

CH
HQ
769.3
L51

做你兒女的好父母 ——提升你兒女 IQ、EQ、CQ 的超級方法

李順長 著

出版兼 發行者	校園書房出版社 台北市羅斯福路四段 22 號 台北市郵政 13 支 144 號信箱 電話：(02)23653665 (02)23644001 傳真：(02)23680303 網址：http://www.campus.org.tw 郵政劃撥第 01105351 號
發行人	饒孝楫
本社登記證 字 號	行政院新聞局局版臺業字 第 1061 號
承印者	大鵬彩色印刷股份有限公司

中華民國 89 年（2000 年）4 月初版

· 有版權 ·

國家圖書館出版品預行編目資料

做你兒女的好父母：提升你兒女 IQ、EQ、CQ 的
超級方法 / 李順長著。-- 初版。-- 臺北市
：校園書房，民 89
面； 公分

ISBN 957-587-649-0（平裝）

1. 親職教育 2. 父母與子女 3. 兒童心理學

528.21

89003280

Heavenly Made Parents

by Gordon Lee

Published by permission

©2000 by Campus Evangelical Fellowship

P.O.Box 13-144, Taipei 10098, Taiwan, R.O.C.

All Rights Reserved

First Edition: April, 2000

ISBN 957-587-649-0

◆本書中引用的經文，大部分是取其意義，而非一字不漏的引用。

目 錄

序	9	
第一章 舐犢情深	12	
父母的皇冠 / 14	亞洲人的崛起 / 15	
家庭的價值 / 16	去蕪存菁 / 17	美好家庭七寶 / 18
馬但教授的研究：分水嶺 / 19	人生模式兩款 / 20	
父母的機會與挑戰 / 21	有福的父母 / 22	
第二章 父職天成	24	
父親頌 / 26	舐犢情深 / 28	觸目驚心的統計數字 / 29
父親缺席的六項嚴重後果 / 30	父愛對兒女的祝福 / 31	
影響力的流程 / 32	父親與女兒 / 33	父親與兒子 / 34
父的美麗形像 / 35		
第三章 母親頌	36	
慈母手中線 / 38	二位傑出的女性 / 40	
流澤萬方 / 42	女性的光輝 / 43	
有福母親的畫像 / 44	天堂正在母親的胸懷 / 45	
第四章 IQ 與你的孩子	46	
聰明，有譜 / 48	奇異的人腦 / 49	腦力知多少 / 50
智商的鐘形曲線 / 51	智商提升 20 點 / 52	
神經生理學與智力 / 53	神經叢的數目 / 54	
人腦網路的形成 / 55	佈線與清理 / 56	
教育這把金鑰 / 57	提升 IQ 的七訣 / 58	
第五章 提升孩子 IQ 的超級方法	60	

親人的撫養／ 62	身體的活動／ 63
父母唸書給孩子聽／ 64	遊戲有益大腦小腦／ 65
珍惜每個互動的機會／ 66	視覺的啟發／ 67
音樂教育與 IQ／ 68	加大爾灣分校的實驗／ 69
莫扎特效應／ 70	懷特教授的研究報告／ 71

第六章 情感智慧風雲錄 72

人際關係的藝術／ 74	棉花糖實驗／ 75
高爾曼眼中的 EQ／ 76	IQ 與 EQ 的天地／ 77
西地斯的故事／ 78	今日險惡的處境／ 79
從現象追溯原因／ 80	情感銀行存款妙招／ 81
哥倫比亞大學的研究成果／ 82	情緒的面目／ 83
聖靈九果與 EQ／ 84	

第七章 EQ：人際關係這玩意兒 86

關係的世界／ 88	社交能力的三股繩子／ 89
社交性向的三大模式／ 90	培養社交八大能力的妙招／ 91
雙贏的策略／ 94	出生排行序與成就／ 95
珍惜互動的三十秒／ 96	

第八章 AQ：Adversity Quotient 逆境智慧 98

東山再起的勇士／ 100	韌性：輸贏的分水嶺／ 101
習慣性無助感／ 102	萊恩教授的研究／ 103
走出生命的陰霾／ 104	飛越逆境的四個翅膀／ 105
第二技藝專長／ 106	小勝利／ 107
肯定和祝福／ 109	行動的造勢力量／ 108
	積極思想／ 110

第九章 CQ：Consciousness Quotient 意識智慧的天地 112

引動善性循環 / 114	顯意識、潛意識、超意識 / 115
意識狀態與腦神經細胞 / 116	自我肯定的追尋 / 117
上帝的肯定 / 118	名言佐證 / 119
航向高意識智慧的五條高速公路 / 120	
史坦利教授的研究 / 121	信仰之錨 / 122
祝福的奇異能力 / 123	祝福的二十五個範例 / 124
積極的內心對話 / 125	思想積極十五妙招 / 126
腐蝕兒女自信的毒素 / 127	自我肯定的宣言 / 128

第十章 CQ：創意的搖籃 130

創意的慧星 / 132	上帝出的點子 / 133
原創力：文明的齒輪 / 134	創意人特質 / 135
左右腦的均衡使用 / 136	敬請愛用右腦 / 137
犯錯的安全空間 / 138	教養孩子成為贏家 / 139

第十一章 PQ：Personality Quotient 成功之鑰：責任感 140

高枕無憂的父母 / 142	責任感 / 143
喪失獨立能力的熊 / 144	避免過度保護 / 145
適當的自主權 / 146	讓他嘗嘗因果效應 / 147
繳學費，儘量少繳 / 148	檢討這面鏡子 / 149
權威的保護傘 / 150	金錢的好管家 / 151
財務的自由 / 152	愛惜光陰 / 153
良心這紅綠燈 / 154	

第十二章 Personality Quotient 紀律鮮明 156

煉鐵成鋼 / 158	普林斯頓校長佳言 / 159
哈佛大學學前研究 / 160	家教嚴格又疼愛有加 / 161
教練的八寶箱 / 162	服從權威 / 163
	家有家規 / 164

家規保障孩子的自由／ 165	罰在兒女，疼在父母／ 166
處罰的形式／ 167	體罰的可行性／ 168
體罰的限制／ 169	有效的處罰七訣竅／ 170
避免可能的後遺症／ 171	微妙的平衡／ 172
跋 親情快樂頌..... 174	
人生的焦距／ 176	建造美好的回憶／ 177
錦上添花：靈性智慧／ 178	祢與我／ 179
整合人生的力量／ 180	基督化家庭的信條／ 181
福杯滿溢／ 182	
附註..... 183	

序

我和內人養了兩個女兒，今年大女兒二十九歲小女兒二十五歲，她們都接受高等教育，都成績優秀，人格也都可愛，虔誠信仰耶穌基督，行事為人循規蹈矩，個性圓熟，兩個都嫁了很好的丈夫。

這將近三十年的歷練，給我們機會從一個做父母的生手，成長為略識個中滋味的識途老馬。我了解每一位父母，都希望能做個兒女的好父母。不少父母甚至願意付出一切代價，為兒女求取最高幸福。這一本書寫作的目的，就是提供藍圖給天下有心的父母，縮短他們摸索的時間，較有效地教養兒女，成為智慧充足，個性可愛的天使。

大部分父母關心的重點在兒女的

- 智力智慧(IQ)：如何提升孩子的智能，增大他學習的容量。

本書所提的方法可以提升你孩子的 IQ 有 20 到 30 點。

- 情感智慧(EQ)：如何增加孩子處理情緒和人際關係的能力。

家庭成員的互動是人際關係能力的最佳養成所。

- 逆境智慧(AQ)：如何培養孩子溯流而上的毅力及勇氣。

你可以替孩子插上四隻飛越逆境的翅膀。

- 意識智慧(CQ)：如何強化孩子的自信心和創意能力。

建造孩子健康自我形像是引動自信和創意的捷徑。

- 人格智慧(PQ)：如何培養孩子負責任的品德。

你可以訓練你的兒女善用他的自主權。

- 靈性智慧(SQ)：如何教育兒女成為榮神益人的可人兒。

信仰上帝是整合人生最好的力量。

做父母是世界上最重大的特權，你有機會調教你兒女的人格，成為一件美麗的藝術品。在孩子的幼年時期，你所經營的家庭環境將決定他的智商、創意能力、學習的容量、自我形像、道德良心、情緒處理和做選擇的智慧。(善用這本書的資源，你的孩子就有機會學習——)

- 付出愛和接受愛。
- 擁有健康的自我形像。
- 人際關係圓熟。
- 在校成績優良。
- 創意能力飛揚，頭腦靈活。
- 智商較高。
- 懂得運用情緒力量，處理情緒問題。
- 思想積極。
- 做正確的抉擇。
- 過負責任的生活。
- 品德整全。
- 信仰上帝所帶來的內在力量。

這本書寫作的風格採取簡潔的語言，以綱要的方式提出論點，請讀者研讀之外加上默想，揣摩其因果關係的精粹，作為你應用的依據。書中並引用一些研究的成果報告，以支持其論點，這些專家長期研究所得，其中頗多真知睿見，值得借鏡。

願上帝賜福您的努力，享受教養兒女的喜樂，經歷親子關係間的互動，所帶來的成長。

李順長謹識

一九九九年十月

深情犢舔

兒女是耶和華所賜的產業

詩篇一二七篇3節



父母的皇冠

兒女是耶和華所賜的產業。（詩一二七 3）做父母是一項天賦特權。我們一生所能達到的最高成就，是把我們的兒女教養成爲品德整全，人格可愛的人。

我們的豐功偉業，會逐漸被歷史所遺忘。我們的財富積蓄也不可能伴隨我們進入永生。但我們所投資在兒女身上的精力，所提供給他們的家庭環境，所留傳給他們的靈性品質，會在他們身上留下永久的刻痕。

將我們的家庭建造成爲一個兼顧智育、群育、德育的美好場所，我們的兒女會有機會發展成 IQ、EQ、CQ 均衡發展的可人兒，成爲父母一生最大的喜樂——

智慧之子使父親歡樂。	箴十 1
智慧子聽父親的教訓。	箴十三 1
敬畏耶和華的大有倚靠，他的兒女也有避難所。	箴十四 26
子孫爲老人的冠冕。	箴十七 6
義人的父親必大得快樂。	箴二十三 24
愛慕智慧的使父親喜樂。	箴二十九 3
管教你的兒子，他就使你得安息。	箴二十九 17

培養出成功的兒女之祕訣，第一要緊的是，父母必須躬親實踐家庭價值的重要性。

亞洲人的崛起

世界日報一九九五年三月三十一日的 A1 版面，刊登了一篇文章，引述前一天華爾街日報的報導，指出亞裔在美國社會，短期內崛起，主要得力於家庭價值的傳統觀念，該文大意如下：

加州大學所發表的統計報告顯示，如果大學入學只看學生程度來取決，美國公立學校中首屈一指的柏克萊加大，亞裔學生將佔絕大多數。

哈佛大學的研究報告指出，連本世紀初猶太移民的傲人成就，與亞裔在美國崛起的深度、廣度和速度相比，也相形失色。柏克萊的統計報告，以及全美各地高中亞裔榮譽生輩出，為亞裔的卓越成就提出了佐證。在研究所的科學領域，亞裔所佔比率更為驚人。

在知識就是力量的現代社會，這群學校英才勢必成為未來高科技業和專業界的領袖，奠定下一波亞裔勢力興起的基礎。

單靠法律來人工約束大學入學的族裔配額，而不從家庭價值觀念著手，反而導致學生頻頻輟學等問題。加州大學的統計數字顯示，黑人、拉丁美洲裔和印第安人學生，輟學比例約為 40%，而亞裔和白人則低於 20%。

這論點並沒有貶損其他族裔的意思。亞裔或其他有過偉大建樹的族裔，並沒有獨特的固然優點，白人、黑人、拉丁美洲裔、印第安人並沒有天生缺陷。在美國這樣公開的社會，卓越與平庸，成功與失敗的分界，在於個人的生活方式，尤其是成長階段的生活。

該文最後結論指出，亞裔能夠成為美國社會新精英階層，主要得力於兩大因素：

- 1.家庭的價值。
- 2.傳統文化觀念。

筆者認為亞裔和猶太裔重視：1.家庭、2.教育，是這族群崛起的主因。

家庭的價值

猶太裔和亞裔在美國這競爭劇烈的社會裡，能夠脫穎而出，主要是著力於下列二大因素。作者以觀察所得，將這兩大力量的外顯形式，以綱要展示如下：

一、家庭的價值

- 家庭成員間的緊密關係
- 較低的離婚率
- 對長輩的尊重
- 兒女品德的塑造
- 共榮共存的觀念
- 對兒女的覆詢直到大學畢業
- 極負責任的父母

二、教育的重視

- 對子女的期待極高
- 父母對子女課業的督導
- 少數民族必須靠教育來出人頭地的危險意識
- 父母作財務犧牲以供應兒女上大學的委身
- 珍惜紀律、努力，而不是放縱、鬆懈
- 對科技的偏愛

其他族裔習性與亞裔相比，確實存有相當差距——

- 離婚率較高
- 不負責任的父母
- 以自我享受為中心的雙親
- 過分自由的放縱生活方式
- 對品德的忽略
- 家庭成員間的關係鬆散

從這幾點來看

猶太裔和亞裔確實擁有相當優勢。

去蕪存菁

如果你能擷取前述兩大因素的優勢力量，
落實在你所創造的家庭環境中，
使你兒女從小浸潤在這種文化薰陶下，
他／她會有機會成為卓越人物，
對社會、國家、教會、神國作出貢獻。

這不是說亞裔文化沒有缺點，
它當然有其弱點：

- 忽略了運動、手工等才藝
- 父母將未完成的心願投射到兒女身上
- 兒女背負了沉重的「成龍、成鳳」擔子
- 親子關係過於傾向權威式，而不是互動式
- 處理人際關係的能力較弱
- 較缺乏獨立冒險犯難的精神

如果你能遵行本書下列各章所列舉的法則
注重學術與品德的均衡發展，
提供 IQ、EQ、CQ 全面成長的環境，
配合信念與宗教的力量，
以恰當的溝通方式來建造兒女的健康自我形像，
你會有很大的機會成功，
你的兒女也會成為你的尊榮與喜樂。

美好家庭七寶

聖經極重視家庭的價值，使用了各種語言的技巧，來啟發我們做父母的，營造一個美好的環境給兒女，為兒女的情感智慧，提供最佳營養劑，藉以塑成他們處世為人的智慧。

下列七處經文勾畫出，培養兒女人際關係能力的七個有效途徑，重視家庭價值的父母，善用下列技巧，兒女的情感智慧會大幅提升——

1.經營一個充滿愛的家庭環境

父親怎樣憐恤他的兒女…… (詩一〇三 13)

2.教導兒女學會順服父母的權威

你們做兒女的要在主裡聽從父母。 (弗六 1)

3.說明家庭關係和諧所帶來的祝福

要孝敬父母，使你得福，在世長壽。 (弗六 3)

4.揉合公義和慈愛來塑造孩子的品德

父親責備所喜愛的兒女。 (箴三 12)

5.教育兒女珍惜父母的人生智慧

衆子啊，要聽父親的教訓，留心得聰明。 (箴四 1)

6.教導兒女怎樣討父母喜悅

智慧之子使父親歡樂。 (箴十 1)

7.帶領兒女學習兄弟姊妹彼此相愛

約瑟愛弟之情發動。 (創四十三 30)

上述聖經教訓與二十世紀九十年代的研究結果吻合：
父母與兒女的關係是
孩子人生軌道的分水嶺——

馬但教授的研究： 分水嶺

俄亥俄州波溫華萊學院傳播系的教授馬但(Deirdre Madden)，主持了一項研究計畫，調查了成功的大學生在五歲到十二歲之間，如何使用他們的空閒時間，再把他們的活動內容和那些問題青少年相比，這項研究的結果深具啟發性——

一、成功的大學生，他們童年的活動內容

1. 他們玩有意義的遊戲。
2. 他們幫忙做家事。
3. 他們常和父母共享歡樂時光。

二、問題青少年，他們童年的活動內容

1. 他們極少幫忙做家事。
2. 他們很少有家庭遊戲。
3. 他們較多無所事事的時間。
4. 他們很多時間自己看電視或玩電視遊戲。(註1)

孩子們在不同的家庭長大，家庭環境的差異，可能把他們送上了人生兩種不同的軌道：

一種孩子對家庭有向心力，珍惜教育的機會，成功地唸完大學，找到好工作，過著美好人生。

一種孩子缺乏家庭向心力，結交不良朋友，未受好的大學教育，找不到好工作，一生落魄潦倒。

這兩種不同結局的分水嶺，
決定於成長過程中的家庭成員關係。

它的作用力如下頁所說明。

人生模式兩款

問題青少年的人生模式

- A. 父母如果很少花時間陪孩子，
家中較少有遊戲時光，
家庭成員間溝通談心稀少，
孩子和父母未培養出親密關係，
心靈上會缺乏向心力。
- B. 但孩子心理上需要朋友，
他會去找一些他認為
可以肯定他、瞭解他的朋友，
通常這些小幫派都講義氣，
他所得不著的家庭溫暖，
反倒是在幫派團體中找到，
逐漸向幫派認同歸屬，
放棄學業教育上的追求，
縱情於娛樂、遊戲、鬥狠。
- C. 等到二十多歲，
思想較成熟，
悔恨以往未抓住機會受教育，
開始想努力上進，
但因長久不用大腦，
理解能力及學習能力都退化，
極困難習得新技藝，
找不到好工作，
一生過悲慘生活。

成功青少年的人生模式

- A. 父母花時間陪孩子，
他們以家庭為人生最高價值，
全家人共享歡樂時光，
父母和兒女一起玩，
做有意義的活動，
兒女和父母建立了親密關係，
心靈上愛家，
對家有強烈向心力。
- B. 他的心理需要從父母得滿足，
因此享有自我肯定，
自我形像健康，
不需要到外面去尋找歸屬，
也不需要靠狐群狗黨，
來滿足情感上的支撐。
較不可能墜入幫派的陷阱。
- C. 他會認同父母的宗教信仰，
也會接受父母的價值觀，
因此珍惜教育的機會，
也重視道德法則，
接受完整的大學教育，
結識品質優秀的異性朋友，
找得到好工作，
組織了美好家庭，
享受幸福快樂生活。

父母的機會 與挑戰

有心將兒女栽培成為成功青少年的父母，擁有下列機會——賓州伯利恆城的「國家兒童危機關懷中心」，做了一項電話調查，詢問了一千多位10歲到13歲的少年，有關他們對家庭的看法。這項調查的結果，令人鼓舞：

一、父母的機會

- 71 %的少年信賴，父母為他們最大的好處設想。
- 他們同意，全世界最值得信賴的人是父母。
- 父母是他們最佳榜樣，第二名是籃球名星喬丹。

同一項調查的另一項目顯示，父母和兒女間的互動溝通，仍是父母有待努力的領域。

二、父母的挑戰

- 33 %的少年覺得，父母忙到沒時間跟他們談話。
- 43 %的少年不肯跟父母討論敏感問題：藥物和性。
- 十二歲左右，兒女和父母的溝通開始崩解。(註2)

好消息：即使父母並不完美，父母仍是少年人的最愛。

警告：做個兒女的好父母是要付代價學習的。

好消息：聖經裡新舊兩約都有寶貴經文，指引做個好父母的南針。

有福的父母

喜樂的父母有福了，他們的**笑聲**是孩子靈魂深處的音樂。

仁愛的父母有福了，他們的**愛心**富化了孩子的心靈資產。

和平的父母有福了，他們的**婉約**淡化了奶瓶尿布的煩瑣。
因為泥巴、髒衣是孩童國度的本質。

良善的父母有福了，他們的**接納**創造孩子內心的安全感。
拒絕和別的孩子相比是高度的智慧。

恩慈的父母有福了，他們的**寬大**撫平了孩子成長的青澀。

堅決的父母有福了，他們的**原則**塑成了孩子的道德良心。

成長的父母有福了，他們的**進步**美化了孩子的成長環境。

捨己的父母有福了，他們的**犧牲**換得了孩子的高等教育。

父職天成

父親怎樣憐恤他的兒女，耶和華也怎樣憐恤敬畏祂的人。

詩篇一〇三篇13節



父親頌

擷取一半孩童瞳孔中所攝取的父親形像，再配上另一半孩童心靈中所想像的父親畫像，一個八歲的小學生融繪出他父親的肖像：「我爸爸可以攀爬最高的山，可以游過最深的海。他會開最快的飛機，他會打最壯的老虎。我的父親會做任何事。但大部分的時間，他只是把垃圾拿出去倒。」

我的父親沒爬過最高的山，但他教我如何攀越人生的險山峻嶺。他沒有游過洋海，但他助我游過人生的惡水急流。他不認識一個字，但他栽培我獲取高等學位。他的腳蹤只局限在一個小鄉鎮的黃土路，但他鼓勵我將足跡留在亞、歐、美三洲。

每一次我握住八十多歲父親厚繭的雙手，我心中充滿尊敬和感恩。兩隻手一把鋤頭，供應了我大學四年的學費。一頂斗笠幾分薄田，送我走上留學的生涯。他在盛暑下揮汗除草，我在舊金山灣區涼風下學最先進的知識。他不只拿垃圾出去倒，他把犧牲的愛傾入兒子的心坎。

上一代的犧牲祝福了下一代的成長，父親的愛心創造了兒子的前途。這種父職的光輝，可以從肯塔基州哈琴維爾小鎮的一個村夫身上顯揚出來：

- 托馬斯六歲喪失了雙親，在小鎮野林中長大。
- 二十五歲時他自己建造了一棟木屋。
- 他努力學習手藝，至終成為該縣最傑出的木匠。
- 他自己圈養一隻母牛，一隻公牛，擠奶，做牛油。
- 終其一生他蓋造了五個家，一個比一個更好。
- 他愛好和平，勤勞，誠實，道德良好。
- 托馬斯的兩任妻子都愛他，信任他。

這個十九世紀的無名村夫有什麼了不起？一隻母牛，一隻公牛，幾桶牛奶，一罐奶油，怎樣也沾不上偉大的邊。

林肯總統就是誕生在這肯塔基州的木造小屋裡。托馬斯用木匠的鉋刀供養林肯接受基本教育，以身作則培育出林肯堅強的人格。林肯論到他可敬的父親，這樣作證：「我的父親堅持，他的兒女沒有人會因為缺乏教育而受苦。」

