

图书基本信息

书名：<<你管他折不折棉被幹嘛?教養青少年,要用對方法>>

13位ISBN编号：9789862412701

10位ISBN编号：9862412704

出版时间：天下雜誌股份有限公司

作者：盧蘇偉 著

页数：224

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>

<<你管他折不折棉被幹嘛?教養青少年,>>

前言

自序 從事青少年及兒童偏差行為輔導工作二十餘年，手上經歷三千餘位個案，許多人都會好奇，我是如何幫助這些社會邊緣迷途的孩子，擺脫他們的宿命，重新找回他們生活的重心和努力的目標呢？

我的心得是，信任每個生命都有能力為自己找到出路，如果有人找不到或放棄，是因為周遭有太多的干擾或阻礙，我輔導的個案許多是父母沒有能力照顧和教養，而現代家庭出現的教養問題，主要是父母過度保護和照顧，讓這些孩子延緩成熟、持續幼齡化！

別用低年級的方法教養青少年 本書的重心在於讓我們這群有能力又關心教養的爸媽知道，孩子長大了您也要跟著長大，別再用低年級的教養模式教養您國、高中的孩子，其實他們一直很棒、很好，只是因為爸媽長不大，妨礙了他們的成長和成熟。

我認為，做父母的要學習「放手」和「放心」，信任您的孩子已經大到有能力去面對和處理他們生命的遭遇和困難。

如果我們持續照顧和保護，只會妨礙他們發展，青少年需要的不是「管」或「教」，而是「了解」和「賞識」，他們需要有空間為自己選擇、做決定，更要有機會為自己付出和負責。

請爸媽退後一大步，孩子能做的事，請別插手過問；孩子可以承擔的事，請別建議或提醒。讓青少年的孩子知道，他所做的一切是為自己，不是為了父母或老師；讓青少年明白，他（她）是自己的主人，必須為自己努力與盡責。

父母當然可以選擇繼續保護和照顧您的孩子，但我相信您和孩子都會因您這樣的選擇而受苦，孩子會用叛逆的方式，抗拒您的照顧和努力，因為孩子已經長大，他不再需要您全力呵護，他們需要的是證明自己已經長大的空間和時間。

給男孩「洞穴時間」自己教導自己 親愛的爸爸媽媽，我知道您們有太多的擔心和恐懼，但孩子需要獨立的思考的機會和情境，尤其是男孩，遇到問題時，他需要的不是教導，而是他足夠和自己對話的「空間」和「時間」；他需要的是「不被打擾」，能和自己對話和自我澄清的機會，有了這樣的「洞穴時間」和自己充分對話，有自己教導自己做最好的選擇的機會，我們才可能教出主動積極、為自己負責與努力的男人。

如果您不知道或不願意尊重男人成長的需求，也就會很難經營和諧的婚姻、維繫良好的親子互動關係。

男孩、女孩要的真的不多，關鍵是您知道多少呢？這本書提到的都是別人家的青少年，其實講的就是您的孩子。知識會讓我們減少挫敗和摸索，而很多父母在孩子上小學後，就不再學習了，他們不再看重孩子這個「人」，改為看重「成績和表現」。

結果，大部份的父母都很挫敗，因為孩子總不如父母期待的那般傑出與優秀。孩子也很挫敗，因為不管他怎樣努力，都得不到父母的賞識和掌聲。這本書想讓您知道，其實您和孩子都很棒也很好，但要換一種角度看待您和孩子的獨特，換一種態度和心情，陪伴孩子學習與成長，青少年叛逆期將會是您和孩子最最驕傲的成長期哦！

照顧青少年的情緒，家庭氣氛也會有品質 讀這本書，別急著要找到答案，教養沒有標準答案，只有原則和方向，我會清楚地讓您知道什麼是青春期孩子的需求和重點，我會不斷地提醒「事」和「情」，重要的絕對是「情」，而非「事」，因為只要青少年情緒對了，什麼事都可以如願，否則，我們就會每天和孩子鬥牛，每天都在家裡製造情緒的垃圾，輸掉了家庭的品質，以及孩子未來的各種可能。

