

前言：

我是一個「宜蘭囡仔」，每一次回來宜蘭，都備感親切，剛好我看到我的堂兄弟在座，我們可以說自小即一起到山中討生活的，山上的人就是靠山吃山，我和父親專跑羅東線，在羅東賣水果，也許在座的羅東鄉親，你的家人就曾向我買過水果。我當過零售、中盤、大盤，也去過台北賣水果，所以說我覺得一個在困苦環境中成長的孩子，一定能慢慢的走出自己的一條路。我對自己的故鄉有特別的感情，因為每個人都很「古意」、很「熱忱」；宜蘭囡仔都很「土」、很「樸實」，很肯努力奮發的，企業界裡，若要組織一個團隊，要找人時，他們喜歡找宜蘭人，因為他們對宜蘭囡仔感覺特別好，尤其在口試時，坐下來的氣質就是讓人感覺很純樸、很認真，這就是宜蘭囡仔的特質，但並不是因為純樸，就不去關心、重視子女的教育，而我今天就是來和大家討論「教育」孩子的事。

我認為時代在快速變化，所以我們對待小孩、教育子女甚至待人接物，也應要有所轉換。因為我們的子女未來所處的生活環境相較於現今社會，其變遷的速度是目前的四倍，所以若我們不教育他們如何去適應那變遷的社會，我相信有一天，他的生活會遇到一些困難，我會提出一些數據，提出一些推估，讓大家對未來有多一些了解，也去感受到社會在變，所以對孩子的教法、甚至對子女的期待，也應和過去不同。我們知道進入公元2000年，也就是所謂e世紀(Electronic age)電子(通訊)時代，社會變遷很大，所以說我從種種的學術研究和世界上的一些趨勢來和大家分享「如何教育子女」。

在我二十幾年來，從事教育、心理諮詢所遇到的孩子，如果一段時間未見面，這些孩子即產生變化而不同以往，二十幾年前，孩子所發生的事和現在孩子所發生的絕對不一樣，二十年前孩子所要打拚的重點和未來我們小孩所要打拚的重點也不一樣，所以今天我的講題是「教育子女的著力點」，也就是說我們對孩子要用心在那裡，要注意那幾點，我從這方面提出來與各位鄉親分享。過去我們只要學個識字，即能勝任社會上的工作，識字在生活中是很重要的，但是現在你若不會使用電腦、上網路獲取資訊，就無法生活，就像一個不識字的人，現今每個小孩從國小就學習電腦、使用網路，但是他們是否真的在用電腦獲取知識呢？他在網路上探險，去看色情、暴力，以及你不希望他看的東西，然後在交談室中和陌生人談天，當你進入房間時，他就立即進入文書處理狀態，說他正在打字、學電腦或交作業，你不相信，但你不曾電腦也只好相信。電腦很方便，但也有太多不好的東西，色情、暴力、他們任意在虛擬的網路世界探險，成天在電腦前打電玩和人聊天，把自己假設成人：一個國中年紀的女孩在網路自稱是一個大學生，一個五十多歲中年男子在網路自稱是一個美少女……而漸漸偏離現實、逃避現實，造成「虛擬人格」。

另一方面，現代人每天接受許許多多資訊，形成「資訊焦慮」，是而而的資訊令人目不暇給，面對快速變遷的社會形成強大的壓力，1994年世界衛生組織(W.H.O)委託哈佛大學做過一個研究，後來提出一項呼籲，如果人類沒有好好注意情緒的發展、適應能力的開展的話，那麼公元2020年時，人類的第一大疾病是心臟病，第二號疾病是憂鬱症。心臟病越來越多是由於情緒生活所引發的，而憂鬱症更是受情緒跟情感問題所帶來的。這個呼籲值得我們留意，那是一個人失掉了適應環境能力的一種現象，雖然我們不希望這個推估成真。請各位仔細想想，2020年時您的子女將面臨怎樣的世界，不要等20年後再求助心理醫師、輔導人員、社工人員，現在就為子女思考未來，教育他們學習去面對應變未來的世界。接下來，為因應未來快速變遷的社會我提出以下幾個教育子女的著力點來和大家分享：