平凡的父親，非凡的兒子。木匠父親，總統兒子。失學文盲，律師兒子。這是父職的美麗。

難怪聖經慣常用父親的形像來描繪造物主！

- 父親怎樣憐恤祂的兒女，上主也怎樣憐恤敬畏祂的人。
- 願恩典平安從上主我們的父歸與你們。
- 你們要完全，像你們的天父完全一樣。 太五 48
- 天上的飛鳥……你們的天父尚且養活牠。 太六 26
- 你們需用的這一切，你們的天父是知道的。 太六 32
- 我們在天上的父，願人都尊祢的名為聖。 太六 9
- 何況在天上的父，豈不更把好東西給求祂的人。 太七 11
- 同心合意的求，我在天上的父必成全。 太十八 19
- 好叫你們在天上的父，也饒恕你們的過犯。 可十一 25

舐犢情深

神選擇以父親的形像，來類比祂與人的關係。
做個父親是天賦聖職，因為
兒女主要是透過與父親的關係，
來瞭解、建造心中神的形像和自我形像。

父親所表達的愛，建造了兒女健康的自我形像。
父親所表達的欣賞，培養了兒女的自信心。
父親所表達的接納，塑成了兒女的安全感。
父親所表達的祝福，孕育了兒女對人生積極的態度。

這四項人格的要素——

健康的自我形像，
自信心，
安全感，
積極的人生態度，

是幸福人生的四大根基。

做父親的有這特權，透過言語和行動所表達的
愛、欣賞、接納、祝福，
建造兒女幸福的一生。

觸目驚心的

統計數字

一九九七年二月號的英文讀者文摘雜誌，一篇囑名「父親缺席的人生」(Life Without Father)中，以觸目驚心的統計數字，來解析現代社會、家庭、心理、人格問題的根源——

1. 從一九六〇到一九九〇年的三十年間，沒有生父的孩童，大約從 18 % 跳升到 36 %。據預測公元二〇〇〇年時，將有 50 % 的孩子，每晚孤單入睡，無機會向父親道聲晚安。
2. 一九九五年代，非婚生子女佔出生人口的 32 %。估計公元二〇〇〇年時，此項比率將升達 40 %。(註1)

家無父親的原因主要來自下列四項因素：

- 男女被情慾沖昏了理性，享受不負責任的性愛。生理父親不認賬，將養育職責丟給生理母親。
- 巴西一夜的嘉年華會，生下七千個無父親的嬰孩。
- 夫妻情盡緣了，以離婚收場，撫養權歸母親挑起。
- 丈夫覺得肩挑一家之主的重責（財務與領導）是無趣的負擔，乾脆離家出走。
- 丈夫死亡，妻子守寡。

父親缺席留給兒女的影響多是負面的。其中以

未婚子女的處境最惡劣，
父親離家出走或離婚次之，
父親死亡的子女情況好些。

這些研究指出，父親是何等神聖。

父親缺席的 六項嚴重後果

同期的讀者文摘雜誌，將現代社會的問題主因，歸結於父職的式微。下列這六項社會痼疾，大多肇因於父親缺席——

1. 單親母親家庭長大的女孩，較可能發生婚前性行為。
一九五〇年代有 27 % 的 18 歲少女有性行為。
一九八八年代有 56 % 的 18 歲少女有性行為活躍。
2. 青少年自殺的比率增高為三倍。
3. 藥物濫用（吸毒）情況極普遍。
4. 大專聯考成績(SAT)，從一九六〇年到一九九〇年，降低了 75 分。
5. 青少年男生常會惹事生非。
6. 孩子較可能淪落為性虐待(Sexual Abuse)的犧牲品。(註2)

沒有父親的孩子，大概會有下列後遺症——

- 自我形像低落
- 潛意識中以追求男人愛情來取代缺乏的父愛，常會淪落為男人的掌上玩偶。
- 情緒不穩定。
- 憤世嫉俗的心理。
- 缺乏奮發努力向學的動機。
- 容易墮落成幫派分子
- 較有同性戀傾向。

當然，一個善盡父職的父親，
對兒女的祝福是無可限量的。

讀者文摘上的同一篇文章，記述父愛對兒女的六大祝福。

父愛

對兒女的 祝福

父親所提供給兒女的

- 形像楷模
- 安全感
- 關愛
- 一起遊戲
- 教導

帶給兒女下列六大祝福——

1. 處理情緒的能力。(Better Management of Emotion)
2. 智商較高，學術成績較佳。(Higher Academic Achievement & Intelligence)
3. 語言能力提升。(Improved Verbal Skills)
4. 數學程度好。(Proficiency in Math)
5. 解決問題的技巧較佳。(Improved Problem-Solving Skill)
6. 同理心較強。(Greater Empathy) (註3)

這六項較佳的 IQ、EQ 能力

- 情緒管理
- 學術成績
- 語言表達
- 推理思考
- 問題解決
- 人際關係

是孩子未來成功的最佳保證書。

父愛對兒女的心靈健康，
影響更是深遠。請看下頁說明。

影響力

的流程

婚姻和兒女教育專家杜博生博士，在他所著《勇哉父母》(*Parenting Isn't for Cowards*)一書裡，指出父親對女兒的一生幸福，影響十分深遠。它的作用力大致依照下列因果關係發展——

許多行為科學家相信，

- 一個女孩子的未來愛情關係取決於她和父親如何互動。
- 父親如何對待女兒，會留下深遠的正面、負面影響。
- 如果父親看女兒是漂亮的、尊貴的、有吸引力的，她也會如此看待自己，有健康的自我形像。
- 如果父親看女兒是沒吸引力的、沒價值的、愚蠢的，她很可能有低自我形像的問題，影響未來幸福。
- 如果父親是溫暖、愛她的、護照她的，她也會找一個類似品質的情人。
- 如果父親是酗酒的、虐待的，她會自卑沮喪，較難找到高品質對象。(註4)

父親與女兒

一個女子的性別角色定位，主要決定於她和父親之間互動的關係。如果她享有父親無條件的愛與接納，她就建立起健康的自我形像，擁有高度自尊、安全、幸福感。這家庭內在的支撐力，滿足了她的心理需要，她就不需要去外在世界尋找自我肯定，減低了被引誘進入不成熟愛情的可能。她的自我形像越健康，結識成熟負責任男性的機會大增，保障了她組織幸福家庭的可能。

父愛對女兒人格成長擁有下列卓越貢獻——

1. 女兒從父親學習如何與男人相處。
2. 女兒從父親學習異性之間信任和愛。
3. 女兒從父親學習接受女性的角色。
4. 女兒從父親學習到自我價值。
5. 女兒從父親學習付出愛和接受愛。

當然，父親對兒子的影響也同樣深遠，
有下列事實佐證——

父親與兒子

在新英格蘭的監牢裡，關了六百個青少年犯。有關他們身世背景的調查報告，帶給我們極大的啓示和警惕——

- 十個囚犯中有六個，其父親是酒徒。
- 四個囚犯中有三個，從小愛做什麼就做什麼，父親從不加以管教。
- 十個囚犯中有七個，家庭沒有和樂活動，沒有共享的時光。
- 六百個中沒有一個有家庭禮拜，沒有一個上過教會主日學。

(註5)

如果他們的父親是個正人君子，認真工作；

如果他們的父親管教有方；

如果他們的父親經常帶動家庭和樂時光；

如果他們的父親每週帶領家庭禮拜；

如果他們的父親率領全家上教會，

這六百個青少年會有何等不同，

他們將是社會、國家的祝福，而不是重擔。

請善用這五個祕訣

1. 行為善良、認真工作
2. 管教有方
3. 帶動家庭和樂時光
4. 帶領家庭禮拜
5. 率領全家上教會

父的**美麗形像**

- 天父知道兒女所需要的一切東西。 太六 33
- 天父也必饒恕你們的過犯。 太六 14
- 父親怎樣憐恤兒女，父神也照樣憐恤敬畏祂的人。 詩一〇三 13
- 你們要慈悲像你們的父慈悲一樣。 路六 36
- 你們的父樂意把國賜給你們。 路十二 32
- 父愛子，將自己所作的一切事，指給他看。 約五 20
- 我說的這些話，乃是照著父所教訓我的。 約八 28
- 我所說的，是在我父那裡看見的。 約八 38
- 父認識我，我也認識父。 約十 15
- 若有人服事我，我父必尊重他。 約十二 26
- 叫父因兒子得榮耀。 約十四 13
- 愛我的必蒙我父愛他。 約十四 21
- 願恩惠平安從我們的父神並主耶穌歸與你們。 羅一 3
- 有父與我同在。 約十六 32
- 父親教訓我說，你心要存記我的言語，遵守我的命令。 箴四 4

我們若常默想這些美好的形像，
我們的品質就會逐漸提升，
符合聖經所描繪的美好品質。

母親頌

我在你們中間存心溫柔，如同母親乳養自己的孩子。

帖撒羅尼迦前書二章7節



慈母手中線

慈母手中線，遊子身上衣。
臨行密密縫，意恐遲遲歸。
誰知寸草心，報得三春暉。

如果這首母愛頌，寫在孟子的時刻，這位學養豐富的亞聖，可能會靈感一來，寫一首頌母恩的金詩：

慈母心中愛，兒子私執學。
學費月月繳，功課日日催。
誰言回饋情，報得三遷恩。

孟子第一次的住家靠近墳場，靈巧的他學起那些祭祖者的哭喪調。孟母說：「這樣下去，我的兒子不會有前途。」她把家搬到市場附近。這一次，學習力特強的孟子，學起商販的吆喝聲和跟顧客討價還價的本事。孟母想：「長久以往，他會滿了市儈氣。」第三次，孟母學家搬到私塾附近。這次孟子模仿起學者的談吐。孟母想：「這是養育兒子最好的地方。」

母愛是何等的細膩啊！

西方有位詩人費仁頓，寫了一首措詞華麗，轉折優美的母愛頌，獻給他心愛的母親，其作品的靈氣和中國古詩的意境，相互輝映——

妳未曾在西斯丁教堂的牆上畫出「馬丹娜」，
但妳依靠神恩，在家裡活出比那更美麗的畫像。
妳未曾寫出令人驚歎的詩詞，
但妳將高雅的詩句寫在妳美善的心靈裡。
妳未曾鑿出氣動山河的大理石雕像，
但妳運用了巧妙的手法雕塑了我的人格。
妳未曾建築世紀之傑作的大教堂，
但妳的美德反射出上主傑作的大榮耀。

如果我有拉斐爾的手藝和米開朗基羅的才華，
母親妳的一生會是比「馬丹娜」更美麗的畫像。

爲了紀念母親，安娜·雅維（Anna Jarvis）多方奔走鼓吹母親節的設立。一九〇八年費城和西維吉尼亞州的格瑞頓慶祝母親節。到一九一一年，這風潮席捲了大部分的州府。威爾森總統終於在一九一四年宣布，定下五月的第二個星期天爲母親節。歐洲的丹麥、芬蘭、義大利、土耳其、奧地利和比利時，也都跟進，形成普世性的風潮。

對理查柏頓來說，每天都是母親節。這位英國的國防部長，每天寫給母親一封信，從一八七七年他父親過世那天，直到一九二五年他母親一百歲歸天，凡四十八年，未曾間斷一日。治理英國三軍的繁忙公務之外，他還能找到日寫一信的時間和題材，這不只是紀律自己的最佳證明，這更是對母親的最高敬意。

今年母親節，買份精緻的禮品給生你、育你的母親吧！精選一張美麗的卡片給撫你、愛你的母親吧！在卡片上寫幾句誠摯的感恩。下面這幾句頌詞也許可以激起你的些許靈感——

一個孩童的未來握在母親手裡。	（拿破崙）
那推動搖籃的手是推動世界的手。	（佚名）
母親就是小嬰孩心目中的上主。	（柴可雷）
上主因爲不可能無所不在，所以，祂創造了母親。	（猶太格言）

猶太人信仰獨一真神，當然知道這位掌管億萬銀河的上主，也精心護理每一枝小草上的露珠。祂全智、全能、全愛、全在的完美能力，導引每一個原子的軌跡，垂聽每一個兒女的禱祈。猶太人只是用美妙的詩意，描繪母親的恩情。猶太格言這出人意外的轉折，靈感之美，反襯出母愛與神愛的相互輝映。

願普天下母愛流澤四方，願全人類沐浴上主大愛的恩澤。

二位傑出的女性

想到主耶穌基督，我們滿懷感恩：從榮耀的天庭降卑到低賤的馬槽，從坐寶座的威權犧牲到十字架的死刑，從超越歷史時空到受制歷史時空。我們永遠感戴祂的大愛。

想到這，我們會好奇地想問，是誰有這特權，在上帝降生塵寰時，親睹這初生嬰孩的豐采？是誰有這特權，在晚餐後的床邊故事，向上帝解釋舊約羔羊被殺獻祭的意義？是誰有這特權，培養仁愛聖潔的品質在孩童上帝的心靈裡？

・馬利亞・

她未能給予耶穌財富。挑著孩童耶穌到聖殿奉獻時，馬利亞和約瑟只奉獻得起二隻乳鴿——極窮困人家的祭物。但她給予耶穌豐富的靈性內涵。她未能給予耶穌教育。被迫逃往埃及異鄉，她不會讓耶穌在異教環境中接受啓蒙。約瑟操作木工的微薄收入，也不可能支援馬利亞送耶穌上學的夢想。但她把天父的同在嫡傳給耶穌。她未能張羅旅費，讓耶穌到羅馬大城去遊學，增廣見聞。但她堅持攜著孩童耶穌，赴上帝之城耶路撒冷朝聖，深植敬虔的宗教情操在祂心底。她未能購買競技場的門票，供耶穌觀賞武士的格鬥。但她教導孩童耶穌順服天父的旨意，得勝魔鬼試探的決心。她買不起文士抄寫的舊約聖經，但她把熟記在心的經文，教導耶穌背誦，直到詩歌、應許、預言成形在耶穌心中。（路二24；太一28，二24，一46～55）

從神性來說，耶穌的聖潔、完美的屬性是祂的天然品質。從人性來說，這聖潔的品質是母親馬利亞，所一手調教出來的美麗作品。

馬利亞，孩童耶穌的母親，配得我們的景仰學習。

想到施洗約翰，我們滿懷驚訝：他從哪裡來的勇氣，敢在老虎頭上拔鬍鬚？明知責罵君王是殺頭的玩意兒，他竟敢直言希律的婚姻是不合理的。他從哪裡來的魅力，在曠野傳個簡單的信息：天國近了，你們當悔改，竟然吸引了成千上萬的人，從猶太全地蜂湧到約旦河受他的洗？

想到這，我們會好奇地詢問，是誰有這能耐，在上帝的開路先鋒施洗約翰心中，雕塑這傑出的品格？是誰有這影響力，培養出舊約時代結束時最偉大的傳道人？（太十一 11）

·以利沙伯·

以利沙伯這名字的意思是「一位敬拜神的人」。因為敬拜神，所以她常被聖靈充滿，當馬利亞向她問安，以利沙伯馬上被聖靈感動，脫口而出祝福的話：「妳是何等有福，妳所懷的胎也是有福的。主神對妳所說的話都要應驗。」（路一 42-45）這與神同行的品質，創造了美好的屬靈環境，使施洗約翰尚未出生就在母腹中被聖靈充滿。（路一 15）

以利沙伯的族譜可以追溯到祭司亞倫。因為承繼了服事神的天職，她從小就接受宗教上虔敬的薰陶。路加福音一章 5 節描述她和丈夫撒迦利亞，「在神面前為義，遵行主的一切誠命禮儀，沒有可指責的。」這是聖經所能給予人最高的讚譽。因為他們二人的公義正直，所以培養出勇敢剛正的施洗約翰，神子耶穌基督的開路先鋒。

馬利亞和以利沙伯，世人最喜歡愛用的二個女性美名，培養出人類歷史上最是舉足輕重的二個偉人，她們的虔誠創造了兒子的虔誠，愛神的她們，塑造了兩個愛神的兒子。印證了我們所熟悉的俚語：「那推動搖籃的手是推動世界的手。」

在普世歡慶母親節的日子，讓我們同心效法二位偉大母親的佳美腳蹤。

流澤萬方

聖經上記載了下列七位偉大的母親，她們有的培養出傑出的兒女，有以母性的愛為兒女求最大的好處。

請將適當的人名填入空格，與她們的美德配對：

友尼基、以利沙伯、約基別、哈拿、馬利亞、迦南婦人、撒羅米

1. _____ 將禱告得來的兒子撒母耳奉獻給主，她的虔誠將兒子培養成偉大的先知。撒上一 20，二 1~2
2. _____ 情願順服神，童女懷孕，培養出兒子耶穌基督，在十架上獻己為祭，成為人類救主。太一 18~21
3. _____ 是摩西的生母也是養母，培養出拒絕埃及王位，寧可和神的百姓同受苦難的民族英雄。出六 20
4. _____ 是提摩太的母親，培養出一個優秀的傳道人，做了保羅傳道的助手。提後一 5
5. _____ 是使徒雅各、約翰的母親，將兩個兒子奉獻做耶穌的門徒，並跟隨耶穌到各各他。可十五 40（註1）
6. _____ 是施洗約翰的母親，培養出一位優秀的神僕，做了耶穌的開路先鋒。路一 57~63
7. _____ 為她被鬼附的女兒向耶穌求恩，母愛的天性終於感動耶穌，趕出其鬼，其女兒清醒過來。太十五 21~28

女性的光輝

保羅對母親的尊敬

帖前二 7

我在你們中間存心溫柔，如同母親乳養自己的孩子。

耶穌對母親的孝順

約十九 26

耶穌見母親和約翰站在旁邊，就對他母親說：看妳的兒子。
又對約翰說，看你的母親。

耶穌對母職的讚賞

太十二 50

凡遵行我天父旨意的人，就是我的弟兄姊妹和母親了。

先知對母愛的嘉許

賽六十六 13

母親怎樣安慰兒子，我就照樣安慰你們。

母親對兒子的祝福

歌三 11

所羅門王頭戴冠冕，就是在他婚筵的日子，他母親給他戴上的。

母親對兒子的教訓

箴三十一 1

利慕伊勒王的言語，是他母親教訓他的真言。

詩人對母親歌頌

詩一三一 2

我心平靜安穩，好像斷奶的孩子在母親的懷中。

有福 母親的畫像

瞭解她的孩子的母親有福了，

她將擁有一生美好的回憶。

知道怎樣安慰鼓勵孩子的母親有福了，

她將得著兒女的心。

教導兒女敬畏神的母親有福了，

她一生不會缺乏平安喜樂。

重看她孩子的優點，輕看孩子的缺點的母親有福了，

她將以孩子的健康人格為榮。

天天為她孩子虔誠祈禱的母親有福了，

她將眼見孩子的智慧品德不斷成長。

活出信心之榜樣的母親有福了，

她將欣慰於兒女能以積極的態度面對人生的挑戰。

訓練她孩子尊敬長輩的母親有福了，

她將享受兒女的尊敬。

鼓勵她的孩子受高等教育的母親有福了，

她將滿足於兒女對人類、神國的貢獻。

IQ與你的孩子

凡聽見祂的，都希奇祂的聰明。

路加福音二章47節

耶穌的智慧和身量一齊增長。

路加福音二章52節



聰明， 有請！

自從遠古以來，各民族文化都珍惜聰明和智慧。
智商較高者，擁有較佳機會成功。
他們具有較高理解能力、創意能力、管理能力。
聖經常提及聰明智慧，其中下列經文頗富趣味——

- 沒有人像你（約瑟）這樣有聰明有智慧，
你可以掌管我的家，我的民都必須聽從你。
創四十一 39
- 我（神）也以我的靈充滿了他（比撒列），
使他有智慧有聰明，能想出巧工，用金銀銅製各物。出三十一 4
- 我（神）必賜你（所羅門）智慧聰明，
也必賜你貲財豐富尊榮。
代下一 12
- 我兒，要領受我的言語，存記我的命令，
側耳聽智慧，專心求聰明。
箴二 1、2
- 耶和華的靈必住在祂（彌賽亞）身上，就是使祂有
智慧和聰明的靈，謀略和能力的靈。
賽十一 2
- 我聽說你（但以理）裡頭有神的靈，心中光明，
又有聰明和美好的智慧。
但五 14
- 這恩典是神用諸般智慧聰明，充充足足賞給我們的。
弗一 8

奇異的人腦

在宇宙所有的造物中，以人腦最為神奇。
它所執行的是極驚人的能力——

- 他能把三角函數展開成無限級數。
- 他能以人工合成荷爾蒙。
- 他能偵測到說謊者臉上一抹詭異的笑容。
- 他能釋放核子能，爆破原子彈。
- 他能發射火箭，登陸廣寒宮，又安返地球。
- 他能譜寫五言絕句。
- 他能想像 N 次元的世界。
- 他能把 DNA 的密碼解開。
- 他能設計出每秒計算一億次的晶片。
- 他能預測重力陷縮後的宇宙黑洞。
- 他能計算出自然對數 $e=2.718281828459045\cdots$
- 他能看見山溪中魚鱗的輕微反光。
- 他能感受悲愴交響樂旋律中的傷感。
- 他能理解上帝無限的大愛。
- 他能運用信心從今生跳入永生。

腦力知多少

你能想像

一萬二千五百五十億
單位的資訊處理量
是何等神奇的能力嗎？

RCA 公司的科技實驗室計算人腦的能力如下：

記憶體	儲存量 (百萬元)
人腦	125,500,000
美國國家檔案處	12,500,000
IBM3850	250,000
大英百科全書	12,500
光碟	12,500
硬碟	313
軟碟	2.5
書	1.3 (註1)

有人估計，凡人一生使用不到千分之一的腦力。(註2)

另有人估計，人一生使用不到百分之四的腦力。(註3)

大部分人的 IQ 是 100。

天才的 IQ 是 160。(註4)

如果我們能提升孩子的腦力使用率，

從千分之一提升到千分之二，或是從 4% 提升到 7%

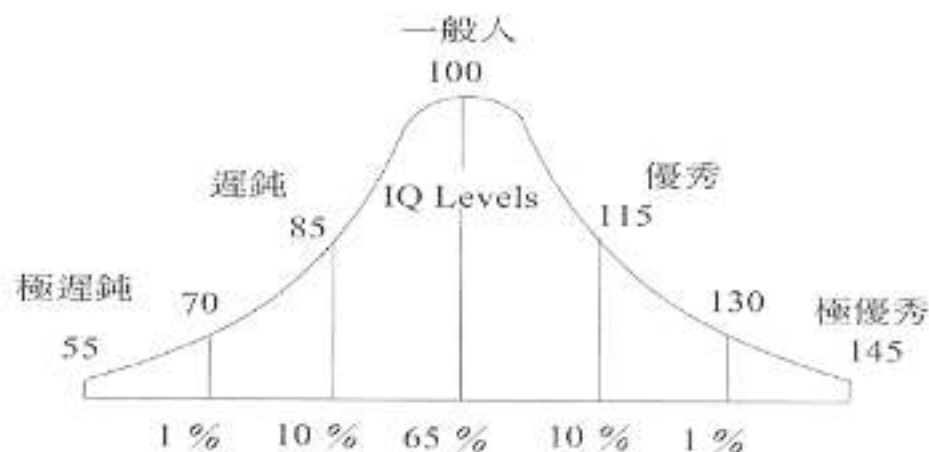
孩子就可以到達天才的程度。

智商的鐘形曲線

智力商數(IQ)被廣泛地用來測量一個人的聰慧度。

二十世紀初葉，行為科學家賓那(Alfred Binet)和西門(Theodore Simon)發展出一套測驗，來度量孩子的智力。起初的目的是為了找出智力遲鈍，無法在正規學校受教的學生，沒想到竟然也同時測量出天才學生。後來德曼(Lewis Terman)將它精緻化，以統計學的方法將一個人的智力和同年齡的人相比，得著商數，就是我們今天慣稱的智力商數。