打開這本書開始閱讀，並不斷地學習和改善，我有信心，您一定會和我一樣，享受為人父母的成長旅程！

衷心祝福您和孩子。
盧蘇偉謹識 二 一一年春天推薦序 放膽讓孩子飛吧！
文/施寄青 我不認為自己是個成功的母親，因為「成功」的定義為何？
我也不相信有所謂「水乳交融的親子關係」，特別是在我進入晚年，經歷過靈異之旅，我知道有「因

<<你管他折不折棉被幹嘛?教養青少年,>>

果輪迴」的事，如果這個前提成立，那麼每個人都是歷劫幻化的老靈魂，做父母的未必比子女輪迴轉世的經驗多，不少小孩在很小的時候便展現他（她）的獨特性，並非是父母或老師可以「管」或「教」，更何況是一成不變的「管教」呢？

他們會生為我們的兒女或父母，當然有特殊的緣份。

俗諺說：「大仇未報，結為夫妻。

」「欠債不還，生為父子。

」還有「夫妻是緣，良緣惡緣，無緣不合。

」「兒女是債，討債還債，無債不來。

」如此說來，難道我們只能宿命地處理親子或夫妻關係嗎？

當然不是，因為還有一句：「善解三世緣，廣聚十方財。

」就因與我們結緣的人，往往跟我們淵源甚深，而且是愛恨情仇糾葛數世，如今難得再度重逢，何不重修舊好，讓解不開的重重心結一一打開，讓自己跟周遭的人都能開開心的過這一世呢？

我的觀點與盧蘇偉不謀而合 我不認識盧蘇偉先生，但看完這本書後，十分感動，他不像某些親子溝通專家，寫些無關痛癢的教養八股，或建構「親子神話」。

他以自省和謙虛的心情現身說法，娓娓道出自己教養子女的心態和原則，同時舉了不少他輔導的個案。

他不只是說故事，而是很務實地告訴讀者，像這樣的個案應如何處理。

他的觀點與我完全不謀而合，我們都主張，不要「管」「教」子女，而是在陪子女長大的過程中，自己也要隨之成長，更要時時觀照自己原生家庭如何影響我們。

我們的父母大多生在戰亂頻仍的時代，甚少人受過良好教育，養育子女最常用的是打罵，堅信「不打不成器」。

他們要生存下來已經不容易了，哪來的精力、時間，用心在教養子女上，反正「天生天養」。

事業成功並不保證就是好父母 到了我們這一代，比我們父母受更好的教育，在職場上常是出人頭地的成功人士，然而我們未必能當好父母，往往比他們還不如。

我半開玩笑對我那精神病患的母親說：「妳斗大的字不識幾個，卻養出我這種女兒來。

我比你有成就多了，但在做母親一事上，卻是虎母教出犬子，你比我好命。

」其實這是消極負氣的話，因為我說這話時，仍以十分功利的態度來評定我的兒子們。

他們絕不符合我的期望，但我反省自己，我到底期望什麼呢？

難道我不希望他們活得開開心心，讓他們自己決定他們的職業和生活方式嗎？

再坎坷的人生也是他們自己的選擇，我又何必杞人憂天呢？

何況「有福之人不落無福之地」。

很可惜，絕大多數的父母一如盧蘇偉書中所說的，只想管教子女，卻不得法。

一個不成長、不肯自我反省的父母，光憑一招半式，就想兒女長成他們期待的或符合俗世標準的人，不過是癡心妄想。

親子和配偶關係是我們人生在世最重要的考關，怎能不用心呢！

教育程度愈高，做父母的能耐愈差，因為他們無法不用自己成功的模式去套在子女身上，連我也不能免俗，所幸我的兒子們不理我這一套，以陽奉陰違的方式抵制我，也迫使我重新審視我既熟悉又陌生的兒子們，學習尊重他們的選擇，祝福他們一路好走，而非急於為他們解決問題。

