

<<梁旅珠教養書>>

图书基本信息

书名：<<梁旅珠教養書>>

13位ISBN编号：9789866249594

10位ISBN编号：986624959X

出版时间：2011-8-26

出版公司：寶瓶文化事業有限公司

作者：梁旅珠

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>

<<梁旅珠教養書>>

前言

女兒來自史丹佛的一封信 二 一一年五月底，在女兒于珺赴美讀書將滿一年之際，我寫了一封短信給她，問她這一年的大學新鮮人生活，跟期待中一樣嗎？

可有什麼感想？

平常的于珺惜字如金，不論是應答或寫信都很簡短，但我這次的問題似乎是直接問到她心坎裡了，意外收到洋洋灑灑的一大篇回覆。

或許正好在期末考前，可以看出她前半段雖然很努力的用中文回信，後面一半還是匆促的用英文打完，我從中摘錄如下： 唯一跟期待一樣的，就是知道會很精采。

或許應該說，「知道會很精采」是我唯一的期待，因為所有其他的細節，在沒有來之前都太難想像。

學校的照顧、自我的期許和同學的互相勉勵，讓每天生活都滿滿的，每一分每一秒都是一種成長、一種享受。

走在比度假村還美的校園裡，無比幸福！

由於住在SLE宿舍，在餐桌上、房間、交誼廳，甚至廁所內，無論是關於未來、關於盧梭、佛洛伊德、馬克思或可蘭經，哪裡都能參與或聽到很有深度的談話。

能夠跟世界各地來的精英住在一起，隨時隨地體驗文化衝擊，是一種享受。

能夠跟一群很有理想的朋友一起學習成長，是一種享受。

知道學校裡有很多身為世界權威的教授，只要我發一封email求見，就會立刻撥空指導我，是一種享受。

能夠在來到Stanford的第一個學期，就跟喬治克隆尼講到話握到手還合影留念，是一種驚喜。

學校提供的學習機會多到讓學生覺得，不論怎麼選擇都有所損失，是一種奢侈。

多睡一個小時，都會覺得可能錯過了學校生活的精采，或浪費了什麼，是一種幸福。

（雖然我知道你一定會說，睡眠不足實在不是一種好現象！

） Most important of all, you can find home in each other, among your dorm/club friends, students at Stanford, and the community as a whole. So there is an event called "Spotlight On" in our dorm. People take turns, two per week, to tell their life stories in the lounge and other students can ask questions. I remember I was asked, "What's your best memory at Stanford?" I said, "There are no best memories here at Stanford, because every moment is a best memory!"（翻譯如下） 最重要的是，小至室友、社團同學，大至整個學校都給人歸屬感，能夠找到屬於自己的一片天地，獨一無二的家。

宿舍裡每週都會舉辦一個叫 "Spotlight On"（聚焦人物）的活動，每次兩個人，到交誼廳和宿舍同學分享個人的成長故事，並接受大家「身家調查」及「嚴格拷問」。

還記得輪到我時，有人問我：「你在史丹佛，到目前為止最美好的回憶是什麼？」

我說：「因為每一分每一秒都太珍貴美好，以至於我在史丹佛找不出所謂最美好的回憶！」

于珺信中提到的SLE（Structured Liberal Education），是史丹佛大學專為大一新鮮人安排的組合性人文科學課程，將大學四年必修，包括文學、哲學和藝術等所有人文課程集中整合，並提供寫作能力的加強訓練。

學生要經過申請審核才有機會進入這個名額相當少的program，每週有固定的討論會與活動。

入選的學生必須住在指定的宿舍內，同住的還有專屬的教授和助教學長姐，讓課程與生活更緊密結合。

比起分散個別選修的人文課程，SLE提供了整合的授課內容、更多更深入的討論和練習機會，也代表了學校非常重視的一種觀點，那就是不論主修任何學術領域的大學生，都應該要先具備相當的人文素養。