智力商數的鐘形曲線大致分布如下圖。智商 100 者約佔該年齡層 65 % 的人口。(註5)



智商	人群數目	該智力人數
130	100	3
137	100	1
150	1,000	1
160	10,000	1
168	100,000	1
180	1,000,000	1

請注意：

1. 智商並不測量創意能力、領導、人際關係、溝通、道德等能力。
2. 高智商並不保證成功、好成績、風雲人物。
3. 高智商的潛力加上努力學習，大體上等於學業上的成功。

智商提升 20 點

從前的人認為人類的智力是天生的，
有人生來遲鈍，有人生來聰慧，有人生來平庸。
我們沒辦法做什麼來改善一個人的智力。

最近三十年的實驗研究顯示，
智力雖然某一個程度上取決於天賦，
但優良的環境可以大幅提升一個孩子智力。
如果他前六年得到優良的環境。
大部分的孩子都可能發展出比今天的平均智商更好的智力。

你孩子的智商可以提升 20 點到 30 點，
智商提升 20 點，就像籃球員多長一尺一般犀利。

(註 6)

智力和知識是兩個涵意不同的詞彙，

智力指一個人的學習能力和思考能力。
知識指一個人學習所獲得的。
智力潛能只能在人生的早期提升它。
知識可以一生不斷學習獲得。

本章所討論的是如何提升一個孩童的智力潛能。

神經生理學與智力

從神經生理學的角度來看智力，是另一個有趣的探索。它提供了科學上的證據，來說明大腦結構與智力間的關係，就像教育心理學是從心理的角度，來探索智力的表達。從神經生理學的角度來探索智力，帶給我們很多啟發。

克索夫斯基的實驗是這方面的翹楚。

克君(Boris N. Klovskii)是前蘇聯醫技科學學院神經外科主任，他所做有關貓、狗的腦神經實驗如下——

1. 將初生的同胎貓、狗分成兩群，一群稱為實驗組，另一群為控制組。
2. 實驗組放進一雌貓，控制組也放進同胎姊妹貓。
雄貓也做同樣安排。
雌、雄狗也做同樣安排。
兩組動物都做相配的對應處置。
3. 控制組的貓、狗在正常的環境中成長。
4. 實驗組的貓、狗被安置在轉動的圓桌，像圓形轉動的餐廳。
5. 兩組貓、狗的視覺環境差異：靜止的世界、轉動變化的世界。
6. 第十天，克君開始解剖相對應的貓、狗，觀察牠們的大腦。
7. 直到第十九天，最後一組貓、狗解剖完畢。
7. 結果：克索夫斯基發現——

實驗組的腦前庭網路比控制組的，多長 22.8~35.0 %。(註7)

這實驗說明兩件事：

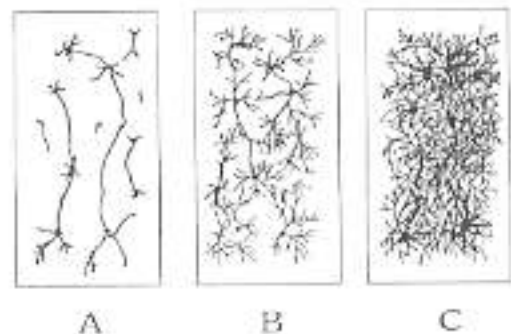
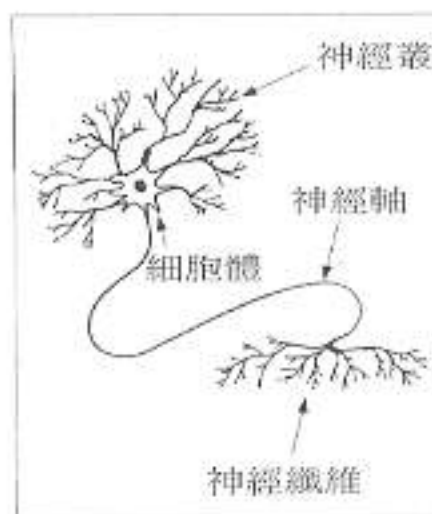
1. 大腦越多使用，成長越多。
2. 給動物越豐富的環境，牠的智力也會相對提升。

神經叢的數目

大部分的人 擁有約一千億個腦細胞，彼此差異不大。
但神經叢的數目差異性極大，甚至有百倍的差異。
一般智商的人，每個腦細胞約有五十個神經叢，與別的腦細胞相連。
高智商的人有一萬個神經叢。
這神經叢的發展，主要決定於入腦成長期所接受的環境激發。(註8)
下列結論是一般神經科學家所同意的——

1. 智力決定性的因素不在於腦細胞的數目，主要決定於腦細胞之間的神經叢 (Synapses) 數目。
2. 一歲到六歲是腦神經叢的主要成長期。
3. 大腦越多使用，它的腦神經叢長得越周密。智商相對提高。
4. 越少使用，大腦的神經線就逐漸萎縮枯化。智商相對降低。

神經細胞構造圖



- A. 出生時的神經細胞構造
B. 後來在普通環境下的構造 (一般IQ)
C. 後來在優秀環境下的構造 (高等IQ)

人腦網路的形成

人腦的成長在出生後，經過兩個主要階段，若在這兩個主要階段，給予優良的環境，你的孩子有很好的機會，發展出比一般人優秀的智商。

一、佈線期(Wiring Process)

- 從初生到一歲，人腦約成長三倍。
- 一歲到二歲成長較少。
- 六歲時差不多到達成年人的大小。
- 此段時期若給予優良的環境，他的腦細胞間會長成繁密的神經線路。
- 此繁密的神經線路永久性地提升了他的 IQ 潛能。
- 此段時期所學得的，表情、情緒反應、走路姿勢、說話神情、人際關係，將會永久性地烙印在腦神經結構裡。
- 並成為他的本能反應。(註9)



放大數百萬倍的人腦

佈線與清理

在一歲到六歲這段人腦成長期，一個孩子可以快速地學習外語，比成人快速，並且不帶任何母語的腔調。因為此段時期的神經線路，可以直接連成以後語言思考的線路。

此段時期一過，腦神經不再形成新網路，我們想再學習第二語言，必須經過第一語言，腦裡思路經過翻譯，發音也受到第一語言腔調的影響。

二、清理期(Pruning Process)

- 六歲到十二歲這段時期，人腦線路經過修剪。
- 常用的線路會強化，形成習慣、技藝。
- 不常用的線路會萎縮淡化。
- 腦神經線路自動修剪的過程是為了使大腦工作更有效率。
- 繼續保持該技藝，腦神經線路會更精純化。
- 此段時期重複練習是最佳策略。(註10)

在佈線期與清理期，父母若使用下章所提七個方法，孩子的腦神經網路長得繁密，他／她的成年智商將大幅提升。

教育這把金鑰

教育是開啓一個人潛能的金鑰，
受過良好教育的心靈擁有

- 獨立思考的能力。
- 深入的觀察力。
- 運用創意解決問題的能力。
- 開闊的心胸和眼界。
- 發掘機會的能力。
- 組合資源創造成功的能力。

一個孩子肯抓住受教育的機會，充分開
發自己，他必須擁有下列
品質

- 強烈的學習動機。
- 看重受教育的價值。
- 擁有相當程度自信。

培養這些品質的主要環境，不是學校，
而是家庭。

下列的家庭環境最能引燃孩子學習的動機——

1. 孩子的思想得到尊重。
2. 他們的創造力得著鼓勵激發。
3. 強調教育的價值。
4. 他們的才智被肯定。
5. 鼓勵發問和討論。
6. 提供音樂、圖書、藝術等書籍。(註11)
7. 創造成長的喜悅。

這些環境在孩子的童年，整備了腦神經間周密的網路，提升了他的學習能力。又培養了喜愛學習的情緒動機，這些質素至終引動善性循環，一個成功引發另一學習的熱誠，學習的熱誠又引發另一波的成功。

上列這些可貴的質素，主要不是來自學校，而是來自家庭。

(註12)

提升 IQ 的七訣

在一歲到六歲大腦快速成長的時期，
孩子若擁有優良的環境，
這些激發將會幫助他的腦神經連線發展得繁密，
因此大幅提升他的智商。
下列七個方法是你提升他智商的主要途徑——

1. 親人的撫養。
2. 身體的活動。
3. 父母唸書給孩子聽。
4. 遊戲。
5. 父母跟孩子的互動。
6. 視覺的啟發。
7. 音樂教育。

這七個方法所創造的優良環境，
可以提升你孩子的智商 20 到 30 點。

下章詳細解說這七個方法的應用妙招。

提升孩子IQ的超級方法

得智慧、得聰明的，這人便為有福。

因為

得智慧勝過得銀子，其利益強如精金，比珍珠寶貴。

箴言三章13~15節



親人的撫養

一個小孩智力發展，和他所接受到的親人撫養多寡密切相關。（所謂親人撫養是指父親、母親或重要親人的照顧。）許多有關撫養的實驗顯示，孩子的智力、情緒、社交等能力的發展，若無親人的關愛（特別是母親），會受到阻礙。

在委內瑞拉，許多嬰孩的智力發展不良，因為

- 他們的母親很少對孩子講話。
- 他們身上包了厚重衣服，手腳很難活動。
- 他們被放在黑暗的房間，眼睛缺乏光學影像激發。
- 他們從小被放在安靜、不動的處境。

結果？上了小學，他們的學習都很困難。（註1）

大腦的智力發展，必須享有下列父母的撫養：

1. 身體的需要得著照顧。
2. 懷抱、搖籃、嬉戲、愛撫、觸摸。
3. 對他說話、唱歌、讀書。
4. 活動：抓、走、手眼配合、爬、踢、跑等活動。

上述這些父母撫養，所給孩子的環境激發，刺激了孩子腦部的發育，根據多用就發展，不用就萎縮的原理，這些刺激幫助孩子的腦神經網路長得繁密，大幅提升他思考和理解能力，形成高等智商。

身體的活動

允許孩子有充分自由，有足夠的空間讓他去探索，對他的智力發展有極大幫助。缺乏自主的空間探索權，阻礙了小孩的腦部發育。

根據皮亞傑(Piaget)的研究，這位世所公認的傑出行為科學家，專研人類智慧如何發展的天才，他認為成年人的智商，奠基於嬰孩時代的身體活動，抓、看、爬、抬、走等小動作，都刺激了腦部的神經網路。影響到成年後的智商。限制嬰孩的活動，也就限制了他的智商發展。(註2)

- 1.小孩都喜歡活動，給他們空間和自由去探索，但要密切注意安全。
- 2.衣服只要夠暖，減少、越寬鬆越好，儘量讓他的四肢自由活動。
- 3.陪他爬行、翻滾、站立、伸手、踢跳、抓取、手眼配合、走路、跑步、騎三輪腳踏車……。
- 4.五個月大到走路之間，讓他坐學步車學走路。(注意安全)
- 5.愛撫他、抱他嬉戲、搖籃、教他拍手、唱遊……
- 6.空間應該安全。

這些自由探索的空間，對孩子的視覺判斷、景深判斷、視覺神經系統，運動神經系統都有激發的作用。優秀的運動員大都反應快速，長於表演、思考敏捷。

父母唸書給孩子聽

嬰孩時代父母就常讀書給他聽的孩子，大都發展出優秀的讀寫能力。聽父母讀書刺激了孩子的好奇心、語言能力和智力。大約有三分之一的小孩，因為父母從未讀書給他聽，一生很困難學習。閱讀能力低下是國家教育的重大難題。下列建議有助提升孩子的智商

- 從一歲開始讀書給他聽。
- 如果你的孩已經長大了，你還是可以開始讀書給他聽，直到大約十二歲。
- 小時候讀有圖畫的書給他聽。
- 教他們認字。
- 讀的聲調要有抑揚頓挫，以激發孩子的音韻感。
- 故事的轉折激發了小孩的想像力。
- 聽故事激發孩子的好奇心和學習的熱誠。
- 父母與孩子在講與聽之間，建立了美好的情感連繫和溝通管道。

父母讀書給孩子聽，建立了孩子周密的神經線路，提升了智商。

丹佛市公立學校曾舉辦了一項節目，在電視上教導父母，如何讀書給他們四歲的孩子聽。效果很好。這四千個學童參與了一項研究計畫，從一年級到五年級，他們在所有學科，成績都比沒參與這節目的學生優秀，並且幾乎所有的父母和孩子都喜歡這活動。（註3）

遊戲有益

大腦小腦

遊戲是上帝賦與小孩的天性，他們喜歡玩。只要給他安全、好玩的玩具，他們就能享樂其間。孩童時代的遊戲能刺激他們的腦神經發展，奠定成年智商的基礎。

- 玩具和空間必須安全。小心避免繩子、塑膠袋，以免窒息。
- 玩具的種類儘量多元化。
- 不必花大錢買昂貴玩具。他們喜歡的玩具就是最好的玩具。
- 父親、母親、小貓、小狗也是最好的玩具。
- 兩歲半以下的孩子儘量在親人旁邊玩，不需同年玩伴。
- 兩歲半至六歲可以跟其他小孩一起玩。
- 引動小孩興趣，久玩不厭的玩具是最好的。

下列玩具可供你參考：

1. 搖椅：規律性的往復運動，加上父母的懷抱與身體接觸，是孩子的智力、情感發展激素。
2. 鏡子：小鏡子（圓滑無尖角），讓他照鏡子。
3. 嬰孩車：可以推他外出，讓他看、聽、聞、摸外在世界。
4. 水中玩具：他們喜愛洗澡時玩水。
5. 球：一歲至兩歲的孩子喜歡玩球，適當大小的球可玩許久。
6. 三輪或四輪車：兩歲至四歲很適合練習眼、手、腳的配合。
7. 紙盒：大的紙箱提供他們許多想像的空間。
8. 玩偶：洋娃娃或小動物玩具，增強他們的想像力。
9. 秋韃：孩童喜歡蕩在空中的感覺。
10. 逗木板：簡單的木頭圖形，逗的過程訓練了腦力和眼手配合。
11. 樂高：訓練空間想像力。
12. 玩具動物：愛心情緒的學習。
13. 臘筆：線條顏色與造形的訓練。

珍惜每個 互動的機會

懷特教授所作的一項研究指出：

- 孩子從爬行開始到三歲大，常會來找媽媽。
- 次數大約每個鐘頭十次。
- 這兩年多母子／母女總共交換了三萬次會話互動。
- 成功的父母與失敗的父母主要的差別在於如何處理這上萬的互動機會。

孩子來，可能是爲了需要幫助，問問題，要得到關愛，或是因爲害怕，來尋找安全，或是困惑……好好使用這頻繁的互動機會，因爲這是最好的教育機會。此時他的注意力集中，對父母有高度信任，並對事物好奇。良好的會話互動是他一生最重要的學習機會——

1. 他的語言能力：父母和孩子的會話，奠下他們聽、講能力的基礎，使處理語言的大腦網路長得繁密。
2. 他的人際關係能力：父母的愛心和建設性會話，建立了孩子健康的自我形像，安全感和自信心塑造了他處理人際關係的能力。
3. 他的智力能力：三萬多次的會話互動，鼓勵了他的好奇心和學習熱誠，並刺激了腦神經叢網路的成長，奠定了智力基礎。
4. 他的人格道德能力：情感上和父母的連繫是孩子良心、道德觀和個性型成的主要力量。從每次的短暫會話中得到善性互動，孩子會形成可愛的人格。

善用這三萬次的會話互動，
那是孩子成長的最佳機會。

視覺的啟發

在人類五官中，視覺是最主要的感官。孩子依賴視覺來學習，勝過依賴任何其他感官，視覺所帶給大腦神經的發育，也是腦神經線路成長的主要來源。

五官中聽覺、嗅覺、味覺、觸覺在出生時，大體已發展完成，但視覺則否。初生嬰孩的眼睛尚不會對準焦距，只能看見7~10吋範圍內的物體，即母親乳養時的臉。六週後可以看見6~12吋的物體，二個月內左右眼所看見的是兩個影像。四個月大時他可以看見一個影像，並對任何距離的物體對焦，對移動的物體特別有興趣。

下列方法對他的視覺訓練頗有幫助——

1. 他的床單使用亮麗的顏色。
2. 房間光線充分。
3. 牆壁上貼有各種形狀的圖案，動物外形。
4. 看圖識字的字畫書。
5. 彩色動物故事書。
6. 後院遊戲。
7. 社區、公園、雜貨店散步。
8. 芝麻街小孩電視節目。

透過視覺多元化的刺激，幫助他的神經叢網路成長更周密，他會有很好的機會，提升智力。

音樂教育與 IQ

下列音樂教育的機會，可大幅提升孩子的智商——

- 讓孩子學習鋼琴，或小、中提琴、橫笛……。
- 播放古典音樂給孩子聽，每天約三十分鐘。
- 教孩子唱歌。
- 播放基督教聖詩給孩子聽。
- 教孩子唱基督教聖詩。

一、加州大學爾灣分校曾做過有關孩童音樂教育的研究，研究結論歸結兩個重點：

1. 學前兒童的鋼琴課，增加了他們科學和數學的思考能力。
2. 電腦鍵盤課並無同樣效果。

二、加州大學爾灣分校的研究過程如下：

1. 在加州三個幼稚園招募了一百一十一位 3~4 歲的孩子，來自社會各階層，參加此項音樂教育實驗。
2. 其中三十三位在過程中退出，七十八位完成了實驗。
3. 這些孩子被分成四組：
 - 第一組接受唱歌和每週二次、每次 15 分鐘鋼琴個別教學。
 - 第二組只接受唱歌教育。
 - 第三組接受每週二次、每次 15 分鐘電腦鍵盤課。
 - 第四組什麼都沒學。
4. 實驗之前，孩子們先接受了四種智力測驗，成績和全國平均相若。（註 1）

加大爾灣分校的實驗

三、加州大學爾灣分校研究結果如下：

六個月後再做智力測驗。

1. 學鋼琴的孩子思考能力提升了 34 %。
2. 其他三組並無改善。

四、加大的勞徹教授(Rouscher)解釋說

幼童的腦可塑性極高，音樂教育激發了大腦的發展。

從以上的研究結果來看，下列推斷是合理的。

1. 學鋼琴可以增強孩子的智商。
2. 學其他樂器也會有類似效果。
3. 孩子學了幾年樂器，其腦神經網路成長更周密。

讓孩子學琴還有一大益處——

4. 學琴的孩子不會變壞。

孩童學音樂，其智力的建設性是永恆的。
成年人聽莫扎特音樂，也能提升智力，
但其效果是暫時的。

請見下頁說明——

莫扎特效應

加州大學爾灣(Irvine)分校的神經生物學中心，做了個實驗，給三十六個大學生聽莫扎特的D大調雙鋼琴奏鳴曲十分鐘，然後給他們作智商測驗，所測量到的智商提高了9分。此項研究發表在《自然》(Nature)雜誌上。

研究人員猜測說，古典音樂可能激發了腦皮質的活動，以致加強了聽者的抽象思考能力。他們認為古典音樂的精巧結構，整備了某一部分的大腦，為它作好暖身運動，可以更有效率地工作。

此效應大約持續十五分鐘。過了這段時間，學生智商恢復到平常水準。爾灣分校的教授蕭戈登(Gordon Shaw)說：「莫扎特不可能使你永遠聰明，他的音樂可能激發腦力的活動量。」

巴洛克時代的古典音樂對位精準，旋律優美，只要十分鐘的聆聽就可以提升9%的智力。若讓孩童每天聆聽二次各十五分鐘的巴洛克音樂，幾年下來其腦力智商的提升會留下永久的建樹。

基督教聖樂多是照巴洛克時代的作品寫成，其旋律的優美，對位的精準，和聲的美麗所產生的效果，和古典音樂是一樣的。

讓你的孩子多聽、多彈、多唱、多學基督教聖樂吧——

- 聽唱碟、錄音帶，可強化他的智商。
- 聖樂旋律的優美可創造情緒上的寧靜、愛心。
- 唱聖詩、歌詞裡的正面形像語言，能帶動意識上的信心、盼望。
- 幼年時代接受薰陶，對腦細胞線路的建設會是永恆的。

孩子十二歲以前，你給他這些優良環境，
善用這七種管道，
你孩子的IQ可以提升20%~30%。

懷特教授的研究報告

哈佛大學的懷特教授(Burton White)率領了十五位研究員，從一九六五年到一九七五年，做了長達十年的學前教育研究，目標是嘗試要發現，怎樣的環境能培養出健康聰明的人類。

其結果發表在 APA Monitor 上。

下面這六個結論對普天下的父母，深具啟發性——

1. 最關鍵性時間：8 個月～18 個月大。
2. 最關鍵性人物：母親。
3. 最有效行動：對孩子說話。
可以發展出他的語言、思考、社交能力。
4. 給予自由去探索家裡活動空間。
5. 家庭成員間的互動就是最好的教育。
6. 最成功的父母是：家教嚴格又疼愛有加。

(註5)

懷特教授的研究和本文前面所提七點方法互相吻合。
如果你能實踐本章所述的七個祕訣，
你會有個健康聰明的兒女。

EQ：

情感智慧風雲錄

耶穌的智慧和身量，並神和人喜愛祂的心，都一齊增長。

路加福音二章52節

眾人以為美的事，要留心去作。若是能行，總要盡力與眾人和睦。

羅馬書十二章17~18節



人際關係的藝術

與人相處的能力，是一個人事業成功、生活快樂的重要因素。一個善體人意，替別人著想，懂得處理人際關係的人，比孤癖寡合、自私霸道、攻擊性強的人，在事業成功的生涯過程中，佔了許多優勢。

良好人際關係的七項紅利：

- 1.人際網路成為你很有價值的資源。
- 2.你有機會成為優秀的領袖，人們樂意協助你成功。
- 3.因為人際關係的平順，你不必憂煩與人相處，你更能把智慧精力集中在創造化的建設。
- 4.你對自己較有自信，自我形像較佳。
- 5.與你同事的人，生產力較高。
- 6.你會是快樂的，心理比較健康。
- 7.你擁有較佳成功機會。