(一)培養子女主動學習的習慣

一個能自動自發的人，不管社會進步得多快，都會不斷的學習，一直追上時代。一個孩子能培養出這樣的習慣、基本態度，他才能真正的適應現代社會，才能不斷的成長。期望孩子能有自動自發的精神，有幾個觀念需要注意：

第一、培養健康的自我觀念

孩子有好的自我觀念自然會比較有信心，感覺自己有價值，因此也比較能自動自發。培養孩子這方面的技巧，是你無論如何要欣賞他在生活或工作中所表現的優點，不要認為孩子幫你洗碗是應該的，他洗完碗後你應該說：「哦你的碗洗得真乾淨，實在是很好。啊，你還懂得把流理台擦乾淨，我真欣賞。」就是這樣，你不要講聰明或能幹那些抽象的字眼，要真正講出：「你把碗洗得很乾淨。」這就夠了。適應生活的能力是一點一滴養成的，平常能欣賞孩子對的地方，指導他改正錯的地方，他就不會變成不好的自己，自我價值、信心、尊嚴也會慢慢的建立起來，對自己期許的動力更會持續增強。

第二、教導孩子能幹

越是能幹的孩子越能自動自發，所以在日常生活中我們要培養孩子各方面都懂一點，在他兒童、青少年時期就要求他把平常的工作做好，他就會越來越能幹，這種情況我們在心理學上說他的自我功能是好的。自我功能好有三個因素，第一個因素是有解決問題的能力；第二個因素是情緒習慣不錯；

第三個因素是有毅力去完成應該完成的事。一個孩子具備有這三個因素，就表示他的自我功能很好。

第三、主動學習的身教

美國前教育部長賴利曾經說過：「每個父母一天至少要陪孩子念幾個小時的書。且家裡應該要有足夠的讀物可以閱讀、討論。我們要給予孩子較多的陪伴跟鼓勵。」做父母的能主動學習，一有空就看書，孩子自然會吸收這種主動學習的態度，自動自發的能力當然就越來越好。告訴各位一個故事。我有一天坐計程車，看到計程車司機座位旁邊放了一些書，這些書都是一些現在暢銷的、跟得上時代的作品。我說：「司機先生，我發現你是個用功的人，你受過高等教育吧？」他說：「老實說，我只有國中畢業。很久以前，我的孩子還在讀國小時，我去聽了一場演講，那個演講者說：『只有你自己陪孩子閱讀，孩子才會閱讀；只有你自己不斷進修，孩子才會自動自發的讀書進修。陪孩子讀書並不是坐在旁邊指指點點的教他做功課，而是要讀自己的東西，因為重要的是，你主動學習的態度可以影響孩子。』所以我就照做，買了一些書跟孩子分享，從簡單的書到引起讀書的興趣，到現在讀這麼多書。我的四個孩子每一個都讀國立大學。就是去聽了那一場演講，當時年輕的我，養成這個習慣，我的孩子也受惠無窮。我讀過的書就擺在客廳裡，孩子也會拿去讀；孩子買了書也會告訴我這本書值得看，我們就這麼不斷的學習。」

第四、主動嘗試的機會

我是很肯花工夫、也很勇敢的讓孩子去做一些嘗試的。記得孩子正要上小學一年級時，我問他：「你敢不敢自己去外婆家？」「敢啊！」我說：「好，你如果敢那就太好了，我給你銅板，你自己坐車把這個東西帶去給外婆。」那個正要升中班的弟弟說：「老爸，我也要去，我也要跟哥哥去。」我問：「哥哥，你有沒有辦法帶弟弟？」他說：「我有辦法，我敢！」於是哥哥就帶著弟弟到外婆家。從我家到木柵外婆家必須坐指南客運，大家都知道指南客運的開車速度是很快的，但是我勇敢的讓他們去嘗試。