于珺一直在中文學習系統中成長，初到美國就選擇參與這樣的課程，挑戰性很高。

不過爸爸和我還是鼓勵她爭取這個難得的機會，因為我們希望她了解，進了大學之後，尤其是在如此自由多元又無限寬廣的學習環境中，成績與分數不再是生活中最重要的事。

課堂之外，從人、從事、從環境，都可以是最好的學習。

一年以來，關於繁忙的課業和社團活動，我沒聽她抱怨過半句，或喊過一聲累。

<<梁旅珠教養書>>

對身邊來自於世界各地的優秀同儕，她沒有透露過一絲忌妒或嫌怨，我聽到的總是對同學優異表現的讚嘆和朋友間的生活趣事。

能夠養出這樣一個樂在學習又懂得欣賞別人的孩子，而不是一個一心只想踩過別人的競爭機器，我對上蒼的厚愛心存感謝。

對我來說，她將來能成就什麼樣的表現一點也不重要，因為我對她的人生期待只有平安健康、生活快樂與心靈富足……而這些，我相信她已經有能力去追求與達成。

二 九年十二月，于瑤還在北一女高三時，就比一般正常申請程序提早申請上了史丹佛大學（Stanford的early action），因而上了報紙。

四月初，她更因為申請上前七志願美國大學的百分百命中率（史丹佛、哈佛、麻省理工學院、普林斯頓、耶魯、哥倫比亞、賓州大學）而受到媒體青睞。

雖然我不是教育專家，但似乎很多人對我教育孩子的方式感到興趣，有許多家出版社因而找上門來，連親友們都鼓勵我出書和大家分享我的經驗。

或許因為兒女課業行為表現向來不錯，朋友們觀察我這媽媽好像當得很輕鬆，即使三天兩頭出國，小孩都自動自發不用管，早在兩個孩子上國中以後，就開始有出版社找我出親子教養書。

當時我總是玩笑回說：「我不夠資格吧？」

女兒還沒上北一女呢！

」四年前女兒考上北一女，我只好換個推拖藉口對出版社說：「不好吧，我的孩子還沒上台大哈佛啦！

」其實，對出書猶豫的真正原因，是我覺得關於教養，本來就是很個人的事。

不同的環境，各異的條件，獨一無二的孩子……我行得通的方法，別人不見得適用。

我不是教育專家，不希望善意的經驗分享最後被誤會為自以為是、大言不慚，更不希望單純的家庭生活因此公開。

帶孩子，每個人都是從沒有經驗的第一次開始。

即使生第二個，第三個，之前的教養經驗也不見得合適，所以整個教養過程對做父母的來說，其實是一個不斷學習與應用，觀察與修正的過程。

回頭看來，旁人或許以為我很有計畫的從小培養，但其實並非事事都在算計之中。

我深深了解做父母的，對孩子未知的未來總是有很多的擔憂與焦慮。

不論站在人生的哪個時間點，往前看，我們都有種種的期待與不安；回顧時，也總有很多的欣慰或反省。

即使去年姊姊申請出好成績，今年陪著弟弟走同樣的一段過程，不一樣的孩子，不同的時空環境，還是會有許多的差別。

終於，我說服自己回顧並寫下近二十年的人生故事，因為我相信我可以讓自己的經驗分享，並不是展示給讀者一個用來複製的模式，而是提供一個參考樣本，協助大家思索，並找出最適合自己方法。

于瑤的好表現得到了大家的關注，但實際上我們倆都知道，比起真正天資聰穎的孩子，她其實非常平凡、普通，只不過她的運氣比較好，不足為外人道的小小努力，就得到了出乎意料的回報。

雖然，許多人有興趣的重點在想了解如何讓孩子好好用功讀書、如何栽培出類拔萃的精英，但我更急切想跟大家分享的，是我在孩子生活教育與觀念養成上的付出與用心，以及滿滿的收穫。

天才和第一名的人生真的值得羨慕嗎？

一個天賦異稟的人不一定能成為人生的智者。

比起一個生活在別人的掌聲與期待中，不凡卻寂寞的佼佼者，我寧願我的孩子有正常的熟成期，讓生活交織著滿溢的友情，以及從努力付出所得到的富足與回饋；我希望我的孩子能平凡踏實的從學習中得到智慧，讓自己的人生過得幸福快樂。