你孩子的社交能力，某種程度上決定了

- 他在學校的學習。
- 他在工作的表現。
- 他在社會的關係。
- 他在家庭的生活。

讓我們先花點時間來瞭解
情感智慧、人際關係的理論及內涵。

棉花糖實驗

幾年前行為科學家高爾曼(Daniel Goleman)的書《情感智慧》(EQ)出版，掀起一陣風潮，把社會大眾的注意力，從IQ智力智慧，轉移到EQ情感智慧。這本書主要的貢獻是把歷史上的迷思擊破，使原先獨尊IQ的成功之模式，扭轉成IQ與EQ並重的局面。甚至倡言EQ比IQ對一個人一生的幸福，影響更深遠。

這本書解開了獨尊IQ的理論，所解不開的難題

- 為什麼小時候同樣聰明小孩子，長大以後有人成功，有人失敗。
- 為什麼小學時最聰慧的孩子，至終並不是最有成就者。
- 遭遇困難時，為什麼有人能衝破橫逆，有人意氣消沉渙散。
- 結了婚，為什麼有人鶼鶼情深，有人水火不容。(註1)

行為科學聲稱，從情感智慧的角度找到了這議題的答案，棉花糖的實驗，為這謎題提供了曙光：

四歲的幼稚園小孩子被個別帶進房間跟老師談話，過了一段時間，老師找了個藉口暫離房間，老師告訴孩子，桌上有兩顆棉花糖，老師不在時，他們如果想吃棉花糖，他們可以吃一顆。如果他們等到老師回來，他們可以吃兩顆。

老師暫離的時候，有的孩子抵抗不了棉花糖的誘惑，抓了一顆就吃。有的孩子控制得了慾望的衝動，在地毯上閉眼假睡；有的孩子轉移注意力，成功地等到老師回來了，獲取二顆糖的較高報償。

十多年後這些孩子上了高中，拿一顆糖的孩子和獲取二顆糖的孩子，在人格和學業成績表現上，存有相當大的差距。

- 二顆糖的孩子，大專聯考成績比一顆糖的孩子，高210分。
- 二顆糖的孩子，適應力強，人緣好，較有自信心，可靠，富有進取精神。
- 一顆糖的孩子，孤獨、容易挫折、固執、缺乏勇氣面對挑戰，在壓力之下不知所措。

高爾曼眼中的 EQ

行為科學家高爾曼認為，情感智慧包含了下列五項人格品質，這五項攸關一個人的心理狀態、人際關係：

一、瞭解自己的情緒

知道自己的情绪狀態是發展情感智慧的第一塊基石。

瞭解自己的情绪才可以控制自己，避免激動時做出錯誤的決定，並妥善舒解情緒。

二、情緒管理

在眾多情緒中，大部分人覺得最難處理的是怒氣。擁有高度情感智慧的，知道怎樣透過積極思考、放鬆、禱告、冷卻，來管理情緒。

三、情感動機力量

善用自己的熱誠、自信、動機來達成目標，是事業成功的主要推動力。奧運選手、大音樂家、世界級棋賽選手，都擁有這種善用自己情感力量的品質。

四、控制衝動

控制現在的衝動，以求取將來更大的報償。為了高貴的目標，肯忍耐度過前面艱苦的代價、付出，直到後來品嚐成功的果實，這是高度情感智慧。

五、人際關係能力

擅長觀察別人的情緒，為別人設想，並敏感於人際關係互動的作用力，這樣的人人脈資源豐富，能贏取別人的合作，事業有較大機會成功。（註2）

這五個品質是可以透過家庭環境中，父母與兒女的互動來培養的。

IQ 與 EQ 的天地

行為科學家估計，一個人的成功，

- 20 % 來自智商 IQ。
- 80 % 來自情商 EQ。(註3)

大公司高級主管人員，不一定擁有高等學位，但通常都是

- 很會做人，人緣好。
- 人脈資源豐富。
- 能夠贏得別人合作。

公司重組，解僱員工時，最先走路的，通常都是

- 人際關係僵硬，令人頭痛的人物。
- 常和同事上司發生爭執衝突者。
- 情緒經常失控的人。

IQ 和 EQ 各司自己的一片天空：

IQ 的天地	EQ 的天地
給你潛力	給你動機
使你被僱用	使你被升遷
處理理性思考	處理人際關係
瞭解事物	戰勝逆境
運用思想的力量	運用情感的力量

西地斯的故事

IQ 和 EQ 如何決定一個人的前途。
可以從西地斯的故事，
看見其運作的力量：

西地斯(Willie Sidis)是個天才兒童，
八歲高中畢業，十一歲就開始在哈佛大學講學。
IQ 和學術成就極高超的西地斯，可惜情感智慧低落。
成人後演變成新聞界的最恨，主要是因為人際關係差勁，
他竟然連親情也不會處理，憎恨父親把他當商品展覽。
至終成為反學識分子。
他自己選擇做手工，賺取微薄的薪資過活，
一生以收集公共汽車轉車車票為嗜好。
四十六歲時死在波士頓一間租來的小公寓裡。
他的天才被腐蝕，才華被湮沒在凡塵裡。(註1)

西地斯的故事說明一項重要的事實——

情感智慧比智力智慧影響一個人的幸福
更為深遠。

今日險惡的處境

二十世紀最後這三十年，社會環境產生了十分巨大的變化：

1. 單親家庭百分比， 增加三倍。
2. 離婚率， 增加二倍。
3. 大專聯考成績， 降低 73 點。
4. 25 % 的 18 歲青年， 感染性病。(註 5)

在這社會結構崩解，價值觀念變遷的時刻，今日的青少年面對著十分險惡的處境：

- 吸毒、藥物濫用的陷阱。
- 暴力、槍枝問題。
- 未婚懷孕的試探。
- 自殺、沮喪的情緒問題。
- 被強暴的可能。
- 幫派、打架的同儕壓力。
- 色情的引誘。

墜入這些陷阱或將自己曝露在這試探之下的青少年，
一生幸福會遭遇巨大的摧殘，
並在身心靈留下深刻的傷痕。

你可以創造一個優良的家庭環境，
來發展你兒女的情感智慧，
保護他遠離這些陷阱。

從現象**追溯**原因

一個青少年墜入上述的七個陷阱，有其一定的脈絡原因可以追溯。通常從行為現象，可以追蹤到表面原因；從表面原因可以追溯到真正原因。單從表面原因下藥，只能收到治標的效果。從根本原因入手，可以收到治本的療效。

行為現象	表面原因	根本原因
吸毒、藥物濫用	好奇尋找麻醉	自卑情緒
暴力槍枝問題	好勇鬥狠的個性	缺乏自尊自愛
未婚懷孕	一時意亂情迷	缺乏父愛的肯定
沮喪、企圖自殺	情緒問題	低落的自我價值
被強暴	靠近危險的場合	無家庭向心力
幫派、打架	結交了不良朋友	缺乏父母的關愛
色情、縱慾	荷爾蒙的衝動	不健康的自我形態

情感銀行 存款妙招

多在你兒女的情感銀行存款，
以肯定和祝福來培育你孩子的情感智慧，
享有下列親子美妙關係的孩子，大體上是幸福安全的。

以祝福	來建造	孩子的高度自我期許。
用肯定的話語	來建造	兒女健康的自我形像。
以無條件的愛	來建造	孩子的安全感、向心力。
表達欣賞和感激	來建造	兒女的自我肯定。
安排個別相處時光	來建造	情感的向心力。
施以小惠	來建造	孩子的喜樂情緒。

敬請你使用

每天 12 次以上的祝福和肯定，
像春雨一般滋潤你兒女的心田，
培養出自愛自尊的高度情感智慧，
加上信靠救主耶穌基督的屬靈力量，
這些力量定能為你兒女的幸福護航，
安度青春期的風暴。

哥倫比亞大學的 研究成果

上文所述，親密的父母與兒女關係，可以幫助兒女培養出情感智慧，帶給他們免疫力來安度青春期的風暴。這項結論不但有學理上的支持，並且有行為科學研究統計數字的根據。

哥倫比亞大學的「上癮和藥物研究中心」，曾經打電話調查了二千名12~17歲的青少年，和一千位父母親，以精細規畫的詢問，來評估家庭親子關係，和吸毒之間的相關性。研究結果發表在洛杉磯時報，一九九九年八月三十一日的A12版面上。

- 在雙親家庭長大的青少年，和父親的關係若是不佳，他們吸毒的可能性，比一般雙親家庭的青少年，高68%。
- 只跟單親母親生活的青少年，比一般雙親家庭的青少年，吸毒的可能性高30%。
- 母親對孩子做重大抉擇的影響力，三倍於父親。
- 58%的青少年說他們和父親的關係很好，70%的青少年說他們和母親的關係很好。（註6）

此項研究一方面支持了前三頁的立論：美好的親子關係可以培育孩子的情感智慧，避免墜入七種可悲的陷阱；一方面提醒我們，做父親的在親子關係的建立上，尚待加強。

情緒的面目

人類的情緒已經被確認的共有二百多種。我們平常比較容易注意到的是喜、怒、哀、樂四種情緒。只看這種情緒就可以理解，情緒對我們每一天的生活影響有多大：

它會影響我們的感覺，	它會變化我們的自我評估。
它會左右我們的思考，	它會決定我們的人際關係。
它會增減我們的動機，	它會選擇我們的人生方向。

如果我們能教導兒女適當地處理負面情緒，有效地加強正面情緒，導引情感力量和他們的人生目標配合，將會大幅提升他們一生的快樂幸福。

負面情緒和正面情緒，主要的有下列十種——

負面情緒

- | | |
|------|-------|
| 1.憤怒 | 6.嫉妒 |
| 2.懼怕 | 7.仇恨 |
| 3.內疚 | 8.憂慮 |
| 4.自卑 | 9.驕傲 |
| 5.沮喪 | 10.抱怨 |

正面情緒

- | | |
|------|-------|
| 1.愛心 | 6.樂觀 |
| 2.喜樂 | 7.信心 |
| 3.希望 | 8.安全 |
| 4.平安 | 9.同情 |
| 5.熱誠 | 10.饒恕 |

加拉太書六章 22～23 節所列出的聖靈九果，大體上和這十種正面情緒互相吻合。

如果我們引導孩子們從小信靠救主基督耶穌，接受聖靈在心靈深處工作，從讀經和祈禱支取靈性力量，他們會有很好的機會結出聖靈九果，發展出高度情感智慧。

聖靈九果與EQ

- 仁愛：** 替別人設身處地著想。關心別人的需要。鼓勵別人。
- 和平：** 樂意合作的態度。化解衝突的技巧。
- 忍耐：** 以耐心來等待自己的需要得滿足。容忍別人缺點。在困難的處境不輕易放棄，能堅持到底。
- 恩慈：** 對人有恩，樂意分享神的豐富給人。
- 良善：** 儘量信任別人。溝通的話總是帶著建設性。思想積極。
- 信實：** 以忠信和誠實來創造生命最有效率的投資。
- 溫柔：** 以適當的方式表達正面及負面情緒。
- 節制：** 妥善控制衝動，以求取將來較大的報償。
- 喜樂：** 有幽默感。以快樂的態度迎接人生的挑戰。欣賞別人的優點。笑臉迎人。

——加拉太書六章 22～23 節

EQ： 人際關係這玩意兒

朋友乃時常相愛。

箴言十七章17節



關係的世界

一、人際關係能力在工作上的重要性

- 在技術與知識為本位的工程和科學領域裡，人際關係處理的能力決定了一個人的升遷。

卡內基技術學院(Carnegie Institute of Technology)的研究指出，在技術行業裡，員工所以未能升遷，85 %因為缺乏人際關係能力，只有 15 %因為技術能力低落。(註1)

通常，考績的評等標準，三分之二與社交能力相關，只有三分之一與技術相關。

- 在人文與服務的領域，例如教師、護士、醫生、推銷員、公關、商業、保險、行政管理等行業，社交能力更形重要。

二、人際關係能力在家庭上的重要性

- 夫婦相處是鶼鶼情深或水火不容，
是美好溝通或冷戰熱戰，
是體貼相愛或自私仇恨，
取決於在原生家庭所培養的人際關係能力。
- 父母與兒女如何互動，

是慈愛或是放縱，是嚴格或是嚴厲，
是欣賞或是批評，是鼓勵或是貶損，

取決於在原生家庭所塑造的人格特質。

調教出可愛的兒女，他未來的家庭較可能和樂。
培養出親和的兒女，他未來的工作較可能成功。

社交能力的

三股繩子

人際關係的能力取決於先天的人格特質，父母的薰陶教養，個人的後天努力學習。一個人的社交能力主要來自這三股力量的結合。

其結構圖如所示——

3.終生不斷學習的技巧 <ul style="list-style-type: none">• 禮貌態度• 表達感情• 分享溝通• 合作相助	社交技巧 Social Skill
2.孩童時期所習得之性向 <ul style="list-style-type: none">• 快樂合作• 放縱自私• 孤僻寡合	社交性向 Social Traits
1.與生俱來，遺傳基因決定的 <ul style="list-style-type: none">• 人格特質• 天性特徵	社交人格 Social Personality

先天的社交人格，神按祂的意旨賦與，我們無從置喙。

後天的社交技巧，他自己必須努力學習。

中間的社交性向，父母可以在他的孩童時代塑造他。

社交性向的

三大模式

懷特博士(Dr. Burton White)認為，一個人在孩童時代，從原生家庭所習得的社交性向，大致上可歸類成三大模式，而且大體上終其一生依循其模式軌跡——

一、快樂合作型

- 有愛心體貼
- 能替別人設想
- 笑臉迎人
- 思想積極
- 鼓勵別人
- 給別人機會
- 話語具建設性
- 容忍別人缺點
- 擅長表達自己
- 有效處理自己情緒

二、放縱自私型

- 堅持己意
- 自我中心
- 對別人需要缺乏敏感
- 侵犯別人權益
- 對人有敵意
- 玩弄操縱權術
- 以哭鬧取得心裡所要
- 說話具攻擊性
- 放縱自己享樂
- 特立獨行

三、孤癖寡合型

- 退縮
- 缺乏自信
- 害怕不被接納
- 沉默寡言
- 多疑
- 怕得罪人
- 過分敏感
- 自怨自責
- 過分在意別人的意見
- 拙於表達

父母善用下列方法，可以調教兒女，成為快樂合作型的可人兒。

培養

社交八大能力

的妙招

家庭是培養孩子社交能力的最佳場所，無條件的愛、傾聽、信任、接納、饒恕、合作、為對方設想、健康的互動、建設性的批評、同理心，這些質素是孩子學習人際關係的美好營養劑。

一個成年人，事業上要成功，人際關係的能力是重要的關鍵因素——人脈資源的豐富、領導的風格、贏得別人合作的吸引力、組合人力來完成工作的能力，是成功人物的標記。這些品質是可以培養的，在你孩子成長的過程中，敬請創造下列環境來激發他們的社交能力——

一、先求瞭解別人，再求被瞭解

成年人的思想、感覺，和青少年的思想、感覺，有可能處在兩個截然不同的世界。以成年人的標準來批判他們，只會斷絕兩代之間的溝通，並形成他們封閉自己的個性習慣。

善長溝通並瞭解別人是爭取別人的友情的極佳管道。你的孩子一旦擁有這品質，天涯海角任遨遊，無往不利。你以瞭解之心在家庭中鼓勵他溝通，他會學到人與人的互動，並學會你的榜樣：主動先求瞭解別人，然後別人就有興趣來瞭解我們。

二、運用同理心來傾聽

你還記得曾有人傾聽你的衷心傾述，所帶給你的感覺嗎？那種友情、瞭解、支持令你終生難忘。沒有比傾聽的耳朵更能拉近兩造距離的了。

嘗試從對方的立場來看事物，也是解決衝突的重要技巧。傾聽、瞭解、合理的讓步、達成共識這幾個技巧，是將來工作環境中，爭取對手合作的人際關係高度藝術。

請在家中運用這種同理心，你的兒女就能學會尊重每一個個體的存在，並學會替別人設想，在合理的我給你得，你給我得之中，創造群體的合作。

三、情緒管理：建設性地處理怒氣

孩子犯錯時，父母被激怒，若仍能以建設性的方法來管教兒女，他們會從父母的榜樣，學到管理情緒。我們可能被傷害，但被傷害與報復洩怒是兩件事，被傷害是我們的情感受打擊，報復是選擇以扳回一局來宣洩情緒。試著把注意力集中在改正孩子將來的行為，而不是為孩子過去的錯誤發怒，兒女就有機會學到化怒氣為成長的機會，避免將來因一次怒氣，在事業上發生不可彌補的損失。

四、下定決心以愛和饒恕來建立關係

很少父母會主動偏愛孩子，或是不愛自己的孩子，但有的孩子比較會討父母喜歡，有的孩子脾氣比較倔強、又不擅長承歡膝下，父母至終會偏愛，不那麼愛某一個孩子。孩子會把這微妙的信號解讀作我被拒絕，慢慢形成孤癖的個性。

饒恕就是超越這些障礙，對每個兒女一樣的愛和接納，不讓兒女偶然的錯誤扭曲親子關係。這種像耶穌基督一般的愛和接納，是孩子安全感和健康自我形像的根源。從這安全感和健康的自我形像，產生建造美好人際關係的能力。

五、修補裂痕的技巧

每個人都可能在某種情況下言語失控、行為反應不恰當，以致傷害了別人。學會修補這些裂痕，可以避免關係的惡化，恢復彼此的信任。

父母向兒女道歉似乎是東方文化中較少提起的。但如果緊張的親子關係是由父母引起，父母的說話行事傷害了孩子，一句道歉不但不會有損尊嚴，反倒能化解雙方心結，重新和好，再次贏得兒女的信任。這種修補關係的能力，是兒女將來婚姻幸福的重要因素。

六、創造安全的處境，使他們可以自由的分享

孤癖的人格大致是被下列環境壓鑄形成的：不友善的環境，在孩子的心裡形成對世人的不信任，常被惡意批評，形成孩子的心理缺乏自信。孩子逐漸與社會疏離，以保護自己心理上的安全，至終成為孤癖的個性。

父母在家庭中創造一個安全的處境，給兒女自由的空間，分享他們的夢想、挫折、喜樂、憂傷，他們就能養成對人類的信任和自信。

七、給他們成長的空間

成長是在錯誤的尷尬中吸取寶貴的教訓。沒有孩子不犯錯誤的，父母要有心理準備，來承受兒女犯錯的衝擊，允許他們在摸索中成長，忍耐等候他們的成熟。

他們在家庭中學到寬容和饒恕，將來他們就有雅量，來寬容員工的錯誤，並幫助員工成長，增強員工對公司的向心力。

八、切忌貼標籤，學習將行為和人格分開

孩子的弱點重複出現，他的錯誤一犯再犯，有時父母情緒失控，以劇烈的言語替孩子的人格貼上標籤，使兒女的人格受到極大傷害。

父母要糾正孩子行為時，若事先內心預演，只針對行為，而不洩怒攻擊人格，孩子的自尊得到維護，心理上健康，較能養成寬大的心胸，有雅量承受將來成人世界中所遭遇到的建設性批評，增大他成長的契機。

這八種社交能力，都可以在家庭的優良環境中，栽種在孩子的心田，成為他的第二天性。

雙贏的策略

孩子的想法和理念總有跟父母不同的時候，這是培養孩子學習雙贏策略的最佳時機。雙贏策略就是優先考慮對方的需要，然後找出大家都能接受的最好答案。這種尋找雙贏的策略對參與的各團體，都具有吸引力，它既不犧牲任何一方，又能滿足眾人的需求。掌握這技巧是折衷，成功的關鍵。

家庭是栽培孩子學習雙贏策略的理想場所。下列這些要素可以透過家庭環境來模造：

一、建立互信的氣氛

互信是雙方願意各讓一步的基礎。父母用語言和行動來證明，確實是為兒女的最大好處設想，學會信任值得信任的人，是美好人際關係的基石。

二、有所得有所給的平衡

人間事物不太可能百分之百照個人的意願進行。團隊合作的祕訣是大家都能有所收穫，也都有所付出。家庭是學習這得與給的好地方，每個人都有點犧牲，也都有點得著，既尊重了別人，又尊重了自己。

三、常說好，嚴說不

父母對兒女的要求常說「不」，兒女會養成陽奉陰違的習性，發展成不合作主義。讓他在小地方贏，以取得他對父母的情感向心力，到了重要的道德指標，你的「不」就會深具分量。

四、尋找第三答案

運用創意和想像力，憑謙卑和愛心，一起尋找在你我想法之間的平衡點，你滿意我高興。這種尋找第三答案的習慣一旦養成，你兒女的頭腦將會靈活化，強化他將來協商的能力。

出生

排行序與成就

孩子的出生排行序對他的性格養成，會有相當程度的影響。他們在家庭中的位置不同，所享有的資源和家庭成員間的動力，也因此不同，間接影響到他們的情感處理和人際關係的技巧。

司考特(John P. Scott)所著《孩童經驗與行為組成》一書裡，舉證說明出生排行序和成就之間的關係。他的結論如下——

- 1.在兩個孩子的家庭，長子較可能成就傑出。
- 2.在三個孩子的家庭，通常長子表現最佳，么子次之，中間子女殿後。
- 3.美國名人錄(Who is Who in America)榜上有名的高成就者，來自兩個孩子的家庭，64 %是長子，36 %是么子。(註2)

司考特推測說，造成這現象的三個主要因素是——

- 家庭經濟資源：長子可能得到較大的財務支持。
- 母親的年齡：年輕的母親生下活力較充沛的孩子。
- 父母的關愛：三個子女的家庭，么子比次子得到更多注意。

這三項因素，除了母親的年齡難以控制之外，其他兩個因素，做父母的若能秉持公平的原則，小心處理，給予孩子們均平的經濟資源，給予均平的關愛和時間，任何子女都有極佳機會成為傑出人物。

敬請注意出生排行序對孩子性格可能的影響力，儘量做到一樣的愛護，一樣的機會，一樣的資源分享，來保障他們心靈的健康，情緒的穩定和人際關係能力的發展。

下文說明

善用親子互動的機會教育，
三十秒鐘的短暫互動是
兒女發展情感智慧的營養劑——

珍惜互動的三十秒

孩童對周圍環境十分好奇，這世界對他們來說是新鮮的。他們每個鐘頭會來到媽媽（主要是母親）這裡十次，這種父母與兒女的短暫溝通（每次約三十秒），是他們一生最好，最自然的學習機會。切忌因工作忙對他們的來訪不耐煩。珍惜這親子互動的機會，這是培養感情的最佳時間。孩童時期，他想找你，你若沒時間理他；青年時期，你想找他，他也沒時間理你。下列三件親子關係互動法寶，是作育兒女 EQ 的利器——