於是兄弟倆手牽手到外婆家，我就變成偵探跟在後頭。這個哥哥帶得很好，他讓弟弟先上車後自己再上，我則叫了一部計程車在後頭跟著，看他們在政大下車後，怎麼走、怎麼過馬路、怎麼把東西送到外婆家再繞回來，總共花了一個多小時。自從讓他們這樣試過、看他們過馬路的情況後，我對他們就有信心了。你要讓孩子自己去嘗試，如果你處處害怕，怕油會噴到他的臉，怕他會迷路、出意外，等孩子長大後他也什麼都怕，什麼都要問你，你反過來覺得他沒用，那就太晚了。

教導孩子自動自發的精神必須在日常生活中用心，平常就要給他機會，讓他有勇氣去嘗試，但是千萬不要沒有教就讓他去嘗試。你必須教會他注意事項後，再勇敢讓他去試，而且要在旁邊看有沒有需要改進的地方。你對他信任，孩子就會顯得不一樣，像我剛剛請到我那兩個孩子從外婆家回來時，我發覺他們的胸膛突然間長厚了，他們感覺到一份特有的自尊，覺得幫爸爸完成一件重要的事，變成一個有用的人了。

智慧其實可分為七種類型：

一、語文智慧 二、邏輯----數學智慧 三、音樂智慧 四、空間智慧 五、肢體----動覺智慧 六、人際智慧 七、內省智慧

身為父母應認真發覺子女這七類智慧最佳者，再去帶動其他智慧，而不是一味要求父母所期待發展的智慧，而研究指出：人類的學習10%來自書本、15%來自聽聞、75%來自生活體驗。所以，不要一切都幫子女安排好，更不要讓子成天補習上課，那將使子女失去主動學習的動機，讓他懂得去處理，應對變遷的社會，從生活中得到良好的體驗，而主動性是跟大人學來的，讓孩子能夠掌握自己最擅長的那部分能力，好好去開拓它，同時以此培養多元的智慧，有了多元的智慧，我們就能夠適應和應付這個自由開放不斷進步的社會。

(二)培養子女情緒管理

第一、良好情緒教育的開端

我們如果希望子女在這樣一個繁忙、高競爭的環境裡能夠適應得很好，那麼他就必須要有良好的情緒，因為情緒比較穩定的人，不只是在待人接物上表現良好，他的創意、穩定性，甚至對於某些理念跟原則的堅持，也都有比別人好的表現。心理學家經過長期的研究發現，在我們的人生、事業上，IQ決定成功的機率是20%，而EQ則是80%。我非常相信這項評估，因為在我長期的諮商、觀察中發現，有很多非常聰明的人卻經常幹出傻事，只因為跟老師吵架，竟然放火燒掉資料室；因為感情發生問題，軌把情敵給殺了，因此而斷送掉自己的前途甚至生命，原因就在於他們的情緒狀態不好，適應環境的基本態度受到很大的情緒干擾。

第二、避免不當的身教

心理學家羅傑斯(Donald J. Rogers)在一篇名為《我們如何教孩子懼怕》的論文裡說，孩子的懼怕通常是透過我們的身教學來的，很少是透過語言。父母親在家庭生活中所表現出的不安全感，孩子會直接拷貝過去。近日的九二一大地震，我們就發現，災區的孩子說我聽到爸爸媽媽大叫，他們比較害