跟老鷹學習，逼孩子面對自己的人生 像老鷹一樣，把孩子推下去，才是做父母最仁慈的一招，否則害了子女，也拖累自己，難得為人，怎可讓子女一輩子當寄生蟲。

一位朋友不接手機，也不讓人留言，我找到她後，問她是怎麼回事？

她苦笑說她終於忍心學會不理會她兒子，這個孩子自小到大好吃懶做，動輒惹事生非，她為收拾他的爛攤子疲於奔命。

最後她終於痛下決心，不管他在外面闖了什麼禍，她要他自己負責。

她為自己定了一個最低標準：萬一他死在外面，她會去收屍。

她反問我說：「做為一個單親母親，好不容易拉拔孩子大，如今做些了斷，能不心痛嗎？

」好一個勇敢的母親，揮刀切斷肚臍，讓孩子去面對自己的人生。

<<你管他折不折棉被幹嘛?教養青少年,>>

英國大哲羅素說過：「教育子女像開車，要踩油門而非踩煞車，可惜父母和老師只會拚命踩煞車，而非放膽踩油門。」

盧蘇偉的書是每位為人父母者應讀的寶典，發人深省又實用，很多觀點令人玩味再三，我鄭重向大家推薦。

（本文作者為知名作家、前建國中學教師、台北市晚晴婦女協會創辦人，大兒子是動畫導演，小兒子從事插畫、動畫設計） 感受溫暖、掌握教養的錦囊 文/楊俐容 閱讀蘇偉的新書《你管他折不折棉被幹嘛？

》，是一種悲喜交錯的情緒感受，也是一段讓人從挫敗中看到希望的心理歷程。

因為，父母無助、孩子憤怒；情感受傷、關係破裂，幾乎是書中每一個篇章重複出現的圖像。

而這些例子來自蘇偉陪伴許多家庭共同成長的經驗，因此箇中的悲傷和挫敗，反映的正是現代父母難為的真實寫照。

然而，儘管時代變遷，讓家庭更容易面臨衝突與疏離的危機，但溫暖和諧的家庭氣氛，仍然是天下所有父母和孩子日日返家前，最深切的共同企盼。

蘇偉在書中直指愛與關懷、信任和賞識的重要，呼籲父母要隨著孩子的成長階段調整愛的形式，適度地放心放手，孩子才有機會長大成熟，成為自己的主人。

於是，在閱讀了每個令人悲傷的家庭故事之後，蘇偉以他自身艱辛的成長經驗、做為一位父親在經營親子關係過程中的體認，以及許許多多輔導成功或失敗的家庭案例，讓我們看到：只要用對了方法，親子衝突其實是可以化解的；只要下定決心從自己做起，再疏離的家庭氣氛也可以獲得一定程度的改善和彌補。

拋開無效的權威式管理，更貼近孩子的生命 因此，雖然挫敗是為人父母無可避免的感受，但仔細閱讀蘇偉的文字、咀嚼每個篇章中令人感動的體會，我們會發現：當父母願意放下身段去了解年少輕狂的孩子，願意拋開面子去承認自己的有限和不能，就有機會以柔情換真心、化危機為轉機，讓家庭關係充滿喜悅，幫助孩子看到未來的希望。

蘇偉在書裡說：「教養沒有標準答案，只有原則和方向」，而「和孩子一起長大」就是管教孩子的原則，「情比事更重要」則是經營家庭的方向。

從蘇偉分享他陪伴孩子成長的點點滴滴，我們知道這些原則方向不是無法達成的概念口號，而是可以付諸實踐的行動依據。

雖然家家有本難唸的經，但蘇偉所提供的是一種真實的模範。

只要父母願意鬆動無效的威權、調整不當的期待，嘗試以更貼近孩子的方式去陪伴引導，即使無法全然做到，孩子也能從父母的改變中，體認到面對挫敗的勇氣和自我成長的可能。

蘇偉的新書《你管他折不折棉被幹嘛？

》，不是一本按圖索驥的教養指南，而是一份充滿溫暖和祝福的錦囊。

相信讀者一定能從他發自內心的分享，感受到這份溫暖、掌握到這個教養錦囊。

（本文作者為國立台灣大學心理系碩士，從事過兒童、青少年、婚姻諮商工作，目前致力於社區營造、國小學童EQ教育） 謝謝父母對我全然的包容與信任 文/宋睿祥 這篇推薦序，其實應該由我的父母親來撰寫才對，當我讀完盧老師的書時，我赫然發現在我成長的過程，這些孩子遇到的問題，也是我所遇到的。