一、親切的回應

- 他來訪時專心聽他，親切地回應，他會
- 知道自己是蒙愛的，因此有適當自尊。
 - 需要得著滿足，他的情緒穩定。
 - 親切的互動，培養出他對家庭的向心力。

二、美好的榜樣

- 每次短暫的互動，你的榜樣將留下深遠的影響。
- 你的微笑，他學到了友善。
 - 你的傾聽，他學到了溝通。
 - 你的關愛，他學到了自信。
 - 你的幽默，他學到了輕鬆。

三、恰當的紀律

- 如果孩子過分干擾，你又有要事須完成，你可以
- 先注意聽他講完他的事。
 - 再告訴他，等一下你會照顧他的需要。
- 他會學到尊重你，又有被尊重的感覺——高 EQ 的特徵。

AQ : Adversity Quotient 逆境智慧

我所遭遇的捆鎖，更是叫福音興旺。

腓立比書一章12~13節



東山再起的勇士

你的兒女擁有東山再起的能力嗎？
人生的挫折是無可趨避的功課——

- 演講比賽時，忘了背得純熟的台詞。
- 大專聯考竟然名落孫山。
- 交男／女朋友，結果被甩。
- 開演奏會，緊張到手指僵硬，彈不出音符。
- 與朋友一起投資，股金被挪用一空。
- 車禍傷了手，影響到工作能力。
- 定契約時不小心，對方佔盡了優勢。
- 碰到賴皮住戶，耍賴不付房租三個月。
- 大學田徑賽應是短跑項目得主，竟然馬失前蹄。
- 明明是愛心付出，竟然被誤會為多管閒事。
- 三十歲喪偶。
- 有人策畫好打擊你的事業。
- 最好的朋友空難去世。
- 外出旅遊染上了B型肝炎。
- 朋友借車，結果把車子撞爛。

每個人一生必經挫折、失望、困難……
有人被逆境擊垮，
有人擊敗了逆境。

父母訓練兒女學會戰勝逆境的技巧，
這逆境智慧是他們一生的寶貴資產。

逆境智慧就是戰勝困難、堅持到底、以致成功的品德特質。

韌性：輸贏的分水嶺

忻恩花了二個晚上的時間，預備今天這場「趣味大賽」的考試。營會來到最後一天的壓軸戲，四天所學的，該背的，該想的，該做的，忻恩都照做，她那組三個成員都有決心奪魁，想要那個冠軍旗，再加上每個人一包獎品。兩個晚上的準備為的是今天。

小組人馬都有備而來，目標對準的也是同一個冠軍旗。二十個比賽題目一一走過來，忻恩這組的積分，竟然落後了領先的三組，連個殿軍也沾不上邊。頒獎時忻恩還表現的得滿大方的，回到寢室，眼淚再也含忍不住，奪眶而出，那失望的眼神，叫母親看了實在心疼。

母親心裡想：有什麼方法可以幫助孩子戰勝挫折感，
從失敗反彈，奮戰不懈，
以堅忍的精神創造未來的成功？

韌性，一種從逆境反彈回來的能力，是贏家和輸家的分水嶺。

教導你的兒女處理挫折的技巧，和堅忍的人生態度，是做父母的重要天職。

你可以教導他做個贏家，將失敗化成邁向成功的踏腳石。

Learned Helplessness

習慣性無助感

行為科學家雪里曼(Seligman)以狗做實驗，示範一項動物的心理特性，顯示人類若長期處於逆境，不管怎麼努力都無法逃脫噩運，他可能會發展出習慣性無助感(learned helplessness)

這些狗被限制在機關裡，每逢固定時間就被電擊。過了幾天，限制他們的機關鬆了綁，它們可以跳過欄柵進入另一安全室，以避免電擊，可是有一半以上的狗竟然不會跳入那安全室。這實驗另有一組狗是未曾被限制在機關裡的，給予同樣的電擊實驗，幾乎每隻狗都跳過欄柵，進入安全室。顯然的第一組狗放棄了努力，它們接受了「事實」，「認為」再怎麼努力都是沒有用的，無法逃脫電擊。

人類大致也會發展出相似的行爲模式。常處逆境又無計可施，無力逃脫失敗的命運，最後可能發展出放棄努力的習慣性無助感。

(註1)

教導你的兒女相信

1.頑強的境遇不會持久，但堅強的人格至終得勝。

Tough time never last, but tough people do.

2.堅強的人向前邁進，向前邁進的人保持其堅強。

The tough gets going, the going gets tough.

他們就能逐漸發展出「奮戰不懈」的逆境智慧。

萊恩教授的研究

南加大的萊恩教授(Adrain Raine)研究了丹麥哥本哈根大學醫院，四千二百六十九名誕生於一九五九至一九六一年的男嬰孩，追蹤了十八年，看誰犯過謀殺、殺人未遂、攻擊、強暴等罪，研究結果頗具社會學和行為科學的啟發性。這四千多名男嬰之中——

**3.5 %的男嬰遭遇到生產不順，和被母親拒絕的雙重難題，
這 3.5 %的男嬰犯下了 22 %的罪案。**（註2）

所謂生產不順，是指倒生或機器助生。所謂母親拒絕，是指母親不要這個孩子，本想墮胎，或是被送到孤兒院寄養。

如果這男嬰只面臨生產不順，或母親拒絕之中任一様，則犯罪率和其他正常人一樣。

這項報告推測說，生產不順可能降低了腦的功能，影響到智力商數，以致學校成績不佳，無法找到肯定自我的外在支撐力。加上嬰孩時期被母親拒絕，潛意識刻下深刻的心理傷痕，引爆了他們的攻擊性。

因果關係大體上遵循下列模式——



人生有時會遭遇多重難題，一個擁有高度逆境智慧的人，擁有較佳機會，飛越逆境，掌握前途，創造成功。

走出生命的陰霾

孩子遭遇重大挫折時，常以為那是世界末日——

- 連這種事都作不好，我不會有什麼前途了。
- 我竟然在演奏會上忘譜，我絕不再學琴了。
- 考高中失敗，那是我人生的終站。
- 女朋友不要我了，我這人還有什麼活下去的意義。

如果他們長久處於消極的情緒裡，這消極的情緒至終引發不健康的思考模式，負面的思考模式會剝奪他們奮戰的勇氣。

父母可以運用下列五個技巧，幫助兒女得勝逆境。

1. 給予處逆境的兒女精神上的支持。
2. 舉例說明自己從前如何走過挫敗的故事。
3. 提醒他還有很多其他長處和成功的地方。
4. 告訴他，頑強的境遇不會持久。

堅強的人格至終得勝。

5. 輔導他採行一些步驟，來改善處境：

- 你這次輸了，下回再試一次。
- 打個電話向她道歉，誤會就會消解。
- 李老師的意見並不反映出全部真相。
我有另一種看法……

上述這些技巧，帶給你兒女

盼望：明天會更好。

勇氣：努力可以改善處境。

盼望和勇氣，逆境智慧兩大質素。

飛越

逆境的 四個翅膀

遭遇失敗，仍能堅持奮戰不懈，
身處逆境，仍能維持樂觀進取，
面對挫折，仍能鼓勇邁步向前，
困難當前，仍能決心衝破橫逆，
這樣的人夠格品嚐汗水之後的成功甜味。
因為成功屬於能堅持到底的人。
通常這些勇士都擁有下列四個特質——

一、身懷第二技藝專長

面對挫折，有人會自信心破產，意氣消沉。
若擁有第二專長，自信心就找到額外支撐力，使你鼓勇向前。

二、運用行動為成功造勢

遭遇逆境，有人怨天尤人，間接承認自己是環境的犧牲品。
有人投入積極行動，專注於改善處境，無暇報怨。

三、注重自己優點而不是缺點

身處失敗，有人過分批判自己，否定自我。
有人肯定自我長處，給自己打氣。

四、積極的思想習慣

困難當前，有人思想消極悲觀，引發沮喪情緒。
有人思想積極樂觀，從困難看見機會，帶動生命熱誠。

這四種正面品質都是可以從家庭環境中習得。下文詳解：

第二技藝專長

教養 你的孩子學會一些技藝，可以提升你孩子的自信心和自我形像。除了中學、大學教育以外，擁有一些技藝，可以在孩子的心裡組成自我肯定的核心成分。

要平安地航度青春期的暴風雨並不容易。他們常會因外形不夠美帥而自卑，因功課不如人而沮喪，因天分不夠聰穎而自憐，因競爭失敗而怨歎。如果在學業之外，能開拓出第二專長——美術、音樂、手工、體育、籃球、唱歌、電腦、車輛修理、養兔子、素描、室內設計、唱歌……等技藝，當孩子們在某方面挫折時，他們仍可以找到從第二專長而來的自尊支撐力，自信心不致因而破產。

不曾習得第二技藝的青少年，在這段風暴期缺乏心理的防衛網，自信心易受摧殘。在小學時代就培育孩子第二技藝，上課、練習、比賽，動手……一方面培養心靈的專注力，一方面強化了自信心，補償其他方面的可能缺陷。這是父母所能帶給兒女的極大祝福。

你可以考慮讓你的孩子學習下列技藝之一：

樂器：鋼琴、橫笛、小提琴、二胡、黑管……
運動：田徑、游泳、籃球、棒球、射擊……
藝術：國畫、水彩、油畫、素描、芭蕾舞、戲劇……
手藝：刺繡、木工、餐飲……
興趣：自然、機械、科學、昆蟲、水族、集郵……
創作：文學、作曲、劇本、小說……
科技：電腦、網路、電腦遊戲……

第二技藝專長是你兒女自信心的極大支撐力。

下一頁短文說明第二技藝專長對逆境智慧的重要性——

小勝利

有人不幸落入惡性循環的陷阱，
他們悲慘一生發展的模式，
大致遵循下列階梯——

A

1. 惡劣的環境
2. 負面的情緒
3. 消極的思想
4. 低落的自我形像
5. 怠心症（無力感）
6. 放棄努力
7. 悲慘的生活

但也有人雖處逆境，
他們卻能運用逆境智慧，
開創了成功的善性循環，
享受了成功的甜美果實，
他們大致善用下列模式——

B

1. 雖然環境並不順利，
2. 我相信上帝會幫助我，
只要努力一定成功，
3. 專心把某一件事做好，
4. 經歷到快樂的情緒，
5. 自信心增強，塑成
健康的自我形像，
6. 養成積極樂觀的
思想習慣，
7. 更加努力不懈，
8. 享受成功的果實。

C 創造這種善性循環的主要祕訣是

從小勝利著手

小勝利帶給孩子正面自信。
小勝利帶給孩子健康自我形像。
小勝利帶給孩子努力的滿足。

一旦他把成功和努力連在一起，
一旦他看自己是成功者，
他就能開始創造善性循環。

D 幫助你的孩子

- 打好棒球 或是
- 彈一手好琴 或是
- 騎腳踏車技藝超人 或是
- 作文文筆優美 或是
- 電腦行家

這小勝利會發展成將來大勝利。

行動的**造勢**力量

生命韌性的另一個特徵是解決問題的能力。

幫助你的兒女

- 尋找應付逆境的方法。
- 建立起運用創意解決問題的習慣。
- 投入在克服困難的行動。

行動是反制習慣性無助感的最佳利器。

抱怨是推卸責任者最常使用的藉口。

行動常帶來改善環境的結果，使人增強自信，脫離失敗的陰影。

抱怨是怪責環境的惡劣，給人無助的錯覺，養成放棄努力的態度。

鼓勵你的兒女想出點子來改善處境，他可能會想出妙解

- 學校樂隊沒考上？

我來邀俊賢陪我練習小喇叭。

- 英文考砸了？

每天睡前五分鐘複習單字、文法。

- 和弟弟爭看電視頻道，鬧得不愉快。

找爸爸協調好每個人看電視的安排。

父母常因愛兒女心切，可能過分保護他們。

看他們在挫折中受苦，就自己跳入替他們解決難題。

在這種溫室環境中長大的兒女，

沒有機會鍛鍊面對挫折的能力，

將缺乏逆境智慧來解決未來的人生難題。

給你的兒女在逆境中成長的機會

肯定和祝福

韌性強的孩子通常從父母得到許多肯定和祝福：

- 你想得出這些主意，腦筋真靈活。
- 你的數理能力很強。
- 這首詩歌你彈得很有味道。
- 你很會和人做朋友，人際關係能力強是你的資源。

這些肯定培養出他們積極的思想態度：

- 雖然我沒被選上籃球校隊，但我數學全班第一。
- 既然我能在台上彈琴自若，我也可以試試選系代表。

積極的思想態度是戰勝逆境，反敗為勝的重要祕訣，你多欣賞他的長處，接納他的短處，多肯定他的優點，少批判他的弱點——

- 給他機會去開發他的長處。
- 肯定他某方面的長才。
- 多說祝福的話，而不是咒詛的話。
- 參加課外活動，開發第二潛能。
- 培養學業之外的嗜好。
- 專心把某一件事做成功。

這些多管齊下的方式，會鍛練出孩子的

- 自尊
- 自我價值
- 自信心
- 盼望

對戰勝逆境極具建設性。

積極思想

消極的思想模式產生負面情緒，使人處逆境喪失作戰勇氣。
積極的思想模式產生正面情緒，使人生發活力戰勝逆境。
負面情緒有懷疑、絕望、沮喪、抱怨、仇恨、愁苦、憂慮……
正面情緒有信心、希望、熱誠、感恩、愛心、喜樂、平安……
負面情緒通常由消極思想引發。
正面情緒一般由積極思想帶動。
如果你自己平常鍛練積極思想，並以身作則示範給兒女看，
他們有極佳機會鍛練成功戰勝逆境的智慧。
請照下列表格所示，勤練積極思考的能力——

處境	消極思想	積極思想
拒絕	我真差勁	上帝必為我開另一道門
失敗	我常把事情搞砸	是邁向將來成功的踏腳石
錯誤	多麼丟臉	學到功課，何等寶貴
困難	大山在前天亡我也	考驗我能力的機會
挫折	倒霉的事接二連三	正是鍛練毅力的鍊鋼爐
逆境	恐怕我葬身此地	是啟動我內在潛能的激素
貧窮	唉，人窮志短	引動我來追求靈性豐富的激素

敬請愛用日常機會教育的機會，栽培你兒女的積極思想習慣。

CQ :

Consciousness Quotient

意識智慧的天地

仁愛和平的神，必常與你們同在。

哥林多後書十三章11節



引動善性循環

有些人一生好像是成功的吸鐵，和成功結下不解之緣。似乎機會之門常向他打開，周圍的人也都樂意幫助他，他的手觸摸什麼工作，那方案就水到渠成。

也有人一生好像是失敗的吸鐵，挫折、沮喪、失敗、愁苦、困難一生不離左右。

這種現象的最佳解釋是，前者引動了善性循環，後者陷入了惡性循環裡。

引動人生成功的善性循環的人，大體上他們自覺地或不自覺地，使用了下列的模式——

1. 健康的自我形像：他們擁有相當程度的自尊。
2. 自信心：從自尊生發一種天生我才必有用的自信。
3. 潛能開發：從自信帶動努力打拼，開發潛能。
4. 溝通有內涵：他的內涵使談話有魅力。
5. 機會：引動人對他的信任，給予機會。
6. 成功：他的努力蒙上帝賜福。
7. 勇氣：強化了他敢冒險、承擔責任的勇氣。
8. 新技藝：責任催化他不斷成長。
9. 升遷：傑出的表現贏得升遷。
10. 自信：擁有健康的自信。
11. 自我新像：更加健康。
12. 善性循環：更加成功。

新形像

自信

升遷

新技藝

勇氣

成功

機會

溝通有內涵

潛能開發

自信心

健康的自我形像

你可以幫助兒女建造健康的自我形像，為善性循環奠基。

顯意識、潛意識、 超意識

人類擁有高等意識狀態，在上帝所創造的地球上萬千生物裡，惟獨人類享有清楚的自我意識，可以在內心中與自己對話，可以在祈禱中與神靈交，可以使用代名詞「你、我、他」來區別個體，可以使用複雜的文法語言溝通，人類的這種意識能力是十分神奇的。意識大致上可以區分為三個領域：

1. 顯意識：我們透過五官感受外在世界，並加上思考判斷的能力。
2. 潛意識：我們不經意識思考即可作出直接反應的能力。包括先天的生理心理本能，及後天所習得的龐大人生經驗記憶庫。
3. 超意識：當顯意識與潛意識完全合作，人所到達的超然意識狀態，在生活上為靈感創意，在感受上為直覺，在宗教上為上帝的同在。

意識智慧是指一個人善於調劑他的意識狀態，使他的顯意識、潛意識、超意識充分合作，以致潛能充分開發，造福人群，榮耀神國。

IQ 是一個人的理性思維，邏輯理解能力。

EQ 是一個人的情緒管理，人際關係能力。

CQ 是一個人的意識調制，自信創意能力。

前一頁所提引動善性循環的人，大體上有意無意的運用了意識智慧，從健康的自我形像，生發樂觀積極的自信心，引動了創意靈感的流動，創造了美麗的結果。

從這個角度來看，CQ 應是 EQ、IQ 的基礎，一個人可以從意識智慧入手，帶動情感智慧飛揚，再導入 IQ 的高度開發。

意識智慧的威力圈，
可以從下列例證看出它的力量。

意識狀態與腦神經細胞

有人平時實力很好，但大專聯考卻考砸了。
有人平常練習時，演講稿背的很流暢，但一上台一句話也講不出。
有人會前賽跑得很快，但決賽時卻演出完全走樣。
有人琴房練琴時彈得很好，但一上了演奏會舞台，腦子一片空白。

這種情形通常發生在下列兩種場合一起發生時

1. 壓力巨大，心理緊張時。
2. 自信心低時。

一個人自信心低，容易引發心理緊張。而情緒緊張會影響腦部的運作。人腦不像電腦，電腦並無情緒，因此不受心理緊張的壓力所影響。但人腦的運作與情緒相連。原來

- 人腦的正常運作繫於神經細胞間，化學物質的微妙平衡。
- 這化學物質傳遞這細胞的信號給另一個細胞。
- 壓力下的情緒緊張，使這生化反應立刻變化，信號傳遞中斷。
- 腦細胞溝通中斷，腦子一片空白，無法正常運作。(註1)

這種機制對孩子的表現影響頗大：

- 自卑又缺乏自信的孩子，表現大打折扣。
- 因為表現不佳，又更自卑，更沒自信。落入惡性循環裡。

敬請使用下列方法來

- 提升孩子的自我形像及自信。
 - 強化他的表現。
 - 更加提升他的自我形像及自信。
- 創造了善性循環。

讓我們先從自我形像、自我肯定談起。

自我肯定的追尋

- A. 臉龐和外形的美麗是青春男女注意力的焦點。在這崇拜美麗的社會裡，電影明星的臉蛋，化裝師的明眸，雜誌封面女郎的膚色、瘦身廣告模特兒的身材，在在暗示：你不夠漂亮，你被淘汰出局。難怪有那麼多青少年自慚形穢：
1. 道勉(E. A. Douvan)做過二千份 11~18 歲女孩問卷調查
- 問題：如果你能改變自己，你最想改變什麼？外形、人格、人生……
- 59 % 的女孩回答臉蛋外形。
2. 可布(H. V. Cobb)做過類似研究，請 10~14 歲學童完成下列的句子：「我希望我……」
- 大部分的男孩回答：「我希望我高點。」
- 大部分的女孩回答：「我希望我瘦點。」(註2)
- B. 杜博生博士(Dr. James Dobson)在他所著《躲與藏》(*Hide & Seek*)一書裡，斷言兩項價值觀念，已牢固地滲透進入西方的文化裡，摧殘了無數青年人的自尊。社會大眾幾乎通用這兩個尺度來衡量一個人的價值：

美麗和智商（成功）(註3)

- C. 大部分的人都自認為外形不夠美麗。這兩項無所不在的魔爪，害慘了許多青少年，他們在傳媒和同儕的暗示下受到傷害，自認為自己是三等公民，一生自卑，未能飛到他們潛能的高原。

上帝的肯定

- D. 自我肯定是青春期的天然心理需要。
在這高舉成功與出名的社會價值體系裡，
人類誤把自我價值和成就、表現、財富、成績拉上等號。
如果在無情的學業競爭、才藝比賽，名次成績的行列中敗陣，
年輕人常會自信心受損，自尊心受到摧殘，
模成低落的自我形像，阻礙了潛能的發展。
- E. 雖然外形的美麗是大部分人無法掌控的。
但你可以富化你兒女的心靈世界，安度對外形敏感的風暴期。
把價值與自尊建立在永不改變的上帝之愛裡，
你可以幫助你兒女擁有健康的自我形像和安全感。

下文從行為科學的角度來看一個人的自我形像，
如何影響一個人的成就與幸福。
也從聖經真理的角度來探索一個人的自信心，
如何影響一個人的表現與心理。

名言佐證

論自我形像的名言：

- 一個人的自我觀是決定他的心理和動機的最重要關鍵因素。
(布南登)
- 擁有健康的自我形像的人，有較佳機會發展他的潛能，較有創造力，工作較有效率。
(馬斯洛)
- 自我形像健康的人，較能全面發揮他的功能。
(羅歇)
- 人格整全的人，他的洞察力、智力、生理機能運作較佳。(註4)
(細面)

論自信心的聖經真理

- 在信的人，凡事都能。
(可九 23)
- 你若信心像一粒芥菜種，就是對這座山說，你挪開此地，投在海裡，它也必聽從你。
(太十七 20 意譯)
- 照著你的信給你成全。
(太八 13)
- 我信神，祂怎樣對我說，也必怎樣成就。
(徒二十七 25)

航向高意識智慧的 五條高速公路

目標：

建造兒女健康的自我形像，帶動他的自信心，鍛練出他的高度意識智慧，以致充分開發潛能，貢獻人類與神國。

方法：

1. 經營一個關愛和欣賞的家庭。
2. 帶領兒女將信心的錨投入在基督耶穌裡。
3. 運用祝福的語言。
4. 訓練他積極的內心對話習慣。
5. 使用自我肯定的宣言。

史坦利教授的研究

加州大學的史坦利教授(Stanley Coopersmith)，研究了一千七百三十八名中產階級的孩子及他們的家庭，從青春之前一直追蹤到他們成年，將他們區別出高度自尊和低度自愛兩種族群，再比較他們的家庭環境和成長背景，史教授發現高自尊者的家庭環境存有三大大特色——

高度自尊自愛者比低度自尊自愛者

一、家庭裡有更多愛和欣賞。

二、家教較嚴格，家庭成員關係緊密。

- 家教鬆散的家庭，孩子覺得不被關愛，心理上缺乏安全感。
- 家教嚴格的家庭，孩子發展出責任感，心理上有較強自信。

三、家庭裡實行民主，氣氛敞開。

一旦行為的準則建立起來，父母給予相當的自由，因此

- 孩子學會合作。
- 學會表達自己。
- 互相接納的氣氛培養出情緒上的安全感。(註5)