<<梁旅珠教養書>>

內容概要

超強北一女，錄取美國七大頂尖名校 哈佛、耶魯、史丹佛、麻省理工學院、普林斯頓、哥倫比亞、賓州大學！

打破北一女百年創校紀錄，刷新台灣史上紀錄！

「怎樣才能教出這麼優秀的孩子？」

」 各大媒體追逐報導的梁旅珠，首度完整披露她的教養觀！

在孩子愈小時，就幫孩子建立正確的習慣，孩子會「放大」這些習慣，未來無可限量！

媽媽：能夠跟世界各地來的精英住在一起，隨時隨地體驗文化衝擊，是一種享受。

能夠跟一群很有理想的朋友一起學習成長，是一種享受。

知道學校裡有很多身為世界權威的教授，只要我發一封email求見，就會立刻撥空指導我，是一種享受。

學校提供的學習機會多到讓學生覺得，不論怎麼選擇都有所損失，是一種奢侈。

多睡一個小時，都會覺得可能錯過了學校生活的精采，或浪費了什麼，是一種幸福。

（雖然我知道你一定會說，睡眠不足實在不是一種好現象！

） - - 于瑛（現在史丹佛大學就讀，2011年5月給媽媽的信） 在北一女同學眼中，她是全才的「外星人」。

小學畢業全校第一名，國中畢業以全校最高分考上北一女。

高中被全校同學票選為台北市優良學生，北一女畢業領市長獎。

她的書法獲獎無數，她還聽重金屬搖滾、跳街舞，創立投資理財社。

更令人驚嘆的是，她不補習、不熬夜，小學五年級後，媽媽沒再看過一次她的考卷。

她的自律、專注與時間管理，大人不見得做得到。

「怎樣才能教出這麼優秀的孩子？」

」是台灣父母最想問梁旅珠的問題。

梁旅珠在這本書，首度完整披露她的教養觀。

從女兒出生起，除了愛與安全感，她最嚴苛要求的是生活教育，而且完全沒有妥協空間。

生活教育包括人格教養、價值觀。

對梁旅珠而言，生活教育就像一塊沃土，當你將沃土整理好，無論你播灑什麼種子，都會美麗綻放，結出豐盈果實。

於是，女兒讀小一、小二，她讓女兒藉著「寫字」養成認真、負責的學習態度；小三時，她教女兒做計畫表及畫重點；小四，女兒記筆記；小五，女兒做複習表、訂目標……這些，完全事半功倍。

至今，樂在學習的女兒，更是交出一張最令人激賞的成績單。

幼時打下的基礎教育造就出高于瑛驚人的優秀，而背後的靈魂人物梁旅珠居功厥偉，但她所念茲在茲，除了「從小開始」、「先緊後鬆」、「想在前面」的教養哲學，她最想提醒父母，教養無法速成，沒有祕方，時間、耐心以及堅持，是最必要的付出。

梁旅珠教養心法：教孩子就跟天下所有事一樣，是要下功夫花時間磨出來的。

好習慣、觀念的養成很困難，要改掉壞觀念、習慣更困難，尤其是從小養成的最根深蒂固，所以必須有計畫、有意識的「從小開始」。

一旦對孩子訂定了規矩，就要想辦法讓孩子遵從。

小孩子非常聰明，他們只要挑戰幾次成功，就清楚知道家裡哪幾個長輩的話可以不必理會。

為孩子訂立紀律與規範，只要能經過深思、以愛出發，適度讓孩子吃點「苦頭」，並不會讓孩子「心靈受創」。

孩子愈小，陪讀時間愈多。

不過盯功課、管孩子應該是有階段性的，目標是幫助孩子盡快養成好的讀書習慣和方法，父母不該到孩子已經國、高中了，還繼續當書僮，孩子可能因此養成依賴心。

協助孩子釐清讀書學習的目的並找出目標，就是父母最重要的功課之一，這絕對比參考一百本K書技巧還有用。

父母給得太多，對兒女其實是一種剝奪。

<<梁旅珠教養書>>

作者簡介

梁旅珠。

北一女、台大外文系畢業，留學美國賓州大學，曾主持台灣第一個自製旅遊節目「世界真奇妙」，獲得新聞局金鐘獎。

從小功課優異、表現不凡的她，在親子教養上，也令人驚豔，不但女兒是哈佛、史丹佛等七大名校爭相優先錄取的對象，兒子也於2011年進入加州大學柏克萊分校。

目前擔任明曜親子館負責人、呈熙文教基金會執行長，曾出版《浮世的繪：我和我的那些日本朋友們》、《日本夢幻名宿：溫泉、美食、建築的美好旅行》、《Kuli好狗命-AQueen'sDog》。