怕，由此我們就可以知道「懼怕大都是你在沒有覺察的情況下教給孩子的」，它會對孩子構成嚴重的壓力。我曾提過的提出多元智慧觀念的心理學家迦納，也同時提出了另一個問題，今天教育上最大的失敗是甲等主義、升學主義、功利主義，這三件事足以讓一個人在學習上產生扭曲，構成嚴重的壓力，以至於無法開闊的發展自己的潛能。你滿腦子都是功利，對孩子產生壓力，壓力引發懼怕，焦慮就隨之而來。其實人很少被他的功課或一個正當的負載給壓垮，真正會把自己壓垮的是懼怕所產生的壓力，是害怕時所增加的垃圾負載，這些垃圾負載會把人給完全淹沒。所以我們在做情緒教育時，強調必須有好的身教，即使碰到不如意的事，也可以笑笑的講出來，或先把它擺到一邊，然後高高興興談點別的，聽聽值得歡喜的事，這就是一個非常好的情緒教育的身教。

第三、給孩子嘗試的機會

身為父母者要注意發展孩子的責任感跟信心，要容許孩子去做一些嘗試，不要批評他，越是能讓他主動去嘗試，他越不會害怕，越有成功的機會。我每次完成一件事，我的媽媽都會說：「嗯，你做得不錯。」這樣的態度好像會遺傳。其實，你只要讓孩子多去嘗試，他就會多才多藝，不過孩子做好後，要記得對他表示欣賞，他就會更勇於去嘗試更多的東西。勇於嘗試是一個人成功的基本要件。你讓孩子主動去試試看，他就會有責任感，有信心就不會害怕。

第四、教導樂觀的態度

我們要教導孩子樂觀的態度，孩子越是能樂觀的面對未來，也就越勇於嘗試和接受挑戰。樂觀與悲觀最大的不同在於，樂觀的人會鼓舞自己、激發自己，碰到失敗時很清楚的知道，失敗只是一點，大部分還是好的；悲觀的人就不懂得鼓舞、激發自己，看不到光明的一面，只要碰到失敗就一切都完了。所以我們要常常提醒、注意自己是不是有這樣的態度，以便能引導孩子產生樂觀的氣質。

第五、優點教學

情緒教育的最後一項，就是要能經常欣賞孩子的優點，才有機會去糾正他的缺點，千萬不要以糾正缺點為教育孩子的重點。一個家庭裡的成員能彼此欣賞，就表示能互相支持，就能使情緒越來越穩定。如果我們在這方面做的失敗，孩子就會退卻，情緒狀態和適應環境的能力就會大打折扣。我常用父母親看孩子的成績單來作比喻，你是看「怎麼只有六十分，不用功」，或「不錯喔，已經六十分了，再加油一下，一定會更好」呢？

(三)培養子女生活基本規範

生活規範是一個人的基本生活紀律。孩子有好的待人接物的禮貌習慣，懂得如何處理朋友間的紛爭、拿捏應有的分寸，跟人的衝突就會減少，成功的經驗相對地也會增加；懂得如何規劃自己的生活，有好的作息習慣和紀律，生活適應乃至於學習適應都會比較好，信心也就能逐漸增強，這都是一些基本的生活規範。

第一、建立延緩報償的習慣

講一個我自己的經驗給大家分享。我的孩子念幼稚園時，我總是會偶爾帶孩子逛百貨公司順便買些東西。在出發前我會先跟孩子說：「明天我們去逛百貨公司，你們想不想去？」「想去！」我說：「去的時候當然會帶你們到玩具部去盡情的把所有的玩具看個過癮再回家。可是我們今天就不買玩具了，下一次我們儘量省錢來買你想要的那個玩具，可能要分兩次或三次的結餘才有辦法買，這樣好不好？」他說：「好。」看完後再問他：「買不買？」他說：「不買。」我覺得不好意思，就說：「那個小老鼠一隻才五塊錢，我們買一隻好不好？」他說：「好吧，也好。」就買了一隻小老鼠回家，到了百貨公司門口，我說：「你們表現得太好了，我們到地下室買根棒棒糖鼓勵自己。」就一人拿了一根棒棒糖，高高興興、浩浩蕩蕩的準備回家。「現在是坐計程車好？還是坐公車好？」他們說：「坐公車好。老爸，這個錢要省下來，是要買那個玩具的哦。」