很自然，這些家庭長大的孩子，社會成就較高，性格較美。

經營這三項重要的家庭環境

- 關愛和欣賞
- 家教和關係
- 民主和敞開

你的孩子會自愛自尊，
享有高度意識智慧，成功可期。

信仰之錨

一個缺乏自尊和自信心的人
常會拿自己和別人比較：

- 我長的不像雅文那麼漂亮。
- 我不如英豪那麼聰明。
- 我的家境比不上愷茵。
- 我沒機會像佩然上大學。
- 我不像悅琪有貴人相助。

這種自慚經常令當事人情緒低沉，喪失活力。
幫助你兒女飛越這種困擾的有效方法是

一、信靠耶穌基督 讓下列這些信仰沉澱進入他的潛意識：

- 1.我是上帝兒女的信念，帶給他尊貴的自覺。
- 2.我是上帝所造獨一無二的活物，這信心帶給他自我肯定。
- 3.我是天生我才必有用，這宣言建造了他的自信心。
- 4.我的罪蒙主耶穌寶血所赦免，這確據帶給他安全感。
- 5.上帝會賜福我一切的努力，這熱誠帶給他人生的活力。

二、家庭祝福恩雨 經營這些環境來孕育他的自我價值：

- 6.父母用話語來肯定他的長處，他就學到抬頭挺胸。
- 7.父母以行動表達完全的接納，他就學會自愛自尊。
- 8.父母支持他學習某些技藝，他就擁有樂觀進取的態度。
- 9.父母肯定他的恩賜才幹，他就加增自信。
- 10.父母支持他完成大學教育，他就自覺蒙福。

信仰的力量 加上 父母的祝福
是支撐他自尊、自信的兩大支柱。

祝福的奇異能力

祝福是以積極、正面、建設性的話語來鼓舞當事人。

長輩、牧師、父母、老師的祝福話語，攜帶巨大的能力來

- 提升當事人的自我形像，
- 建造當事人的自信心，
- 注入樂觀的盼望與情緒，
- 協助開發當事人的潛力，
- 導引當事人的意識力量。

聖經歷史上著名的「祝福」故事有

1. 耶穌祝福彼得，「你是教會磐石」。 太十六 18

果然，彼得崛起成為初代教會根基。

2. 雅各祝福猶大，「杖和圭不離開你」。 創四十九 10

果然，基督^{耶穌}生於猶大支派。

3. 撒母耳祝福大衛，「你是受膏的王」。 撒下十六 1~13

果然，大衛成為以色列歷史上最傑出的君王。

父母如果善用話語來祝福兒女，

以正面的形像語言，

來刻畫兒女健康的自我形像，這祝福會沉澱進入他的潛意識，

他會成為一個擁有健康自愛、自信、自尊的人。

下列是你可以用來祝福兒女的範例——

祝福的二十五個範例

- 你是神的尊貴兒女。 約一 12
- 賜平安的神與你同在。 腓四 9
- 願神成全你的願景，超過你所求所想。 弗三 20
- 祂必引導你的腳蹤。 詩七十八 72
- 願神施恩給你，使你今日遇見好機會。 創二十四 12
- 主必保守你十分平安。 賽二十六 3
- 今天願你滋潤別人，別人也滋潤你。 箴十一 25
- 你是耶和華所愛的，祂必叫你安然睡覺。 詩一二七 2
- 保護你的是耶和華，耶和華在你右邊蔭庇你。 詩一二一 5
- 你出你入耶和華要保護你，從今時直到永遠。 詩一二一 8
- 耶和華以勒，祂必為你預備。 創二十二 14
- 沒有任何困難能在你面前站立得住。 申十一 25
- 祂必差遣天使四圍安營保護你。 詩三十四 7
- 耶和華以恩典為你年歲的冠冕，你的路徑滴下脂油。 詩六十五 11
- 願你凡事興盛、身體健壯、靈魂興盛。 約叁 2
- 主必幫助你！
- 你是我們所愛的孩子。
- 你的創意能力是一流的。
- 你的數學能力很強。
- 你的態度很積極，無論做什麼都會成功！
- 你的日子如何，力量也必如何。
- 你的文章有深度又優美，將來一定成為文學家！
- 你奮戰不懈的精神是將來成功的最佳保證。
- 上帝會賜福你一切的努力。
- 你一生會引領許多人歸向耶穌基督。

祝福的話擁有成全的威力。

積極的內心對話

有些人自己是自己最壞的敵人，

他們失敗時對自己說，我總是把事情搞砸。

他們失戀時對自己說，我的缺陷這麼明顯，不會有人喜歡我了。

他們失意時對自己說，我這幅德行，罪有應得。

他們失望時對自己說，我早知道不會有什麼好效果的。

他們失足時對自己說，我是無可救藥了。

這種消極的思想、悲觀的內心對話，是腐化人格的毒素。

積極的思想、樂觀的內心對話，是面對逆境的主要力量來源。

聖經上許多章節顯示：人常在內心自我對話。

積極的內心自我對話是基督教的特色。

處憂悶，詩人說：我的心哪，你為何在我裡面煩躁，應當仰望神，因他笑臉幫助我，我要稱讚祂。 詩四十二 5

處挑戰，詩人說：耶和華是我的力量，是我的盾牌，我心裡依靠祂，就得幫助，所以我心中歡樂。 詩二十八 7

處順境，詩人說：用繩量給我的地界，坐落在佳美之處，我的產業實在美好。 詩十六 6

處驚懼，詩人說：地雖改變，山雖搖動，水雖翻騰，我也不害怕，因神是我的避難所，是我的力量。 詩四十六 1~3

處失意，詩人說：我的心哪，你當默然無聲專等候神，因為我的盼望是從祂而來。 詩六十二 5

處恩典，詩人說：祢的恩典為年歲的冠冕，祢的路徑都滴下脂油，（我要）歡呼歌唱。 詩六十五 11~13

處艱難，使徒說：神若幫助我，誰能敵擋我呢！ 羅八 31

處逆境，使徒說：我靠著那加給力量的，凡事都能做。

腓四 13

培養你兒女內心積極自我對話的習慣，他的人生將充滿朝氣。

思想積極

十五妙招

父母多注意兒女的長處，常加鼓勵，兒女的內心對話自然健康。
父母多表達積極的思想，常加薰陶，兒女的內心對話自然正面。
父母多溝通感恩的態度，常施身教，兒女的內心對話自然積極。

一、正面鼓勵

- 你做的模型飛機又快又好。
- 這幅水彩畫顏色配襯鮮明。
- 地理考九十分，很了不起。
- 你很有觀察力，看得出因果關係。
- 你朗誦的音調，富有抑揚頓挫的活潑感。

二、積極思想

- 幫助他看見 失敗 是成功的踏腳石。
- 幫助他相信 逆境 是鍛練勇氣這品質的催化劑。
- 幫助他接受 困難 是上帝化裝的祝福。
- 幫助他明白 失戀 是感情成熟的歷程。
- 幫助他領悟 拒絕 是開另一道門的同義詞。

三、數算神恩

- 日光、空氣、陽光，大地充滿了上帝愛的博施。
- 我們的家庭真可愛，爸媽疼你。
- 有房子住，有學校讀，有食物吃，感謝神。
- 主耶穌為我們捨命，我們罪得赦免，享有天國盼望，多好！
- 你身體健康，心智聰穎，都是神的恩惠。

腐蝕兒女自信的 毒素

聰明的父母，總是會盡力避免下列腐蝕兒女自信的毒素，預防孩子的意識智慧受到下列細菌的感染。掃除下列病毒是有心父母應努力的方向。

- 當父母未實現他們的諾言
- 當父母管教過分嚴厲
- 當父母常批評孩子、咒罵孩子
- 當父母忙於工作，忽略了孩子
- 當父母感情不睦，經常熱戰冷戰
- 當父母疏於管教孩子，縱容孩子
- 當父母離婚
- 當父母不愛兒女
- 兒女受到心靈傷害。
- 兒女形成律法主義、虛假，非安全感。
- 兒女會發展出自卑心理。
- 兒女缺乏歸屬感，以結交幫派朋友填滿空虛。
- 兒女會情緒不穩定，對婚姻會有畏懼感。
- 兒女會覺得父母並不關愛，養成不負責任的性格。
- 兒女會鬱鬱寡歡、困惑、自責、過分敏感、沮喪。
- 兒女甚難自愛，形成消極、悲觀個性。

自我肯定的宣言

自我肯定的宣言是以正面的語氣提出的個人信念，透過每日幾次的唸誦，由意識下達該項信心給潛意識。經過一段時間的反覆練習，潛意識會誠心接受該信念，開始調製我們的心思、意念、敏感度，來迎接這信念所帶給我們的祝福，形成個人的經歷。

這自我肯定最奇特的一點是：你怎麼相信就怎麼應驗。

所以，使用這自我肯定的宣言，請記得一定要運用積極正面語言。

通常以「是、知道、相信、能夠」這四個動詞最具威力。

下面這七個宣言都是聖經經訓，教導你的兒女背誦這些宣言，它會沉澱進入他的潛意識，活化他的意識智慧。

如果你的兒女有特別需要，你也可以仿效這些句子，創造出符合他需要的自我肯定宣言。

- | | |
|---------------------|----------|
| 1.今天是我成長的機會。 | 弗四 13 |
| 2.聖靈隨時與我同在。 | 約十四 16 |
| 3.我是上帝的尊貴兒女。 | 約壹三 1 |
| 4.我靠著那加給我力量的，凡事都能做。 | 腓四 13 |
| 5.我知道奇妙的事將臨到我。 | 林前二 9 |
| 6.我是神流通恩典的媒介。 | 羅一 11 |
| 7.我相信天生我才必有用。 | 林前十二 4~6 |

敬請愛用自我肯定的宣言，來提升你兒女的意識智慧。

CQ：

創意的搖籃

起初，神創造天地。

創世記一章1節



創意的慧星

今年，全世界活著的最富有的人，由比爾蓋茲奪魁。
何方英雄好漢？ 微軟電腦軟體公司總裁。
比爾蓋茲的財富，來自一個小小的創意：

以前電腦使用者得背誦一大堆指令；

如今視窗環境讓電腦變成人人容易使用。

這個小小的主意值多少錢？

微軟公司的股票值數百億美金。

創意，解決了人類生活的難題；製造了舒適的生活環境。
歷史上這些創意，累積成現代文明的寶貴資產——

- 一八七二年愛迪生發明了電動打字機。
- 一八七九年莫伊布里基拍了賽馬連續動作，開了電影先河。
- 一九〇三年萊特兄弟飛入天空。
- 一九〇八年福特發明大量生產，使汽車價格平民化。
- 一九二三年 Firstone 發明橡膠充氣輪胎。
- 一九二五年電視面世。
- 一九五七年人造衛星升空，引進了太空通訊。

多麼不可思議，人類竟然

- 從橫過花園小徑的一條蜘蛛絲，想到了懸張吊橋。
- 從水壺口的水蒸汽，想到了蒸汽火車引擎。
- 從襯衫生產線的袖子，想到了齊普林飛船。
- 從樹上掉下的蘋果，想到了萬有引力定律。
- 從高塔上擺動的吊燈，想到了計時的鐘擺。

你喜歡你的兒女富有創意嗎？

上帝出的點子

上帝極富創意。

祂所創造的萬物多麼鮮活：請看看

長頸鹿的脖子， 斑馬的皮飾， 袋鼠的幼兒安全袋，
熊貓的眼圈， 老鷹的雙翼， 大象的耳朵。

上帝出的主意果真十分新奇。祂已經做了那比較困難的部分，
你就試試做那比較容易的部分吧！讀讀聖經，把適當的人名填入空格——

- | | |
|-----|---|
| 基甸 | 1. 攻城囉，____率領以色列人繞城七圈，大聲呼喊，耶利哥城就倒塌。 (書六章) |
| 彼得 | 2. 退敵囉，____和他的三百勇士擊退米甸十幾萬大軍，靠的是火把空瓶計。 (士七章) |
| 約書亞 | 3. 防洪囉，____在高山上造船，救了一家八口。 (創六章) |
| 以利沙 | 4. 戰爭囉，____甩了一塊石塊，打贏了敵軍的五星上將歌利亞。 (撒下十七章) |
| 耶穌 | 5. 治病囉，____吩咐乃縵元帥去約但河沐浴七回，麻瘋病就得痊癒。 (王下五章) |
| 挪亞 | 6. 殘障囉，____奉耶穌的名，叫癱腿的起來行走。 (徒三章) |
| 大衛 | 7. 救贖囉，____替人類的罪死在十字架上，使信靠祂的人罪得赦免，得著新生。 (路二十三章) |

帶領你的兒女相信無所不能的上帝，
會在他的潛意識中種下創意活力的種子。

原創力：文明的齒輪

大部分的小孩都具有非凡的想像力，也都可能發展成具創意能力的成人。可惜大多數成年人並未活出他們的創意潛能。主要是因為，父母和學校不經意地消滅了他們的創意力。

創意力是人類文明進步的主要推動力。

可惜它很難用考試來測量。

IQ 只能測量一部分的智慧，側重在邏輯推理能力和理解能力。但創意智慧很難測量。它包括

- 直覺的思考
- 洞察機會的能力
- 發明
- 原創的主意
- 新觀念
- 冒險探索的精神
- 好奇心
- 直觀的決策力

創意人特質

創意活躍的人通常擁有下列特質。

如果你能鼓勵兒女發展下列品質，並創造培養這些品質的環境，你會有機會培養出創意鮮活的兒女。

1. 好奇心
2. 堅持到底的毅力
3. 自信
4. 冒險的精神
5. 敏感度
6. 獨立性
7. 直觀（直覺）的能力
8. 幽默感
9. 藝術表達能力
10. 思想上的原創力（註1）

一般家庭不鼓勵男生「敏感」，因大部分父母認為敏感是一種女性特徵。事實上男性音樂家、藝術家、小說家都擁有高度敏感的特質，才能捕捉到主題、趣味和出人意外的驚喜。可見敏感是男女都可以想望的品質。

大部分父母不鼓勵女生獨立。因為一般以為獨立性有損女性的婉約。事實上很多女性思想家、企業家、經營人才，都擁有獨立思考的能力，其主見、承擔、原創性是社會的祝福。

注意培養上述十項品質，
你的兒女會創意泉湧。

左右腦的均衡使用

一個均衡發展的孩子（及大人），同時具有創意發明的能力和邏輯思考的能力，左腦和右腦都高度發達，左右腦能快速溝通，並和諧地配搭工作。

每個人因天性和教育的關係，都會傾向於慣用其中之一。但這種偏用若是過分，可能會導致人格的一部分過分突出，另一部分軟弱不足。均衡地使用左右腦是父母教育兒女的一個重要指標。

基本上	左腦司控邏輯思考， 左腦處理語言， 左腦長於分析， 左腦作線性步驟思考 左腦注意具體數字， 左腦受制於時間， 左腦長於數學、科學， 左腦管理思想，	右腦司控創意直覺。 右腦處理圖像。 右腦長於整合。 右腦作同時綜合思考。 右腦注意原則關係。 右腦超越了時間。 右腦長於藝術、音樂。 右腦管理情緒。（註2）
-----	--	---

近代教育系統，從小學、中學、到大學，大部分的課程安排都側重在左腦的訓練。這種長期偏重左腦的學習方式，導致

1. 小孩及大人創意能力的僵化。
2. 社會大眾長於理工科學，拙於人際關係及情緒處理。

最理想的發展應是左右腦的均衡發達。這境界的達至，最有效的方法是，在小學的制式教育開始之前，充分培育左右腦的均衡使用。

下列方法是絕佳途徑——

敬請**愛**用右腦

- 一、鼓勵他畫圖（想像、圖像的右腦）。
並請他講解該圖畫給你聽（思考、語言的左腦）。
- 二、教他學唱歌（音樂的右腦）。
並用文字把歌詞說出來（語言的左腦）。
- 三、請他告訴你（語言溝通的左腦）。
他所感受到的情緒（情緒的右腦）。
- 四、父母和兒女一起做白日夢（直覺與想像的右腦）。
並請他講解他的夢想給你聽（語言、邏輯的左腦）。

長於右腦而拙於左腦的人，雖然創意泉湧，但易流於異想天開，因缺乏邏輯思考的校正。

長於左腦而拙於右腦的人，雖然思考嚴密，但易流於陷入窠臼，因缺乏創意直覺的翅膀。

在你兒女1~6歲時，
允許他多些白日夢、想像、創意、出點子、
嘗試、冒險、探索、模仿、編故事。

犯錯的安全空間

想像力和創造力的養成，最需要安全的處境。
幼兒也好，中小學生也好，上班族也好，
如果他們害怕犯錯，
如果他們害怕被嘲笑是傻瓜，
創意會立刻窒息。

在幼兒的心靈世界裡，有個類似童話的王國：

不可能的事也可能發生。

不可能存在的動物也可能存在。

這些對父母來說是虛幻的、幻想的、扭曲的、愚蠢的。

如果父母過分嚴肅認真，制止孩子的想像力，嘲笑他，

無情的評語會摧殘其創造力。

儘量提供一個安全的處境——

失敗了不被嘲笑，
他就有繼續嘗試的勇氣。
想像的故事不被批評，
他就活化了創意力。

千萬別使用這七招，來消滅
我們下一代的創意能力

1. 那不可能！
2. 千萬別犯錯！
3. 別傻了！
4. 我們從來不曾這樣做過！
5. 那不合邏輯！
6. 照標準答案做！
7. 只有瘋子才會這麼想！

給你的孩子一點
犯錯的安全空間吧！

教養孩子成為贏家

教育學家杜滿(Glenn Doman)深信父母對兒女的期望，影響兒女頗巨。如果父母認為兒女不夠聰慧，以緩慢的速度教他，這孩子會自然向下調整他的學習速度，來符合父母的期望。這種低期望所造成的惡性循環，常導致對孩子潛力的限制。(註3)

在郝斯(Gene Hawes)所著《教養孩子成為贏家》一書裡，他所持的看法與杜滿一致——父母對兒女的低看，形成了負面的自我應驗預言。這種作用力的運作大致遵循下列模式：

1. 父母低看了孩子的能力。
2. 孩子將別人對他的期望加諸己身。
3. 孩子認為自己能力低下。
4. 他的表現果然照著他的自我評估。
5. 表現不佳更加傷害了他的自信。
6. 缺乏自信更加深了失敗的惡性循環。
7. 形成了固化的無助感，放棄努力(註4)

有許多擁有正常智力的孩子，淪落為這股惡性循環力量之下的犧牲品，終其一生，能力被限制在暗房中，對人類社會沒多少貢獻。

如果你善用鼓勵、祝福、肯定的力量，
你不但可以避免上述惡性循環，
你甚至可以創造善性循環。

PQ :

Personality Quotient

成功之鑰：責任感

各人必擔當自己的責任。

加拉太書六章5節

人種的是什麼，收的也是什麼。

加拉太書六章7節



高枕無憂的父母

你的孩子有了 IQ： 他的思考敏銳，學習快速。

你的兒女有了 EQ： 他的情緒成熟，人際關係老練。

他已經享有極佳機會，出人頭地，開創前途。

你的兒女再有 AQ： 知道怎樣戰勝逆境，飛越險阻。

你的兒女又有 CQ： 知道怎樣建造自信，引發創意。

他就像老虎長了兩個翅膀，必然出類拔萃，領袖群倫。

如果他再加上 PQ(Personality Quotient)人格智慧，

擁有認真負責的美德，養成紀律自己的習慣，

他必能百尺竿頭，更進一步。

人格智慧就是品德的智慧，在許多品德中，負責和紀律是兩大根基。負責是善用自己的自由，順著上帝所制定的因果律，為社會和自己作出最好的抉擇。紀律是透過正確的約束，建立起良好習慣，使一生達到高效率狀態。

本章將探索培養孩子負責任的生活態度的方法，從下列七個角度來建造孩子認真負責的人格智慧：

1. 抉擇： 學會善用他的自主權。
2. 因果效應： 讓他經驗到每個抉擇背後都有後果。
3. 失敗這老師： 教你的孩子從失敗吸取寶貴的經驗。
4. 權威： 學習如何與權威合作。
5. 金錢： 掌握自己財務上的自由。
6. 時間： 管理時間的使用是每個人的責任。
7. 良心： 道德上的責任感是幸福的保障。

教養出負責任的兒女，你的一生將可高枕無憂。

責任感

目前社會上的許多難題，主要是由不負責任的人所引起的。這些人順從自己的衝動，以滿足自己情慾為考量的中心。他們傷害了別人，破壞了社會秩序，造成社會巨大的損失：

- 在高速公路橋樑、公共建築上塗鴉。
- 惡性倒債，詐欺錢財。
- 在學校課堂上侮慢師長。
- 花言巧語誘騙女友，玩弄後棄之如敝履。
- 亂丟垃圾。
- 在公共街道上飆車。
- 結婚生了小孩後，離家出走，棄妻小不顧。
- 使用信用卡揮霍成習，債務滿身。
- 以硫酸毀分手之女友花容。
- 寫匿名信攻擊人。

這些不負責任的人，通常人際關係困難，不容易在公司中升遷，可能因觸法而下監，至終因傷害了別人而貶損了自己的自尊。形成這種不負責任的生活態度，主要有下列四個原因：

1. 從小我行我素慣了，缺乏管教與紀律。
2. 每次惹禍，父母出面解決難題，自己從未嘗過苦果。
3. 缺乏自己作抉擇的鍛練。
4. 良心不能正常運作。

從小給孩子適當的紀律和作抉擇的鍛練，你有很好的機會把孩子養成負責任的人，成為社會的祝福、你的喜樂。

喪失獨立能力的熊

黃石公園管理處給每個遊客一張傳單，上面用大字提示：不可用食物餵熊。但公園裡仍有許多遊客，不顧禁令餵熊。公園的管理員解釋說，每一年他們必須抬走幾百具熊的屍體。這些熊吃過餵食，就常逗留在公路旁，等候遊客餵養，至終失去捕食的能力，餓死在道旁。

如果父母沒給兒女機會鍛練自己作抉擇，學習站在自己腳上，做個負責任的人，至終他們將失去作正確抉擇的能力，成為別人的重擔。

訓練你的兒女負起自己的責任，可以從下列八個領域著手——

A.學習過程：

- 1.給孩子機會作決定。（按照他的成熟度給予適當抉擇權）
- 2.要求他負起所作抉擇的後果。
- 3.從錯誤的痛苦中學習成長。
- 4.以事先的教導和事後的評估，來提升孩子作一抉擇的智慧。