然而在我的青春時期，我父母管教我的方式，就像是為我做了一個無限大的防空洞，讓我自由地發揮。

他們的銘言是：「你的人生要自己決定」，我渾然不覺有來自父母的壓力，因為那時我以為這一切的成就，都是來自於我自己，順利考上高中，醫學院，恣意地背著行囊在世界的角落流浪，抱著想像探索生命所為何來的雄心壯志，踏上了無國界醫生的旅程。

在回國的第一次演講時，當我口沫橫飛地講述了我自己的精采旅程時，卻赫然發現坐在台下的父親早已老淚縱橫，那些眼淚代表著不捨、擔心卻又驕傲，在那一刻，我才發現，我這一生能活得自由自在，全來自於我父母對我全然的包容與信任。

父親在一次的訪談中曾透露，每一個父母當然都有自己對孩子的期望與關愛，但每一個孩子，生下來都有他們的使命，做父母的應該要成為子女的「助緣體」，而不是子女夢想的「絕緣體」，他悠悠地

<<你管他折不折棉被幹嘛?教養青少年,>>

說了一句：「為孩子這麼做，也許他一輩子都不一定能體會你的用心，但是你會看到他的快樂，這就是做父母最大的安慰。

」 盧老師的書中，不斷地提到，其實孩子最需要的，是被肯定，被欣賞，現在我要以一個孩子的身份與各位父母親分享，只有在被肯定之下的孩子，才有能力去為自己的人生負責。

管教是出於關心，然而願意放手，那是需要智慧的，與其害怕孩子像風箏一樣斷了線就再也回不來了，不如也讓自己的智慧打開，創造一個可以讓孩子自由飛翔的天空。

能被盧老師輔導的孩子與父母是幸福的，我深深地被盧老師對孩子的那份包容、相信和欣賞的心所感動，希望透過這本書的文字分享，父母對孩子的關心也能加上盧老師的智慧，那才是親子之間最無私的愛。

（本文作者是台灣第一位無國界醫生，著有《回家的路，是這樣走的》。

曾於2004年至賴比瑞亞行醫，2009年至葉門進行醫療救援，熱衷攝影與自助旅行，現為基隆長庚醫院一般外科主治醫師）

<<你管他折不折棉被幹嘛?教養青少年,>>

內容概要

- 家有國、高中生，煩惱多多！
- ？
- 該做的都做了，還能怎麼管教呢？
- 不管他，隨他自生自滅嗎？
- 學測過後，孩子心事誰人知？
- 他怎麼這麼叛逆，到底是誰的錯？

從事青少年及兒童偏差行為輔導工作多年，盧蘇偉發現許多父母沒有跟著孩子成長，還在用小孩八歲時的教法，把「管」當做「愛」。

他在與自己兒子的相處中，學習到九歲起要慢慢放手，然後適時保持距離。

他認為，天底下沒有壞小孩，每個小孩都需要父母發掘他的獨特與潛力，學習信任與賞識孩子，給他們最用力的掌聲。

因為照顧孩子的「情」比「事」更重要，只要青少年情緒對了，什麼事都可以如願，否則，父母就會整天跟孩子「鬥牛」，在家製造情緒的垃圾，輸掉了家庭品質，以及孩子未來的各種可能。

《你管他折不折棉被幹嘛？

教養青少年，要用對方法》收錄35則精彩動人的真實故事，不但跟父母談教養，也透過給爸爸、給媽媽的貼心建議，讓你再一次認識孩子，也再一次發現自己。

盧蘇偉精闢剖析現代父母一廂情願的錯誤關愛，讓你跌破眼鏡之餘，還能從中獲益，好好陪伴孩子走一段人生的旅途，共存一份愛與希望的存款。

作者簡介

盧蘇偉 世紀領袖文教基金會創辦人，目前擔任執行長。

中央警察大學犯罪防治系畢業 台北大學犯罪學碩士 中央警察大學犯罪防治研究所博士班肄業 專門技術人員社工師高等考試及格 擔任板橋法院少年保護官二十餘年，出版著作四十餘本，得過全球熱愛生命獎章、金舵獎、模範公務人員獎、金鳶獎。