平常我會跟孩子說：「爸爸跟媽媽都是上班族的，一共只有這些錢，不能超支，所以我們出去時第一要買吃的、穿的、用的和文具，這是用錢的優先順序，再來的順序就是買你們的玩具。但是如果到最後我們的錢實在買不起玩具，那就要衡量我們剩下的經費預算分幾次結餘來買，不會疏忽玩具的。」

再下一次出發到百貨公司前我還會先說：「如果想多省一點、多留一點錢買玩具，我們就不坐計程車，坐公車。」孩子想一想說：「坐公車、坐公車。」節儉的精神就出來了。到了百貨公司東西都買好了，就一起到玩具部去，快到之前我總是會蹲下來提醒他們，別忘了我現在總共只有這些錢，如果你要買的玩具超過我們的預算，我們可以把錢省下來，下次來時再累積結餘的錢來買。他們就問：「老爸，那你一共還有多少錢？」我就說：「你看看，就剩這麼多。」這樣一來，他們很快就學會算術了。一進去，他們看完後說：「老爸，我要買搖控汽車，那一部車子我最喜歡。」我說：「好啊，可是我們今天的錢不夠那怎麼辦？」於是小孩子從這樣的活動裡學會了如何累積、如何節省，甚至於學會了一種很重要的「延緩報償」的習慣，不會非要不可。一個人如果看上一樣東西就非要不可，那是一種很大性格學上的缺憾，台灣話叫「破格」，是很不好的。慢慢的從生活當中去培養他基本的生活習慣，他就學會負責。

第二、嚴禁濫看電視、開夜車

看電視也是一種生活習慣。我奉勸各位不要太常看電視，選擇好的節目，千萬不要縱容孩子看太多電視，寧可跟孩子聊天、歌唱、談話、閱讀，也不要看那些沒有營養的電視節目。還要注意的是，電視常是暴力跟色情的來源。並且根據教育心理學的研究，電視看得比較多的孩子，他的挫折容忍力會下降，智力的發展也比較差，原因在於電視是直接引導你，使看的人無法思考、沒辦法操作，所以他失掉了思考跟操作的機會和能力。所以你要適度的選擇好的電視節目。我們也要幫孩子建立好的基本生活作息，規定幾點睡覺、幾點起床，建立孩子良好的睡眠習慣。很多國、高中的學生常念書念到半夜兩、三點才睡，第二天拖著疲憊的身子到學校，根本就沒辦法集中精神，整天迷迷糊糊的，晚上再去補習，回家後又搞到三點，請問他白天的時間是不是全浪費掉了？我一向嚴禁我的孩子在國小、國中、高中這段時間做這種事，而要求他們在白天眼睛一定要是亮的、耳朵是清明的，這樣老師講的東西你就可以記上七、八成，回家後稍稍複習一下就可以記得很多了。這些都是一種生活基本規範，生活規範越健全，孩子就會適應得越好，越能在這個複雜多變的社會生存。

同時我們也需要帶孩子學習一些基本的人際關係，人際關係越好，溝通能力越強，就有友誼的溫暖，這種友誼的溫暖是人生很重要的一部分。做父母的除了身教之外，還要能夠引導他跟別人做朋友，勇於去跟其他孩子相處，這樣交友的經驗就會慢慢的增加。所以做父母的應該積極鼓勵孩子，做一些穿針引線的工作，我知道有些家長很善於使用這種動力，會邀集幾個家長把孩子聚在一起，一同去參加一些活動，比如說夏令營、遊學活動等，這對孩子的幫助是很大的。最怕的是你都不帶他出去，他就自己偷跑出去，每天跑到漫畫書店或電動玩具店，那才是麻煩呢！