B.學習內容：

- 1.尊敬權威：為人際關係負責。
- 2.善用金錢：為財務狀況負責。
- 3.運用時間：在適當時間內完成功課、家事、琴課……
- 4.道德良心：為自己的行為負責。

如果你的孩子有機會反覆學習負責任過程中的四個功課，
如果你的兒女有機會鍛練管理他責任內容中的四個領域，
他大體上會成為負責任的人。

避免過度保護

訓練孩子自己作決定，並為自己的選擇負責，短期來說，對父母是個痛苦的過程，但長期來說，是孩子的益處。

有些父母傾向於過度保護孩子。這些父母害怕兒女暴露在危險之下，作出錯誤的選擇。為了減少孩子的痛苦，他們替孩子作決定，為孩子解決所有困難：

- 花錢替孩子設法，服兵役分派到舒服的單位。
- 這個學校讀不下，「花錢」送進另一學校。
- 替他安排婚姻，找個門當戶對的配偶。
- 闖禍關進警察局，立刻去保釋他出監。
- 信用卡賒賬過度，替他還債。

對孩子的過度保護，是愛之適足以害之：

- 替他作決定，他永遠學不會作決定的智慧。
- 為他收拾殘局，他永遠學不會負責任的生活態度。

父母必須捨得讓孩子去碰撞，去跌倒，去失敗，去嘗試，從錯誤中摸索成長。這對父母來說，是個苦難的過程：

- 你得暫時放下家族的尊嚴，允許孩子犯錯。
- 你得忍受孩子出錯對你心理的煎熬。
- 你得橫心讓孩子自己去面對犯錯的結果。

當然，你得按孩子的成熟度，來賦與他對等的選擇權。

有些錯誤會留下永遠的後果，你得保護他免受其害。
有些錯誤是邁向成熟的導師，你得允許他摸索成長。

適當的自主權

獨立的一個特徵是，為自己的行為負責。在適當範圍內賦與孩子選擇權，是訓練兒女負責任的最佳環境。你若有下列認知，你有較佳心理準備來迎接兒女獨立的挑戰：

1. 成長來自鍛練作選擇的機會，而不是避免失敗。
2. 給孩子犯錯的可能，是他成長的催化劑。
3. 善用失敗的教訓，是成熟的最佳契機。
4. 讓他學習作抉擇，他方能學會為自己的抉擇負責。

父母應按著孩子的成熟度，賦與適當的自主權。年幼的孩子享有太多自由是危險的。成熟的孩子仍被過分約束是剝奪了他的自主權。下面幾個例證給你一些概念：

1. 孩子沒權利選擇是否去馬路上玩。父母應保護他們免於死亡或殘廢。
孩子可以選擇在房間、客廳或後院玩。
2. 三歲以下的孩子沒權利玩刀子。
十五歲以上的孩子可以學習用刀子學烹飪。
3. 十八歲以下的孩子沒權動用數萬美金（百萬台幣、港幣）。
他可以學習如何使用自己的零用錢。
4. 十八歲以下的孩子無權結交論及婚嫁的男女朋友。
他們有權在團體環境中結交普通異性朋友。
5. 孩子無權選擇晚上是否睡覺。
他們有權選擇睡前，今晚要爸爸或媽媽陪他作禱告。

讓他嘗嘗因果效應

當父母賦與兒女選擇權，
並讓他們經歷其結果，
他會逐漸認知事物間的因果關係，
瞭解到行為與人生之間的作用力，
至終成熟到
知道怎樣活在原則裡，
成為一個負責任的人。

「父母要讓兒女經歷其決定的結果」
是責任感養成的核心。
下面三例說明這原理：

B. 早餐時，你向兒子要什麼，
甜甜圈和牛奶，或是
桂格牌速食麥片粥加西式香腸，
他要了麥片和香腸。
你費了五分鐘，備妥早餐，
送到餐桌上，
他停了一會，說，
現在不想吃麥片香腸，
想吃甜甜圈、牛奶。
你不要遷就這無理要求。
告訴他，今天只有麥片香腸。
不吃，今天沒有別的早餐。
不吃一頓早餐不會餓死，
但餓的感覺會教他負責的功課。

A. 如果你定下一條家規，
要洗的衣服放進洗衣籃裡，
妳的女兒忘記這樣做，
有一天她會急到大哭，
因為那件漂亮洋裝沒洗，
不能穿去星期六的同學會。
妳不要衝去為她洗，
妳委婉告訴她，要洗的衣服
放進洗衣籃，是她的責任。
她會學到功課。

C. 妳的女兒努力存零用錢，
她知道她有權利使用這錢，
購買芭比洋娃娃。
兩個月後，她去玩具反斗城
買了芭比娃娃，每晚開心地
放在枕旁陪睡。
二星期後，電視上開始廣告
星際戰爭中的利亞公主娃娃，
她向妳借一個月的零用錢，
要去買利亞公主。
妳千萬不要讓步。
存足夠的錢去買心愛的東西
是她的責任與權利。

繳學費，儘量少繳

人生充滿選擇。我們小的時候選擇穿哪件衣服過新年，中學時選擇跟什麼人做朋友，選擇大專將就讀文理法醫工農哪一個科系，大學時選擇跟誰做男女朋友，出了校門選擇創業或就業，選擇去哪家公司工作，壯年時選擇如何投資，當了主管選擇部門的經營方向和僱用什麼員工，中年時選擇忠於配偶或品嘗外遇第二春天的滋味。

有時我們作了壞的決定，那可能招致損失、苦難。

有時我們作了好的決定，引進了幸福、快樂。

如何教導你的兒女作好的選擇？

要作好的選擇，必須有經驗。
經驗從何而來？ 壞的選擇。

學費這麼昂貴？ 是的。沒有人不經失敗的痛苦，可以學會成功。

如何可以幫助兒女在摸索成長過程，減少損失及痛苦。
怎麼可以少繳學費，但又學得好？
下列步驟極有幫助：

1. 小時候就讓他學習在小事上有選擇權。
2. 犯錯時切忌以責備的口吻咒詛他，要以平靜的口吻和他探索所學到的功課，分享下次作更好決定的原理。
3. 少年時作較重要的決定前，事先給他輔導，分享各種資訊，並分析不同選擇的長處、短處、後果，以訓練其思考洞察力，然後將適當選擇權交給他。
4. 青年時教育他處世為人的法則，例如交男女朋友的幾項守則，給他適應權限。保持親子溝通的管道敞開，表達在任何處境下完全的接納。
5. 成年時讓他展翼高飛，由他負自己完全責任。若有重大失敗仍幫助他重新出發。

檢討這面鏡子

你的孩子要發展成一個對自己、對神、對家庭、對社會負責的人，需要這三個無形的老師：

- 1.經驗是好老師： 所以，你給他機會練習作決定。
- 2.失敗是更好的老師： 所以，你允許他從錯誤中成長。
- 3.檢討是最好的老師： 所以，你陪伴他評估原因方法結果。

如果你的孩子作了一個不好的決定，

- 請勿生氣說：我早就告訴你了。
- 請坐下平靜地和他檢討，哪些地方錯了，下次碰到類似情形，怎樣的抉擇是較佳決定。
- 請勿替他收拾殘局，讓他負自己責任，但給他幫助，由他處理善後。

使用檢討（評估）來幫助孩子成長，溝通中必須包含二個重要因素：

- 1.什麼(What)：在何種情況下，什麼選擇是好的選擇。
通常以聖經、道德、良心為依歸。
- 2.原因(Why)：為什麼這選擇是較佳決定。
通常以理性分析、經驗佐證來訴求。

這兩者同等重要，在檢討過程中都應觸及。

什麼，建造其道德良心的敏感度。
原因，培養其思考判斷的智慧度。

權威的保護傘

一個人懂得尊重權威，他將享有許多福氣：

- 尊重上帝的權威：敬畏耶和華是智慧的開端。箴九 10
- 尊重父母的權威：在世蒙福，得享長壽。弗六 3
- 尊重自然的權威：順著宇宙的法則工作，保證成功。傳三 1
- 尊重法律的權威：保障他個人最大的自由。羅十三 1

一個人若不尊重權威，他將遭遇許多困難：

- 侮辱警察的權威：輕則開罰單，重則下監。
- 輕看上司的權威：被炒魷魚，捲鋪蓋走路。
- 拒絕老師的權威：為自己受教育成長的機會關上門。
- 忽略道理的權威：不顧醫學、藥理、心理的法則，可能喪命。

對父母的尊敬，是尊重所有權威的基石。對其他權威的尊敬，總是以對父母權威的尊敬為起點。下列方法是孩子學習尊敬權威的祕招：

間接方法

- 尊重其他生命，如鴿子、小狗。
- 尊敬老人，聽他們講話、分享。
- 尊敬哥姊，借東西使用必須取得同意。
- 組合玩具，陪他遵照說明書。
- 服用醫藥，教他遵照醫囑。
- 禱告上帝，使用恭敬的語言。
- 走路過街，示範遵守規則。
- 拜訪祖父，讓他贈送禮物。

直接方法

- 教導他，父母是上帝設立的權威。
- 要求他遵守父母的吩咐。
- 完成吩咐時，給他鼓勵。
- 若有不尊敬父母的言行，在愛中嚴嚴管教，說：
我愛你到一個程度，不允許你這樣行。
- 馴服孩子的頑梗，但不可破碎孩子的心。

金錢的好管家

近代社會因信用卡容易獲得，電視廣告鼓勵消費，國家實行赤字預算來擴張經濟，造成許多人寅吃卯糧，先享受後付款的惡習，在債務中打轉，甚難翻身。

從小教導孩子做金錢的好管家，可以維護他們一生財務的自由和幸福。

一、神的供應： 上帝會供應我們一切的需用，我們仰望祂的供給。

人的管理： 我們有責任善用神所賜的財務資源，做個好管家。（太六 26；路十六 11）

二、錢財的加增： 我們若擅長管理，使用得當，神會賜下更多。

錢財的減少： 我們若濫用或忽略管理，我們僅有的一點也會消失。（路十九 11～26）

三、節省開支： 浪費與奢華是貧窮的近親。

大方奉獻： 奉獻和賑濟必在寶座前蒙紀念。（箴二十一 17；箴十一 24～25；林後八 1～3）

四、用錢生活： 適當使用金錢購買生活所需。

存錢投資： 儲蓄及投資供將來不時之需。（約四 8；路十九 23）

五、儘量不要欠債： 債務使人做奴隸。

勿受錢財捆綁： 錢財會霸佔人的心。（箴二十二 7；太六 21）

錢財是最好的僕人，也是最壞的主人。

你的兒女學會管理錢財，他會是個自由、快樂的人。

財務的自由

教導兒女做個金錢的好管家，可以從六歲開始，給他零用錢，讓他學習儲蓄、用錢、預算、購買。在他使用零用錢的過程中，他會學到下列功課：

- 怎麼用錢、找錢、算錢。
- 享有某種程度的自主權。
- 會控制預算。
- 用最少的代價買到最好的東西。
- 認識金錢的價值。
- 瞭解到資源的有限，買了糖果就不能買玩具了。
- 為某一目標而儲蓄。

學習做金錢好管家可依這些進程，循序漸進：

一、六歲時

- 學會簡單的加減。
- 每星期零用錢大約夠他購買他喜歡的東西。
- 學習付錢、找錢。

二、九歲時

- 處理稍大一點的零用錢。
- 事先說明這些零用包括哪些開支，如公車、玩具、圖畫故事書。
- 學習做購買選擇。
- 開始履行十一奉獻。

三、十二歲時

- 零用錢的範圍包括：電影、唱片、音樂會、午餐、文具、交通、衣服、運動器材等。
- 在有限的資源，他必須學習預算、考量……

四、十八歲時

- 為他預備學費及部分生活費。他會感激父母。
- 鼓勵他在時間許可範圍內打工，賺一些額外的零用錢。
- 認識工作與金錢之間的關係。

五、結婚後

- 輔導他們做財務計畫，如購屋、買車等。
- 鼓勵他們每個月儲蓄 10 %。
- 示範給他們看，若每月存 10 %，年回收率 8 %，二十五歲開始儲蓄，六十五歲退休，他們可以無憂無慮生活到九十歲。

愛惜光陰

近代社會提供孩子許多活動，從小他們可能就感受到時間的壓迫：

上學、作業、鋼琴課、教會、游泳、慶生會、電視、網路……若無適當紀律，學習將失去重心，時間將消耗殆盡。

耶穌說：白日不是有十二小時麼，人在白日走路就不至跌倒，若在黑夜走路就必跌倒。 (約十一 9~10)

祂的意思是說：善用時間，完成所該完成的。

教導你的兒女

1. 神喜悅我們好好使用時間。
2. 他們主要的責任是在學校專心學習，在家做完功課。
3. 時間是有限的，他只能選兩項課外活動。
4. 注意他們的興趣和才幹。
5. 和他們商量他們所喜歡的兩項活動，若能配合其才幹最好。
6. 請他們選擇活動。
7. 每星期和他訂定活動日程表。
8. 設定事情的輕重緩急。
9. 限定每週看電視的節目內容。
10. 限制每週上網路的時間。
11. 執行每天讀經禱告十分鐘的靈修計畫。
12. 養成固定時間起床就寢的習慣。

要愛惜光陰

以弗所書五章 16 節

良心這紅綠燈

良心是上帝置放在人心中的紅綠燈，是人類道德的指南針，是個人生活行為的內在審判官。
(羅二 15)

有些人喪盡良心，心地昏昧，放縱私慾，貪行污穢。

(弗四 18~19)

- | | | |
|---------|----------|--------|
| • 出賣朋友 | • 輕易離婚 | • 偷竊 |
| • 惡性倒閉 | • 無同情心 | • 道德低落 |
| • 對配偶不忠 | • 缺乏責任感 | |
| • 槍殺同學 | • 玩弄別人感情 | |

教養兒女有顆清潔的良心，為自己的道德負責，他會一生走在正道，人格純全正直，神人共喜。

提摩太前書一章 5 節說：

命令的總歸就是愛，這愛是從清潔的心，無虧的良心，無偽的信心生出來的。

我們可以把這節聖經理解為，良心的形成來自三大因素——

1. 愛的薰陶：缺乏父母的關愛，無法形成孩子對人類情感的連繫，導致成年後的輕易離婚，玩弄感情，良心麻木。
2. 道德觀（清潔）的建立：是非、對錯、善惡的判斷力，必須在幼年形成，才能進入潛意識，成為自然反應。
3. 誠實（無偽）的鍛練：父母活出真誠、裡外一致的生活，孩子就學會誠實，良心就能運作。

你所經營的家庭環境有愛，有道德觀，有誠實的氣氛，兒女會成為一個擁有清潔良心，道德高尚，神人同喜的人。

下頁這張責任感計分表。

你可以用來建造孩子的責任感。

實行一個月就見果效。

責任感計分表

責 任 內 容	星期 一	星期 二	星期 三	星期 四	星期 五	星期 六	星期 日
我今天理床							
我自動刷牙							
我將餐桌餐具擺好							
我飯前洗手							
我把份內食物吃完							
我把我的房間書桌整理 乾淨							
我把玩具放回適當位置							
我把換下的衣服放進洗 衣籃							
我向爸媽說早安							
我從學校回來向爸媽 說，我回來了							
我準時上床睡覺							
我今天讀了聖經，作了 禱告							
我對哥妹說話有禮貌							
我餵了小狗							
我今天做了一件善事							

Personality Quotient : 紀律鮮明

管教你的兒女，他就使你得安息，也必使你心裡喜樂。

箴言二十九章17節



煉鐵成鋼

鐵，必須經過淬煉，才能適合鑄成寶劍。

軍人，必須經過軍紀調教，才能擔任衛民保國重責。

運動健將，必須經過嚴格紀律鍛練，方能創出佳績。

作家，必須經過寫作的磨練，方能成為文字尖兵。

傳道人，必須經過上帝的塑成，才能成為主合用的器皿。

兒女，必須經過管教，才能形成美好品德習慣。

鬆懈的軍人不可能克敵致勝。生活作息不守紀律的運動員，很難跑出顛峰成績。基督徒的靈性不經聖靈的淨化，較難活出多結果子的人生。

聖經論到孩童品德的淬煉，下列經文語意鮮活——

• 教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離。

箴二十二 6

• 疼愛兒子的，隨時管教。

箴十三 24

• 趁有指望管教你的兒子，你的心不可任他死亡。

箴十九 18

• 愚蒙迷住孩童的心，用管教的杖可以遠遠趕除。

箴二十二 15

• 喜愛管教的，就是喜愛知識。

箴十二 1

• 管教你的兒子，他就使你得安息，也必使你心裡喜樂。

箴二十九 17

• 我兒，你不可輕看主的管教。

來十二 5

• 主所愛的，祂必管教。

• 來十二 6

普 林斯頓校長佳言

當威爾森(Woodrow Wilson)任職普林斯頓大學校長時，他對家長會成員說了下列這段話：

我從家長們收到了許多信，表達對你們孩子的關切。
你們想知道普大校方為何不能為他們多做點事，更多模造他們。
讓我告訴你們，為什麼我們不能。
我絕不是唐突，這些話可能會令你震驚。
原因是，
他們是你們的孩子，在你們的家中長大。
是你們骨中的骨，肉中的肉，
他們吸收了你們的理念，
你們模造了他們，
在他們可塑性最高的時期，
你們在他們心中，
留下了永久的刻痕。(註1)

管教孩子，使他走所當走的路，
是父母的天職。(箴二十二6)

哈佛大學學前研究

一九六五年至一九七五年間，懷特博士(Dr. Burton White)主持了一項計畫——哈佛大學學前研究——嘗試要找出父母可以如何增加兒女的智力。十五個研究員工作十年的結果，將他們的發現摘要發表在 APA 雜誌上：

1. 關鍵性時間：孩子八個月至十八個月大時。

此段時間父母所提供的智育環境，對孩子將來智力的塑成，影響力大於之前之後的任何時段。

2. 關鍵性人物：母親。

母親是孩子成長過程影響力最大的因素。
沒有任何環境或人物影響力比母親更重大。

3. 關鍵性活動：對孩子說話。

對孩子說話（不是電視、收音機或旁聽的會話）是孩子語言、智力、社交能力發展的主要激素。

研究員說：「為十二個月至十五個月大的孩子提供豐富的社交生活，是養成健康人格的保證單。」

4. 給予自由去探索家裡活動空間。

孩子享有自由去探索，智力發展比那些活動受限制的孩子快很多。

（作者註：孩童早期的身體活動、四肢配合、感官刺激、自主探索權，激發了腦神經叢網路的繁密發展，決定了他後來的智力、思考能力。）

家教嚴格又 疼愛有加

5. 家庭成員間的互動就是最好的教育。

父母和兒女花時間在一起，並製造良好的互動。這優良環境塑造出能幹、人格健康的孩子。

6. 最成功的父母是在下列三領域表現優秀者。

(1) 他們將孩子的環境設計組織成優良的學習機會。

(2) 他們允許兒女來打擾他們。在這短暫的三十秒鐘交會裡，他們和兒女有良好互動，交換了安慰、資訊、輔導、鼓勵。

(3) 他們同時做到家教嚴格又疼愛有加。(註2)

「家教嚴格又疼愛有加」，這九個字是培養出兒女可愛人格的主要祕訣。這公義和慈愛的調合，是基督教信仰的精華。

父母教養兒女，只有公義而無慈愛，失之過分嚴厲。孩子不覺得父母可親。處罰也會引發孩子缺乏安全感，常被父母挑剔至終摧殘了孩子的自信心，形成低落的自我形像，成人後會畏縮不前，缺乏進取心。

父母教養兒女，只有慈愛而缺公義，失之過分溺愛。孩子不覺得父母可敬。缺乏管教，孩子被縱容成我行我素、自我中心，對權威法規的漠視，導致人際關係的緊張，較難與別人合作，領導與被領導都有困難。

懷特博士的研究，證實了管教的重要性。

同時證實了基督教教義，公義慈愛調合的卓越。

教練的八寶箱

如果把父母比喻作教練，目標是教養出紀律鮮明，人格可愛的兒女，那麼一個成功的教練，有哪些法寶可以使用？

下列這些八寶箱裡的法寶，件件均屬珍品，敬請愛用——

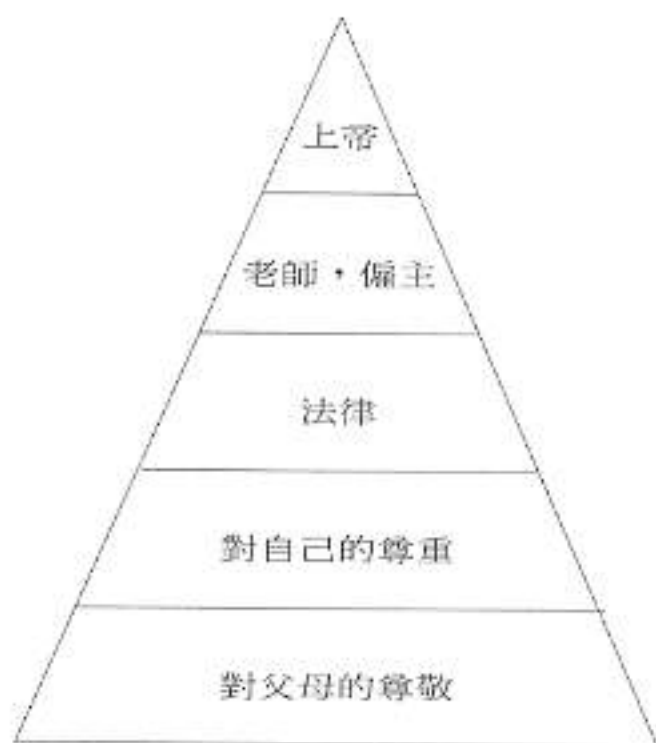
- | | |
|----|--|
| 權威 | 1. 教導兒女尊敬父母的權威。 |
| 家規 | 2. 父母設定家規並認真執行。 |
| 執法 | 3. 他們的執法，鼓勵和處罰並重。 |
| 貫徹 | 4. 他們對兒女的教養是貫徹始終的。 |
| 氣氛 | 5. 管教時，氣氛是積極的、慈愛的，而不是獨裁的、暴怒的。 |
| 場合 | 6. 他們偶然使用體罰，但僅用在故意藐視權威的場合。 |
| 語言 | 7. 使用正面語言來糾正錯誤行為，而不是貶損人格。 |
| 平衡 | 8. 運用平衡的力量——公義和慈愛的平衡，處罰和接納的平衡，約束和自由的平衡，來塑造孩子健康的人格。 |

我們就照著上列次序，
逐件檢視這件珍寶：

服從權威

良好的教養培育出兒女對父母權威的尊重。
對父母權威的尊重導致對人間權威的尊重。
在兒女成長的過程，
對父母權威的尊敬是對其他權威尊重的基礎。
其終極品質是對上帝權威的尊重。
如圖所示。