他的成長故事由大愛電視台拍成大愛劇場《喚醒心中的巨人》十三集連續劇；曾帶領受觀護少年騎獨輪車環島，拍成紀錄片《飛行少年》，並改編為八點檔連續劇在華視播出。

盧蘇偉是個特殊的名人，走過艱辛的成長路程，智商只有七十，讀過國中啟智班，念高職，花了七年考了五次大學，最後才因退伍軍人身份加分考上。

他輸在起跑點上，什麼都比別人晚，二十五歲才讀大學，五十歲才讀博士班，他的生命創造了教育的奇蹟。

他的努力則創造了無數生命的奇蹟，他觀護迷途孩子二十餘年，把三千餘名孩子帶離生命的谷底和社會的邊緣。

盧蘇偉相信生命會影響生命，生命更可以創造另一個生命的奇蹟，一切都在於我們的信念和習慣。

書籍目錄

推薦序放膽讓孩子飛吧！

／施寄青一個溫暖的教養錦囊／楊俐容謝謝父母對我全然的包容與信任／宋睿祥自序別把關心變打擾，孩子需要成長的空間給為人父母碎碎唸、碎碎唸.....，爸媽一定要忍住你管他折不折棉被幹嘛？

孩子什麼樣，看父母就知道父母先改，全家就會改變親子互動，別把關心變成打擾別做長不大的父母祝福的力量大愛是一切的動力親子一起面對霸凌惡勢力是誰教出霸凌的孩子？

給爸爸帶家人一起逐夢把家人當成最重要的客戶讓年節的壓力到此為止爸爸一定要做的一件大事給媽媽正向思考，做家人的希望天使一切的改變要從自己開始美好就從改變自己開始賞識自己「一直都很棒」請媽媽們再「自私」一點親子之間母女衝突多，怎樣愛相隨？

給我們的家一個笑臉學測過後，孩子心事誰人知誰要孩子第一名？

愛孩子，也愛他選的科系放下對愛的焦慮當親子之間僵持不下時如何讓孩子學會自我管理？

教養男孩要用對方法特別的孩子需要特別的愛給少年仔先學會做自己的朋友看見自己隱藏的自私用力學習 + 付出 = 投資自己既不上學也不就業，究竟要做什麼？

三十歲還靠爸媽養廖國豪該為自己負責

<<你管他折不折棉被幹嘛?教養青少年,>>

章節摘錄

別做長不大的父母 書惠有一兒一女，兒子從小學到高中總有不斷的事件發生，她像撿破爛的媽媽，疲於奔命收拾孩子留下的殘局，孩子從未有一句感謝，總認為媽媽多事。

還好兒子上了大學，離她遠遠的，她才注意到國中的女兒每天都刻意打扮，一副要去招蜂引蝶的樣子，她才關心一下，女兒馬上擺起面孔，要媽媽別管她，她會照顧自己。

「我是個失敗的媽媽。」

書惠是出色的經理人，部門的業績總是全公司的楷模，她不懂自己究竟沒做對什麼。

「陪著孩子一起長大，別做長不大的父母！」

我跟她說。

父母通常停留在孩子小三階段，用「管」、「教」的模式教養孩子，忽略了孩子從兒童早期進入兒童晚期，要從「他律」蛻變到「自律」，學習自我管理和教育，父母若在這個時期，仍一直盯著孩子生活言行，企圖要教導或管束他們，就會發現孩子開始不耐煩，如果父母一直沒有覺察，仍用緊迫盯人的方式要孩子就範，爸媽就等著吃苦頭，孩子就會變成沒有責任感、被動、任性、叛逆。

孩子一直都很OK，只是父母沒有跟著長大，把手放開，讓孩子學習去了解和管理自己。

享受陪孩子長大的喜悅 「我女兒像花癡，不用管她？」

書惠的女兒是很健康和正常的，到了青春期，兒子、女兒都會開始注意自己的外表和儀容，希望引起異性的注意，她沒有問題，也不是什麼花癡。

媽媽一直忙工作，期待孩子不要找任何麻煩，她一直專注孩子的課業、言行是不是符合規矩，看到的都只是事件，卻很少關注到孩子這個人、陪孩子共有美好的經驗，養兒育女對她而言是個沉重和額外的負擔，只有付出，沒有享受到孩子帶給她的幸福和喜悅。