交友是從實際經驗中慢慢學習來的，我們如果勇於踏出去跟別人合作，人際關係會有很大的突破。有些人有很好的學位，可是沒有得到應有的成長；有些人有一技之長，卻連基本的人際相處都處理不好，有時候甚至保不住工作，所以人除了需要在專業領域上下工夫外，當然也必須要有處理人際的能力，這才是一個不斷成長的人。

(四)培養子女正當信仰

什麼是孩子的心靈生活呢？我認為最重要的是宗教。不過我反對一部分的宗教，尤其是迷信的、把人的腦子教成刻板思考的宗教，這種宗教我們早就應該放棄掉。我所謂的宗教是指正信的高級宗教，像基督教、天主教、佛教、道教等，這些正規的宗教可以給我們心靈的啟發。

第一、宗教旨在開啟智慧

真正的宗教在於談生命之道，我們從何處來、往何處去？在這個人生裡應該怎麼做人？怎麼做才是上蒼給我們的真正啟發？怎麼做才能符合極樂世界的要求？怎麼做才能跟天理吻合？這些是孩子小的時候我們就要給他的。我認為宗教是開啟一個人生命的智慧，只要違反這一點就不是宗教，只能稱為迷信的東西，是一種寄託而已。一個能真正開啟人的智慧、開啟愛的心靈，它才是真正的宗教。宗教可以使一個人變得有豐富的生命力、豐富的感情能愛物愛人，我們稱為「博愛」；讓一個人肯長進、不斷的努力累積經驗，從而開啟生命的智慧，我們稱為「寬廣的智慧」。《聖經》裡這麼說：「我們要培養博愛，同時需要寬廣的智慧。」而儒家所講的是「仁智雙修」，仁就是仁愛，智就是智慧，其實是一樣的，它是儒家的道統。再來看看佛教，佛教說「悲智雙願」，悲、智就是慈悲與智慧，也就是愛；人要打開視野才能生活得好。有慈悲心、有愛心的人，就能讓自己跟別人相銜接，所以已立立人、已達達人，這是耶穌、孔子、佛陀所共同的教化。

我們從生活中看出生命的原委、生命的意義，使自己更為豐富；我們有愛、有熱情，可是也知道生命的侷限性，還有一個更遠的未來，那個未來我必須現在負起責任，必須現在的我是快樂的，有能力快樂、能愛人，我才是上蒼的子女，才是那個極樂世界的一員。這個精神生活從有限的生命跨到無限的未來，這是我們在教育當中必須教給子女的。

第二、每個人都該被平等看待

如果你能每天回家時內心都很平靜、歡喜，都知道我今天沒有白過，懂得感恩，也懂得發展智慧跟愛，我相信這樣的宗教、這樣的心靈生活，是在未來的世紀裡所必須開拓的宗教。其實它不是新的，只是我們把過去宗教信仰的錯誤面紗拿開，讓我們真正得到精神上的成長；心靈上的解脫，然後看到了光彩的人生，滿足這一輩子我們到這裡生活的喜樂跟多樣性。這樣的人生是寬廣的，這樣的人生是不拘泥於自己將來要賺多少錢，要有多高的地位，而是每一個人都是快樂的。我覺得教育的真正宗旨，是無論一個人的職業是什麼，無論學歷、地位，都應該被平等的看待，都有一份自己的榮耀跟尊嚴，而每一個人都知道來這世上只是扮演一個不同的角色，最後都要到那美麗的未來精神世界裡頭。

如果我們能帶領孩子看到永恆的、精神生活的這一面，就不會責備他為什麼考出這樣的成績，讓我們沒有面子了，我們就不會產生這樣的錯誤，不會做出這種違背教育正則的事。生命真正最好的饗宴就在這個地方開始，我們有快樂有幸福，不會在差別之中產生屈辱和不满，心靈就能真正得到滿足。這就叫精神生活，是心靈生活的一部分。