同時集中自己的精神。

心理與行為療法都很重要，除非有家長的言語引導，否則當孩子這種控制能力不足時，就會造成安靜不下來的結果。

與他人相處時也很重要的「輕輕的」，「輕輕的」這句話，不只適用在對待物品的態度上，也適用在與他人的相處上。

例如，有時想讓對方轉過來看我們時，我們會拍一拍對方的肩膀，有些孩子此時的力道過強，或是正在打鬧當中，突然很用力地踢向對方，這都代表這些孩子不懂得掌控力道，也因此容易和其他孩子起爭執。

這樣的孩子在對待物品時，通常也不會採用「輕輕的」方式，而當大人要求他要「輕輕的」對待物品時，他的動作反而會變得過度戰戰兢兢。

基本上，這樣的孩子並沒有學會適當接觸人與物的方式，所以平常更有必要設法加強他「輕輕的」對待人與物的意識。

其實，我會開始對「教養的關鍵句」產生深切的體認，就是來自這句「輕輕的」。

當時我正利用拼裝遊戲，在指導一個智能發育有些遲緩的四歲小男孩，他一直發出「咻咻」的響聲在玩著拼裝遊戲，由於他不太會說話，雙手也不是很靈巧，所以我始終覺得他的動作會那麼粗魯，也是情有可原的。

總之，應該必須先設法提高他的學習意願再說。

但是在不斷反覆遊戲的過程中，他的動作越來越粗魯，讓我覺得玩具都快被他玩壞了，因此不自覺地對他說了一句：「輕輕的」。

結果他的動作立刻產生變化，原本粗暴對待物品的響聲變小了，這讓我內心震驚不已，之後開始不斷提醒他要「輕輕的」，而他也逐漸不再粗魯地對待玩具。

對人類而言，人與物品都是很重要的，即使智能發育上有些遲緩，這個道理依舊不變，所以這個小男孩才有辦法理解我的意思。

一般來說，孩子大約在一歲左右，便能開始理解「輕輕的」這句話所代表的涵義。

具有同樣效果的其他「教養關鍵句」： 慢慢的 柔柔的 溫柔的 靜靜的 教養的關鍵句2 「很重要喔！」

加深孩子理解人與物的重要性 孩子必須懂得區分事物的重要性 這是某家托兒所裡，孩子們正在吃營養午餐時所發生的事，剛滿一歲的小女孩，坐在附有桌面的一張椅子上。

小女孩眼前除了擺有杯子和盤子外，同時還擺了一根湯匙，結果這個小女孩抓起湯匙就往地上丟。

老師見狀立刻對她說：「湯匙很重要喔！」

老師試著教導她不可以把湯匙丟掉，結果小女孩馬上露出一副乖巧的表情來。

看到這一幕時，我立刻察覺到，小女孩已經開始理解「很重要喔」這句話的意思了。

醫院裡最常聽到的諮詢內容，通常都圍繞在孩子的暴力傾向與行為，例如孩子還沒動嘴就先動手

，或一天到晚老愛跟人打架等。

當我詢問施暴的孩子：「你知道為什麼不可以打別人嗎？」他們通常都說不出理由，只是回答：「不知道！」

或「很難說清楚。」

對這樣的孩子，大人們恐怕就有必要進一步了解他對語言的整體理解有多少，包含語言所具有的力量在內。

有些孩子能確實說出理由，例如：「因為被打會很痛，所以不可以隨便打人」或「因為被打會很痛，這樣很可憐」等，讓我不禁欣慰地認為「原來他還是懂這個道理的，而且好像也懂得反省，既然這樣，他應該不會再打人」。

但這種想法常常會遭孩子背叛，因為這樣的孩子依舊會繼續對人施暴，然後再度回到醫院裡來接受輔導。

「為什麼要打人呢？」

當我再度詢問孩子時，卻得到：「因為我又不痛」或「因為他一點也不可憐」的回答。

這樣的孩子會有這種自私的想法其實並不奇怪，至於當初他會煞有其事地回答我不能打人的理由，並不是他在反省自己的行為後所尋找出來的答案，而是大人在那之前已經告訴過他別人的想法，或是以道德層面的理由訓斥過他了。

他只是在模仿大人，將大人說過的道理說給我聽而已。

對他來說，這些道理並非他親自體驗過的道理，所以根本不具備能徹底改變他的力量。

讓孩子認知朋友的重要性 在接觸過許多會施暴的孩子之後，我明白這些孩子根本沒有學會最基本的道理，才會缺乏推測他人心情的能力，甚至根本不明白什麼是「道德」。

這個最基本的道理，就是「朋友是很重要的」，換句話說，這樣的孩子對朋友的重要性，根本沒有深入的認知。

面對這樣的孩子時，即使向他說明別人的心情或想以道德來說服他，也是沒用的。

大人應該教會這種孩子重新認識最基本的道理才行，也就是讓這種孩子明白，人與物品都是「很重要的」，不能隨便對人施暴或破壞物品，唯有讓孩子理解並接受這一點，才能減少他的施暴行為。

剛剛提到過，一歲的孩子也能明白「很重要」這句話的部分涵義，或許是因為孩子自己也感受到這句話的重要性，才會努力地想明白這句話的意義吧！

培養體諒他人進而與他人相處的能力 人是群體的動物，必須活在群體中才行，人類很難獨自生存下去，因此與他人互相扶持、彼此幫助的重要性，理所當然地被寫入我們的遺傳基因裡。

只是這個遺傳基因，似乎不具備自行運作的能力。

所以，若沒有積極教導孩子「很重要」這句話的意義，有些孩子就無法察覺朋友的重要性。

因此在平常的生活中，絕對有必要教導孩子在這個世界上，存在許多「很重要」的物品，以及「很重要」的人們。

只要以這句話為出發點，就能慢慢教會孩子培養推測他人心情的能力，進而發展為體諒他人並與他人和平相處的能力。

具有同樣效果的其他「教養關鍵句」： 只有一個喔！

不可以弄壞喔！

媒体关注与评论

名電視 / 廣播主持人?生命教育課程講師?資深老爸 廖偉凡 推薦

編輯推薦

降低親子衝突，了解孩子的成長歷程，奠定親子溝通的基礎。

以心理醫師歸納的說話法，有效提升孩子的智育與情緒的發展。

引導孩子學會體會別人的情緒、管理自己的行為，使孩子成為受人歡迎的好孩子！

作者簡介 湯汲英史 畢業於早稻田大學第一文學系心理學科，是「日本發育協會・王子醫院・復健室」的言語聽覺治療師、精神醫療社會工作師，並擔任發育協會常務理事。由於需要在臨床上直接面對許多孩子與父母，並與孩子、青少年面對面交談，探詢發展與成長的諸多問題，因此是首屈一指的兒童與青少年心理專家。

醫療機構中雖然常常會見到有發育障礙的孩子前來求診。

但事實上，因為大人的教養方式導致孩子產生問題的個案也很多。

其實只要周遭的大人改變對待孩子的方式，同時主動對孩子多說話，就能大為改善孩子的發育情形，即使是真有發育問題的孩子，也能因為這種對待方式的改變，往更好的方向發展。

因此作者規劃出「教養的26關鍵句」，希望爸媽都可以經常使用這些話語來引導孩子。

主要著作有：《任性的孩子怎麼教？

》、《轉換孩子情緒的22句話》等。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>