「我覺得當媽媽好累！」

以書惠這樣的心態和模式當媽媽真的很累。

她在職場可以休假，但她都未真正的休息，都是為了處理孩子惹的麻煩，她很想真正地休假，幾天不用當媽媽，完全放鬆。

我的看法和書惠不同。

工作是學習和成長的道場，家庭也一樣，如果為錢而工作，能量就會被工作榨光。

如果我們不想成為父母，只因我們是父母或社會的期待，把父母當成另一種工作，我們就會像蠟燭兩頭燒，不累才奇怪！

我們沒有能力改變我們的角色，但一定有能力選擇想法和態度。

「說的容易，做起來很難。」

書惠語氣中流露出一不願改變，她就必須接續承受這樣的辛苦，以沒有效能的模式讓自己動彈不得。

「只要妳想，妳要，妳立即可以改變！」

只想用職場管理員工和處理公事的模式管理的孩子，一定會有很大的挫敗。

家最重要的是「情」，而不是制度或規矩。

從關心自己每一天的心情開始，這一天，我們過得好嗎？

滿意自己嗎？

如果連自己都不滿意自己，誰會滿意我們？

書惠工作很有效率，可是她在工作上把所有能量用光了，回到家她想做的只有休息，可是又要扮演人妻和人母的角色，她沒有能量再多關注需要關心的先生和孩子，她失去了等待和交流的耐性，她只想有效率趕快解決所有事。

「不然咧？」

你太太不是這樣嗎？」

我太太的確在學校裡耗盡了所有能量，經常回到家癱在床上，但我卻沒有一個讓太太操煩的孩子，他動作雖慢，但總是很有條理和責任地把自己該做的事完成。

我們認為孩子已長大，他有能力去面對和經驗自己該做的事，回到家我們只關心他的心情，不管他該做的事，孩子自己必須提高警覺，因為父母根本不知道他該做什麼事。

<<你管他折不折棉被幹嘛?教養青少年,>>

功課忘了做、課本經常帶錯、制服未依規定穿著、老是記不得該幾點到校.....從小麻煩不斷，但這是他的事，我們從不多過問，更不會給他什麼協助，要從小培養獨立和責任感。

結果是從過程中造成的，我們要什麼樣的孩子，就要有不同的對待方式，父母操心、煩心、擔心，卻要孩子不厭煩、不叛逆，這是不可能的。

「安心！

孩子已經上國中了，她會有基本的判別能力。

」我說。

「養女兒和兒子是不同的，如果她不小心大個肚子回來，就什麼都來不及了，」書惠不認同。

媒体关注与评论

盧蘇偉的書是每位為人父母者應讀的寶典，發人深省又實用，很多觀點令人玩味再三，我鄭重向大家推薦。

施寄青

<<你管他折不折棉被幹嘛?教養青少年,>>

編輯推薦

青少年最想送給父母的一本書！

別再「管」「教」，他們需要你更多的賞識！

《你管他折不折棉被幹嘛？

教養青少年，要用對方法》的重點在於讓所有有能力又關心教養的爸媽知道，孩子長大了，父母也要跟著長大，不能用低年級的教養模式教養國、高中的孩子，因為在陪孩子成長的過程中，爸媽不是主角，孩子才是，只是因為爸媽長不大，妨礙了他們的成長。

盧蘇偉認為，父母要學習「放手」和「放心」，信任孩子已經大到有能力去面對與處理生命的遭遇和困難。

如果爸媽堅持繼續照顧、保護，只會妨礙他們發展，青少年需要的不是「管」或「教」，而是「了解」和「賞識」，他們需要有空間為自己選擇、做決定，更要有機會為自己付出和負責。

盧蘇偉請爸媽「退後一步」，別插手過問孩子能做的事、別叨念孩子可以承擔的事。

讓青少年知道，他所做的一切是為了自己，不是為了父母或老師，他們才是自己的主人。

現代父母必備青少年的教養新知！

暢銷作家盧蘇偉少年保護官的誠摯呼喚！

洪蘭 中央大學認知神經科學研究所所長 李四端 爸媽囧很大 節目主持人 施寄青 知名作家
、台北市晚晴婦女協會創辦人 楊俐容 親職教育專家 宋睿祥 台灣第一位無國界醫生、現為基
隆長庚醫院一般外科主治醫師 【熱情推薦】

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>