梁旅珠的女兒／高于琿，2010年北一女畢業，同年錄取美國七大頂尖名校，哈佛、耶魯、史丹佛、麻省理工學院、普林斯頓、哥倫比亞、賓州大學，打破北一女創校百年紀錄。

在北一女同學眼中，她功課優異，又多才多藝，除了從小學三年級開始學的書法，從未間斷，獲獎無數外，她還會跳街舞、愛聽重金屬搖滾，更創立投資理財社...

<<梁旅珠教養書>>

書籍目錄

前言 / 女兒來自史丹佛的一封信卷一 / 把我最珍貴的資產 時間, 給孩子我為什麼自己帶孩子?
我的零歲教養父母的教養「分工」不容妥協的教養「堅持」「寫字」, 讓孩子養成好的學習態度《阿信》, 我的最後一齣連續劇啞巴資優生親子過招 提出孩子願意接受的建議卷二 / 小一, 就讓孩子養成專注、堅持的讀書習慣孩子愈小, 陪讀時間愈多小一, 就把習慣養好怎樣才能把書念好?
(一) 從生活教育做起怎樣才能把書念好?
(二) 專注怎樣才能把書念好?
(三) 堅持樂在學習補習電腦與網路才藝課卷三 / 教育孩子之前, 先教育我自己超完美體罰?
讚美與獎勵幽默感梳頭髮的親密時光培養孩子獨立 (一) 培養孩子獨立 (二) KULI的教養啟發 (一) KULI的教養啟發 (二) 卷四 / 學習是一輩子的事, 提早讓孩子學會別人永遠拿不走的能力鼓勵孩子走一條最辛苦的路美國的夏令營收穫以身作則的價值觀教養, 預防勝於治療媽媽的味道老師難為教養, 必須投入時間與專注旅行, 創造你和孩子的回憶教養意見不同時, 如何與長輩溝通?
學會放手【附錄】高于瑀錄取美國七大頂尖名校通知書

<<梁旅珠教養書>>

章节摘录

我的零歲教養 我才坐完月子，女兒就可以一覺睡到天亮！連我母親來看我們時，都很驚訝女兒的狀況這麼穩定。

我發現只要我專注而堅持，要協助嬰幼兒養成一些生活習慣其實非常容易。

原來，一個健康的新生兒到這個世界上，就像一張白紙一樣，並沒有帶來任何的「習慣」。父母，或者是養育者，才是那個選擇並決定，讓孩子養成哪些習慣的人！

把女兒從醫院帶回家的第一週，大概是我生平最沮喪的一段時間。

我從小事事順利，常覺得只要我想認真做，再棘手的事也難不倒我，但這個從醫院領回來的小ET，卻把我給整慘了。

母女抱著一起哭 二十年前還不流行坐月子中心，也沒有現在非常普遍的月子餐宅配服務。我生產完住院時覺得還算輕鬆，因為在醫院有得吃，嬰兒在育嬰室有護士照顧，回到家才是考驗的開始。

坐月子時雖然請了一位歐巴桑來家裡幫忙煮飯，但小貝比的大小事全由我這個菜鳥媽媽一手包辦。

我懷孕期間讀了不少書，也有了心理準備，但當自己生活作息的主導權，忽然交到了一個真「小人」手裡 她想哭就哭、想鬧就鬧，卻完全無法溝通 所有紙上談兵的方法，手忙腳亂中似乎一點也派不上用場。