對人間權威的尊重，帶來和諧的人際關係。
對上帝權威的尊重，帶來美好的靈性品德。



家有家規

A. 有關研究指出，父母教養兒女，若能符合下列三項品質：

1. 設立合理的家規，
2. 說明其家規的理念，
3. 堅持家規的執行。

在這環境中長大的孩子，會發展出下列品質：

1. 較高努力學好的動機，
2. 較佳人際關係的能力。
3. 較強的獨立自主性。(註3)

但父母若過分放鬆，不管束兒女；或是過分嚴厲，像個暴君，則兒女較難發展出好品質。

寬嚴適當的家教，
是兒女最好祝福。

B. 父母過分放縱兒女，未設立家規，或不管束兒女的副作用：

1. 兒女潛意識中把它解釋為父母並不關心我。
2. 缺少父母與兒女的互動，兒女較難鍛練出判斷力，較難發展出自信。
3. 不受約束，很難學到紀律和情緒管理，連帶人際關係較差。

C. 父母若設立太繁複的家規，像個獨裁者，執法過分嚴厲，兒女會發展出下列負面品質：

1. 變成虛假，陽奉陰違。
2. 養成依賴性，變成扶不起的阿斗。
3. 缺乏獨立思考判斷力。
4. 一到十八歲就遠走高飛，揚棄家教。
5. 自卑心結，因再努力也做不到父母所要求。連帶自信心低落。

家規保障孩子的自由

孩子們需要家規的限制：

- 家規表面上看起來，好像是一種約束，其實是一種自由。
- 就像紅綠燈，似乎是約束，其實它使車輛更自由流暢。
- 家庭缺乏家規，他們會覺得不安全。
- 就像你走在高樓之間的天橋上，兩邊若無欄杆，你會覺得不安全。
- 欄杆似乎是限制，其實是自由和安全感。

孩子們會考驗家規的極限：

- 上帝賜給孩子們好奇和冒險的本能。
- 他們會試試考驗家規的極限。
- 他們嘗試找出所允許的活動範圍、可不可做的事、所享有的自由有多少。
- 這是他們從搖籃的小天地，走向成年人的大世界，所必須摸索成長的過程。
- 成功的父母運用智慧，設定恰當的限制，按著孩子的成熟度，逐漸擴展他們的天地。

口頭說明家規的合理，
心裡準備孩子的考驗，
你有機會做個成功的教練。

罰在兒女， 疼在父母

管教兒女是微妙的藝術，不但鬆緊必須恰到好處，處罰的執行，程序和力道也必須中肯。中肯恰當的處罰，糾正了孩子的行為，孩子瞭解自己的錯誤，心中並無苦毒怨恨，仍維持對父母的敬愛。不中肯的處罰，傷害了孩子的心靈，留下身體的傷痕，孩子的意識中潛藏著對父母的苦毒憎恨，懷疑父母的愛心，對自我價值感到困惑。

A. 恰當的處罰必須包含下列十項內容——

1. 平常已設立**家規**：無家規而管教，徒增孩子的不平與困惑。
2. 處罰之前有**預先警告**：讓孩子事先知道，繼續下去他要面對的後果。
3. 執行處罰的**動機**是為了愛他，糾正他的行為，而不是發洩怒氣。
4. 體罰時，**力道**是控制得當的。叫他覺得痛，但不傷害身體。
5. **體罰**只用在悖逆不順服的行為態度。體罰不可用在不小心犯錯，或嘗試中犯錯。
6. 處罰完要立即**擁抱他**，用肢體語言保證對他的接納。
7. 用語言表達對他的**愛**：爸媽那麼愛你，才會管教你，希望你好。
8. 告訴他，他**錯在哪裡**。
9. **指出正確的行爲**，說明照著實行，父母會高興。
10. 處罰完饒恕他，恢復他的**地位特權**，愛及溝通。

B. 不恰當的處罰常變質為虐待，虐待的處罰共有下列特徵——

- 父母洩怒，情緒失控。
- 毆打孩子的頭或臉。
- 沒事先警告，突然發怒管教。
- 力道過重，留下身體傷痕。
- 孩子不知道錯在哪裡。
- 父母記恨，收回愛，斷絕親子之間的溝通。
- 咒詛的語言。

處罰的形式

父母處罰孩子的方法，常見的有下列五種，前三種若能恰當執行，可有效糾正孩子錯誤。至於咒罵及收回親愛，絕不可實施。

方式	使用場合	目的	孩子的可能反應
體罰	有意的悖逆	改正其態度	若實施恰當，孩子會悔改
關禁閉	違背家規	改正其行為	反省自己
收回權利	犯了嚴重錯誤	避免錯誤	學了功課
咒罵	絕不可以實施	父母發洩情緒	產生自卑
收回親愛	絕不可以實施	報復	孩子會沮喪、離家出走，自殺、加入幫派。

一般來說

體罰 在一至六歲時實施。最佳指導原則是，身體會痛，意志上不敢再犯，心理上敬畏父母。

關禁閉 七歲至十二歲時實施。最佳指導原則是，提供反省機會，認知自己錯誤。
時間要恰當：去牆角站五分鐘。今天你不能外出。

收回權利 十二至二十二歲的實施。最佳指導原則是，經歷觸犯法則的後果。例如，闖紅燈，兩星期不能開車；貪玩，功課沒作完，二天不能玩電腦遊戲。

體罰的可行性

孩子故意反抗父母的權威時，體罰是糾正其態度、行為的有效方法。

實施體罰請注意下列事項：

一、聖經根據

- 箴二十三 14：你用杖打他，可以救他的靈魂免下陰間。
- 弗六 4：不要惹兒女的氣。

二、經文解釋

- 杖這字在舊約時代，指小樹枝。
- 打手心會痛，但不會傷身體導致淤血等。

三、使用場合

- 必須事先已說明過家規。
- 必須是孩子故意違抗你的權威。

四、避免混淆

- 孩子若非故意違抗你，而是做錯，例如數學習題做錯，忽略了家事，不可毆打。智力上的疏忽，而不是意志或道德上的悖逆，毆打只會引發困惑及情緒上的不平，甚至反動，如以弗所書六章 4 節所說，惹兒女反感。

五、恩威並施

- 孩童若因悖逆被責打，哭過一陣後，他們會來找父母，尋求父母的疼愛、安慰。
- 此時應擁抱他們，表達對他們的愛及接納，並說明剛剛的處罰是為他們好。
- 這時機是塑造孩子人格最佳契機，仁愛和公義的調和會贏得孩子的愛及尊敬。

體罰的限制

六、年齡限制

- 孩子年齡在二歲到九歲之間最有效。
- 二歲以下的孩子不可體罰，他們尚不能理解。
- 九歲以上的孩子，體罰漸失效用。
- 青年後不可體罰，若引發父子打架，通常父親打輸。
- 絕不可打十八個月以下的嬰孩。(註4)

七、部位限制

- 臀部是最好位置。
- 絕不可打頭或臉。
- 最好連小樹枝都不用，只用手掌打。

八、次數限制

- 一兩下已足夠。
- 若打多下，這打的動作會使你腎上腺素分泌增加，情緒失控，以毆打洩怒，對你和孩子都沒益處。(註5)

九、最佳時機

- 犯錯時馬上實施糾正，最為有效。

十、最高挑戰

- 情緒控制。
- 力道適中。
- 恩威並施。

有效的處罰七訣竅

任何處罰要有效，必須實行下列要件：

1. 教育： 已經事先說明了家規。
2. 審斷： 指出其錯誤所在。
3. 判決： 宣布處罰，說明其輕重的合理。
4. 執行： 貫徹始終，前後一致。
5. 溝通： 告訴他是爲他好才管教。
6. 接納： 處罰完以擁抱表達接納。
7. 恢復： 以愛來包圍他，恢復其所有地位、權利。

避免可能的 後遺症

過分嚴苛的管教常導致悲慘的後遺症，可能孩子人格受損，或是斷絕親子情誼，如同陌路，嚴重時可能孩子自殺。父母越是嚴苛，兒女越可能叛逆；兒女越是叛逆，父母管教越是嚴厲，至終導致決裂。這因果關係的發展，大致遵循下列模式：

1. 沒有事先教導，也未曾給予警告，父母發怒時突然管教。
2. 這種處罰通常傾向於過分嚴厲。
3. 孩子自尊受損，心靈受創，內心苦毒仇恨。
4. 孩子潛意識更加叛逆。
5. 父母心想，這孩子需要更嚴厲的管教才會有效。
6. 父母更加小題大做，處罰更重。
7. 孩子心理斷定父母不愛我。
8. 兩代之間斷絕了溝通，家庭氣氛僵化。
9. 父母心理上放棄了這個孩子，不再關心。
10. 孩子絕望、沮喪，也可能放棄自己，甚至自殺。

如果父母能實踐本章的方法：

- 平常多表達愛及關懷。
- 管教得體。
- 處罰時輕重合宜。
- 保證對孩子無條件的接納。

你一定可以做個成功的父母，避免本頁所講的惡性循環，
以公正和仁愛這兩股平衡的力量，
塑造你的兒女成為可愛的人。

微妙的平衡

管教兒女是微妙的藝術。要能達到理想的效果，鬆緊必須恰到好處，公義和慈愛必須調和，事先和事後的溝通必須充分，處罰的輕重必須合理。這些要素都是成功的父母必須學習掌握的。

A.家規過分嚴格，孩子沒機會探索這世界，成人後缺乏冒險犯難的精神，進取心明顯不足。

家規過分寬鬆，孩子潛意識裡認定父母不關心我，對家庭缺少向心力，對是非的判斷力薄弱。

B.父母過分嚴厲，孩子情緒長期處在害怕裡，缺乏安全感，並形成表達上的困難，甚難發展出健康的自信。

父母過分溺愛，孩子變成我行我素，不服權威，性格上缺乏紀律，較難替別人考慮。

C.父母過分約束，孩子可能逐漸喪失創意力，並傾向於覺得人生缺乏趣味與喜樂，和幽默的品質絕緣。

父母過分放任，孩子較難學會，原來世上人際關係、成敗得失、公司運作、上班工作，有許多成文、不成文的界限。

D.父母過分權威，孩子較難鍛練出獨立判斷力，並可能在青春期的出現叛逆性。

父母過分民主，孩子傾向於個人主義，落入自我中心的陷阱，較難順服權威。

E.父母過分保護，孩子對人間世界的險惡太過天真無知，對風暴逆境的戰鬥力較弱。

父母過分開放，孩子的道德良心敏感度不夠。思想行為傾向縱慾，不服管束。

你是否過分嚴格或寬鬆？
你的配偶最能光照你的盲點。
男人與女人的感受角度不同。
最能產生互補效果。

親情快樂頌

兒女是耶和華所賜的產業。

詩篇一二七篇3節

我的產業實在美好。

詩篇十六篇6節



人生的焦距

當塵世間的煙華落盡，
當顯赫功業在歷史浪濤中淡化，
勳章在歲月的侵蝕下褪色，
桂冠在年日的洪流下枯乾，
我們當年爭取的功名被左鄰右舍遺忘，
我們從前所經營的利祿轉眼成空，
贏得了世界，賠上了兒女的幸福，是否值得？

我們說，努力賺錢是爲了兒女將來上最好的大學，
可是當初中茅塞未開的他，拿數學習題來詢問，
我們卻嫌他囉嗦，打擾了我們的工作。
我們說，等我事業有了基礎，就花時間陪孩子，
一眨眼，十幾年的時間，就在忙亂中流逝，
待我們有時間陪孩子時，忙著約會的他說，
對不起，爸爸，我沒時間陪你。

事業、功名、利祿、成就會在時空轉移中消逝了蹤影，
只有兒女記憶中，父母的仁慈、關愛，可以成爲永恆。

努力在兒女的記憶中留下美麗的永恆回憶吧，
那是他們一生中最寶貴的資產——
睡前片刻同心虔誠的禱告，
炎夏在山林間三天兩夜的露營，
春晨週末陽光普照下後院裡的早餐，
主日全家上教會崇拜的美善氣氛，
那可愛的記憶，
是兒女一生所能擁有的最珍貴禮物。

建造兒女的可愛回憶？
下面這二十五個例證，
可以激起你的靈感。
這是從一百個
「我心中的好父母」
濃縮出來的——

建造美好的回憶

1. 我父母花時間傾聽我，我說話時他們雙眼注視我。
2. 他們經常擁抱我。
3. 我父母讓我說明我的看法。
4. 我們全家人一起外出露營。
5. 我父親帶我去教會作禮拜，並且讓我的頭靠在他肩膀上。
6. 我母親的皮包裡常帶著我們每一個人的照片。
7. 我父母費心安排每個孩子都在全家福相片裡。
8. 聖誕節時，聖誕樹上我父母掛上每個孩子的照片。
9. 我看見父母為我祈禱，即使我不乖，他們仍堅持代禱。
10. 我父母寫了一篇短文「誕生的故事」，每一年生日唸給我聽。
11. 我父母每年參加學校家長會。
12. 他們在作重大家庭抉擇時，一定徵詢我們意見。
13. 我撞壞爸爸的車時，他第一個反應是擁抱我，而不是大罵我。
14. 在我高中留長髮反叛期，他們耐心地容忍我長大。
15. 我父親管教我時，從未情緒失控，從不說教。
16. 每一年我生日附近，我母親安排一頓特別午餐，請朋友們來。
17. 我母親陪我一起禱告，那情景常在我腦海裡。
18. 在寒冬裡母親開車幫助我送報紙。
19. 父親有時帶我去他出差的地方。
20. 我父母從不拿我和別人相比，他強調我是獨一無二的。
21. 我父親在我青澀的十來歲時，努力維持和我的好關係。
22. 我從親友處常聽說我父母，在我背後稱讚我，說我好話。
23. 我母親每星期一早晨和我一起查經，再送我上學。
24. 我父親陪我看過六個舊車商，買我第一部車子。
25. 我小學時，母親每週數次在我睡覺前讀聖經給我聽。(註1)

錦上添花：

靈性智慧

如果你孩子的 IQ 可以提升 20~30 %，

他的思考和學習能力會比常人高出一截。

遵行第四章、第五章的方法，

你有很好的機會提升你孩子的 IQ 20~30 %

如果你的孩子擁有高 EQ，

他知道怎樣善用情緒的力量，怎樣建立美好的人際關係，他會有極佳機會成功。

第六章、第七章說明了培養情感智慧的途徑。

如果你的孩子享有高度 CQ，

他學會怎麼調制意識智慧，

自信心和創意的翅膀，會托住他飛向成功的高原。

第九章、第十章指出蘊育意識智慧的方法。

如果你的孩子再有 PQ，

他擁有紀律自己和負起責任的人格美德，

責任感保障了他人生的幸福。

你的孩子如果又有 SQ，靈性智慧，

學會以有限支取無限，學會人與神合作，

他會有極佳機會整合美好人生。

下文簡單說明，栽培你兒女，
學習信靠上帝的方法——

祢與我

一個人的入格，通常是在相互關係中找到定位。

引導你的兒女與這位創造天地的神建立起親密的你、我關係，從這位無限仁愛的神支取平安、盼望、意義，他會有極佳機會整合IQ、EQ、CQ，創造美好人生。

祢是我的牧者，我是祢的小羊。 詩二十三 1

祢為我的前途有最好安排，我安息於祢的引導。

祢是我的天父，我是祢的兒女。 太六 32

祢為我的需要周詳預備，我知道祢的供應最好。

祢是我的救主，我是祢的僕人。 羅十二 1

祢救贖了我，我樂意事奉祢，我以祢的國度為目標。

祢是我的窯匠，我是祢的作品。 耶十八 5

祢隨著祢的旨意雕塑我，願我的人格彰顯祢榮美。

祢是我的元帥，我是祢的精兵。 書五 14

祢率領我一生道路，保護我過得勝生活。

整合人生的力量

在你孩子的信仰和靈性發展上，你的努力應以下列十項目標為你的靶心：

1. 相信上帝是位慈愛的天父，並認知自己是蒙愛的天父子女。
2. 接受耶穌基督作個人的救主和主宰。
3. 遵行聖經的教訓，順服聖經的權威。
4. 經常維持固定的靈修，透過讀經祈禱親近神。
5. 成為教會的一分子，與其他基督徒一同追求，實踐教會生活。
6. 向朋友、同事分享耶穌基督的福音。
7. 生活行為遵循聖經真理，分別為聖。
8. 人生以服事基督、服務人類為目標。
9. 讓聖靈在內心工作，建造其基督化的思想、品德。
10. 敬拜神、享受神成為他人生自然的內涵。

信仰上帝是整合人生最好的力量。
對上帝的信心能幫助你的兒女，均衡地
開發智力智慧，提升情感智慧，
美化自我形像，強化逆境智慧，
建造人格智慧，發展人際關係。

基督化家庭的信條

1. 我相信基督化的家庭，是天父所設立，為耶穌基督所遵崇，被聖靈所祝福，由三一真神交託給父母。
2. 我相信敬拜神是家庭的祭壇，讀經、祈禱、唱詩使家庭成員獲益。
3. 我相信家庭管教的價值，從父母的身教開始，以建造兒女順服、尊敬權威、責任感等高貴品質。
4. 我相信父母對兒女無條件的愛，是彰顯神愛的最佳示範，兒女從中學習健康地接受愛和付出愛。
5. 我相信家庭成員間彼此忠誠的美德，互相支持是天賦責任。
6. 我相信家庭裡坦誠的品質。父母真誠地與兒女溝通，兒女就學到對父母坦白誠實。
7. 我相信家庭是社區之光。一個和諧快樂的家庭是神所設立在社區中的燈塔。
8. 我相信家庭是避風港，外來的傷害在此得醫治，誤會在此得瞭解，疲倦在此得更新，軟弱在此得接納。
9. 我相信家庭是兒女品德的養成所，栽培他們成為仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制的人，是父母天職。
10. 我相信家庭是人格的搖籃，社會的基石，國家的聖所，世界的盼望，基督的見證。

福杯滿溢

在基督裡，你的兒女享有

- 永不褪色的真愛
- 永不死亡的生命
- 永不淡化的喜樂
- 永不搖動的安息
- 永不減少的希望
- 永不蒙蔽的榮耀
- 永不斷流的幸福
- 永不停止的光明
- 永不消退的力量
- 永不污染的美麗
- 永不變質的純潔
- 永不震動的平安

你所能給予孩子的資產，
還有什麼比這更加珍貴？

附註

第一章

1. 英文《讀者文摘》，一九九九年六月號，p.96.
2. *Columbus Dispatch*, May 11, 1995, 3A.

第二章

1. 英文《讀者文摘》，一九九七年二月號，p.66.
2. *Ibid.*, p.65~69.
3. *Ibid.*, p.66~69.
4. James Dobson, *Parenting Isn't for Coward*, (Dallas: Word Books, 1996) p.164~165.
5. Paul L. Tan, *Encyclopedia of 7700 Illustrations* (Rockville: Assurance Publishers, 1979) p.959.

第三章

1. Herbert Lockyer, *All The Women of The Bible*, (Grand Rapids: Zondervan Publishing House, 1991) p.150.
2. Eleanor Doan, *Speaker's Sourcebook*, (Grand Rapids: Zondervan Publishing House, 1988) p.168.

第四章

1. Glenn Doman, *How to Multiply Your Baby's Intelligence*, (Garden City: Doubleday & Company Inc., 1984) p.163.
2. *Ibid.*, p. 163.
3. Colin Rose, *Accelerated Learning*. (N.Y.: Dell Publishing Co., 1985) p.25.
4. *Ibid.*, p.25.
5. Judy Galbraith, *The Gifted Kids Survival Guide*, (Minneapolis: Free Spirit Publishing, 1983) p.38.
6. Kenneth & Sarah Parker, *Parent Training Manual*, (San Pedro: Parent Training Ministries, 1992) p.3.
7. Glenn Doman *Multiply Baby's Intelligence*, p.159.

8. Kenneth & Sarah Parker, *Parent Training Manual*, p.26.
9. Ibid., p.26.
10. Ibid., p.26.
11. Colin Rose, *Accelerated Learning*, p.203.
12. Ibid., p.203.

第五章

1. Kenneth & Sarah Parker, *Parent Training Manual*, p.26.
2. Ibid., p.30.
3. Ibid., p.84.
4. 《世界日報》，一九九四年八月16日。(USA Today, 1994, Aug. 15, 10)
5. James Dobson, *Dr. Dobson Answers Your Questions*, (Wheaton:Tyndale House Publishers, 1988) p.69~70.

第六章

1. 英文《時代雜誌》，一九九五年十月二日，有關EQ文章。
2. 英文《讀者文摘》，一九九六年一月號，p.49~52.
3. Ibid., p.50.
4. Judy Galbraith *Kids Survival Guide*, p.38.
5. Reader Digest, Aug. 1999, *Special Advertising Section*, p.1.
6. L. A. Times, Aug 31, 1999, A12.

第七章

1. Kenneth & Sarah Parker, *Parent Training Manual*, p.54.
2. John Scott, *Early Experience and the Organization of Behavior*, (Belmont: Brooks/Cole Publishing Company, 1968) p.87.

第八章

1. Ann Levine, *Understanding Psychology*, (N.Y.: Random House Inc., 1977) p.35.

2. *Columbus Dispatch*, Feb. 27, 1994.

第九章

1. James Dobson, *Answer Your Questions*, p.180.
2. Ibid., p.164.
3. Jay Kesler, *Parents & Children*, (Wheaton: Victor Books, 1987) p.540.
4. William Fitts, *The Self Concept and Performance*, (Nashville: Councoelor Recordings and Tests, 1972) p.4.
5. James Dobson, *Answer Your Questions*, p.181.

第十章

1. Kenneth & Sarah Parker, *Parent's Training Manual*, p.91.
2. Ibid., p.97. Stephen Covey, *The 7 Habits of Highly Effective People*, (N.Y.: Simon & Schuster, 1989) p.97. 中譯：《與成功有約》，台北：天下文化。
3. Colin Rose, *Accelerated Learning*, p.203.
4. Gene Hawes, *How to Raise Your Child to Be A Winner*, (N.Y.: Rawson Wade Publishers, 1980) p.172.

第十二章

1. Paul Lee Tan, *Encyclopedia of 7700 Illustrations*, (Rockville: Assurance Publishers, 1979) p.960.
2. James Dobson, *Answer Your Questions*, p.69~76.
3. 英文《讀者文摘》，一九九九年三月號，p.46.
4. Jay Kesler, *Parents & Children*, p.471.
5. Ibid., p.471.

跋

1. Gary Smalley & John Trent, *The Blessing*, (N.Y.: Pocket Books, 1986) p.225~229. 中譯《祝福》，台北：校園。