當時我接觸到的育兒書只告訴讀者，新生兒三小時餵一次奶，滿月後約四小時一次，然後隨著嬰兒成長，餵奶的間隔會因食量增加慢慢延長。

幾天下來，女兒還是像鬧鐘一樣三小時就哭，白天偶爾還會多睡一會，但半夜那一頓卻從來不馬虎。

由於每三小時就要餵一次奶，我一整天只能斷斷續續的睡一兩小時，白天又要應付關心來訪的親友，幾天下來，睡眠不足把我弄得鬱悶極了。

回家大約六、七天後的一個凌晨三點多，女兒吃完奶，我幫她拍過背，也打了嗝，她只眯眼五分鐘就醒來，接下來再也不肯睡覺，沒一會兒竟在我懷裡哭鬧起來。

我疲憊得心煩氣躁，忍不住狠狠打了她大腿一下，結果她哭得更用力、更大聲！

我又累又急、不知所措，難過得跟著放聲大哭，就這樣母女抱著一起哭到她累才停止，兩人都筋疲力竭到無法動彈，於是維持著相同的姿勢，坐在沙發上睡到天亮。

自創調整嬰兒作息法 現在回想起來，我對當時印象最深刻、覺得最不可思議的一點是，我家老爺睡在同一個房間裡，母女倆那樣嚎啕大哭，他竟然完全沒被吵醒，這八風吹不動的功力也實在太高強了！

第二天早上起來全身痠痛僵硬，我決定不能再這樣下去，一定要想辦法解決。

雖然我看過的育兒書並沒有教我調整嬰兒的作息的方法，但我仔細想過，疲勞是我失去耐性變得焦躁的元兇。

假設要為媽媽爭取休息時間，就必須逐步拉長餵奶的間隔，尤其是半夜到天亮這一段。

問題是幾天經驗下來，我發覺如果每次女兒哭我就去抱她、餵她，她就會習慣性的同樣時間又醒來。倘若我選擇順著她的步調繼續下去，可能在她還沒調整過來之前，我已經先累垮了！

所以，要拉長間隔，就需要拖延戰術；要拖延，就必須耐住性子，讓寶寶多哭一會兒、慢一點兒再喝奶。

問題是，到底可不可以放著嬰兒哭呢？

有些專家說，嬰兒哭是不安與孤獨的情緒表現，如果常常不理會嬰兒的哭泣，不立刻抱他給他溫暖，會讓他沒有安全感，日久可能造成心理問題。

但我也記得曾經看到過，確定嬰兒健康和全都無虞的情況下，適度讓嬰兒放聲哭一哭，可以訓練寶寶的肺部並達到讓寶寶運動的效果。

我自己思索得到的結論是，哭應該只是新生兒與生俱來、第一項跟外界溝通的能力；如果在我的全心關注下，讓寶寶稍微哭一哭，我還是會給她足夠的擁抱和溫暖，應該不會有大礙吧？

<<梁旅珠教養書>>

！
於是我自己想了一些可能行得通的方法，跟我先生討論之後，得到他的同意與支持，當天晚上就開始實施。

我的拖延戰術以十分鐘為一個單位。

每一次餵奶，我都從女兒開始哭的時間算起（剛睡醒時發出一些嗯嗯啊啊的聲音不算），視女兒哭的「力道」至少延後一到兩個時間單位再餵。

我會先去檢查有沒有什麼狀況，如果尿布濕了就先換，寶寶可能會覺得比較舒服而暫停哭泣，我就從她再次哭的時間開始計時。

如果她在預計時間之前就哭，我會等十分鐘之後先用奶瓶餵一點水，她可能會因為哭累了，或是暫時的飽足感而休息一陣子。

如果哭得比較厲害了，但預定的時間還沒到，我會對她唱唱歌或講講話安撫一下，直到可用的招數都出盡了，才抱起來走一走。

總之，就是盡量撐到預計時間之後再餵奶。

我把拉長間隔的主力放在午睡和晚上睡覺的時間。

希望女兒睡久一點的時段，我會關燈拉上窗簾，盡量把房間弄暗；其他時段我就努力陪她玩，讓她不要睡太久。

如果她睡過了預計的時間，我會想辦法把她叫醒，以免影響到下一段的睡眠。

晚餐那一次大約七、八點的餵奶後，由於這段時間有老公可以分擔陪伴小孩的責任，我們會使盡各種招數陪女兒玩累一點，讓她不要睡。

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>