

陪伴 是給孩子最好的禮物 ~ 恩愛當伴侶 和樂共親職

蘇森永

國立嘉義大學家庭教育研究所碩士

教育部家庭教育專業人員認證

高雄市政府教育局家庭教育中心「家庭教育輔導團」輔導員

中華民國家庭教育專業人員協會講師

國立空中大學生活科學系兼任面授講師

你曾想過有這麼一天，
我們晚上最後看見的東西和
早上睜開眼第一個要看的東西，
竟是**智慧手機**嗎？

根據資策會數位服務創新研究所（服創所）智媒資料組的「2017年4G行動生活使用行為調查」報告指出，有51.5%的民眾每天使用手機2~5小時，屬於手機中度使用者；而有28.1%的民眾每天滑手機超過5小時，屬於重度使用者。顯示手機和網路已成為我們日常生活不可或缺的一部分，二十一世紀已經是個「永不下線」的手機世代。

而如今，**1995年後出生的孩子被稱為「i世代」**，他們正是從小伴隨著手機與網路長大的孩子，正是典型「永不下線」的手機世代。

他們沒見過黑白的電視，甚至沒看過智障手機。手機「本來」就是彩色的，「本來」就可以看影片，用手機來理解世界的一切是理所當然。日本有七成以上的小學生不會操作公共電話，顯示現代孩子依賴手機之深，只要手邊沒有手機，遇到危險時連求救都可能有困難。

對手機世代的孩子來說，手機、網路是他們的工具、玩具，甚至是與朋友聯繫情感的管道；但對父母來說，手機、網路可能只是工作上的用品。**這群在網路和銀幕下長大的孩子，遇到的問題肯定與父母有極大的差異，身為父母的我們有辦法協助他們處理問題嗎？我們準備好了嗎？或者來不及準備好的我們，已經和他們展開大大小小的衝突呢？**



重視自己的起心動念，
因為它在塑造下一刻的「我」。

溫故知新

乙未年仲夏 吳政強書





德蕾莎修女說

「愛，是在別人的需要上
看見自己的責任。」

Mother Teresa said:
"Love is in the needs of
others to see their own
responsibility."

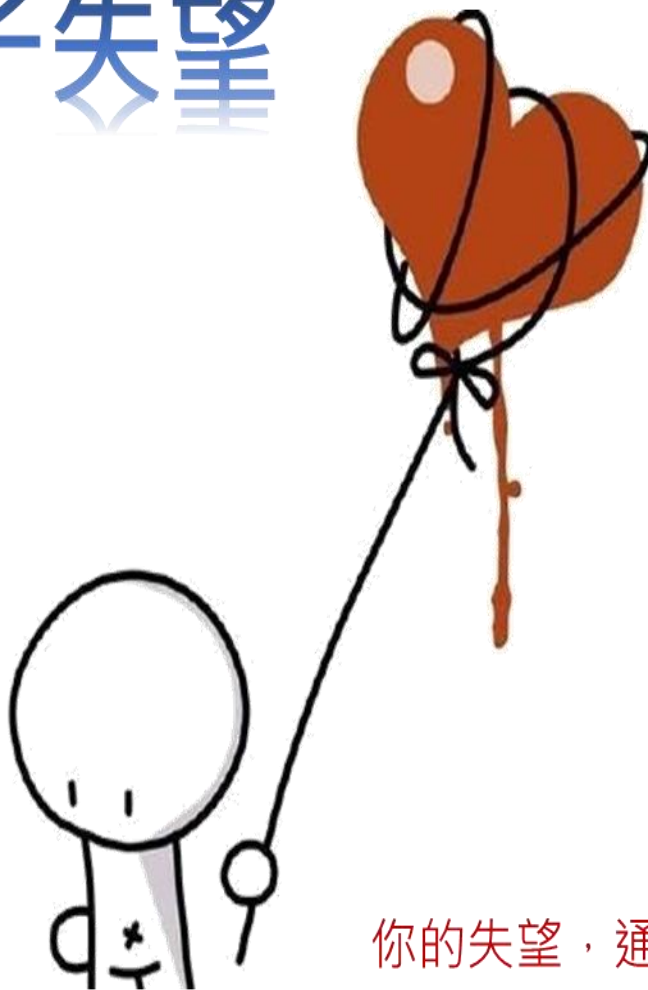


需要

vs.

想要

永遠不要對孩子失望



你的失望，通常來自你的奢望

你每天都在做很多看起來毫無意義的決定，
但某天你的某個決定就能改變你的一生。

You make millions of decisions that
mean nothing and then one day your
order takes out and it changes your
life.

《西雅圖夜未眠》

原文網址：<https://read01.com/5z48j4.html>



A **s** **K**

十二年國教課綱中「核心素養」是指 一個人 為適應現在生活及面對未來挑戰 所應具備的 知識、能力（技能）與態度

小辭典

- ◆ 素養 — 包含知識、能力（技能）和態度，外顯特質是可觀察到的知識、能力，就像水面上的冰山，內隱特質則是較深層的態度、情意、價值、動機等，猶如水面下看不見的冰山。
- ◆ 核心素養 — 一個人為適應現在生活及未來挑戰，所應達到的共同必要素養，不以學科知識為學習的唯一範疇，強調其與情境結合並在生活中能夠實踐力行的特質，例如自我管理、思考、溝通表達、團隊合作、國際理解等核心素養。

技巧 - S + K + I + L + L = 63

知識 - K + N + O + W + L + E + D + G + E = 96

努力 - H + A + R + D + W + O + R + K = 98

態度 - A + T + T + I + T + U + D + E = 100

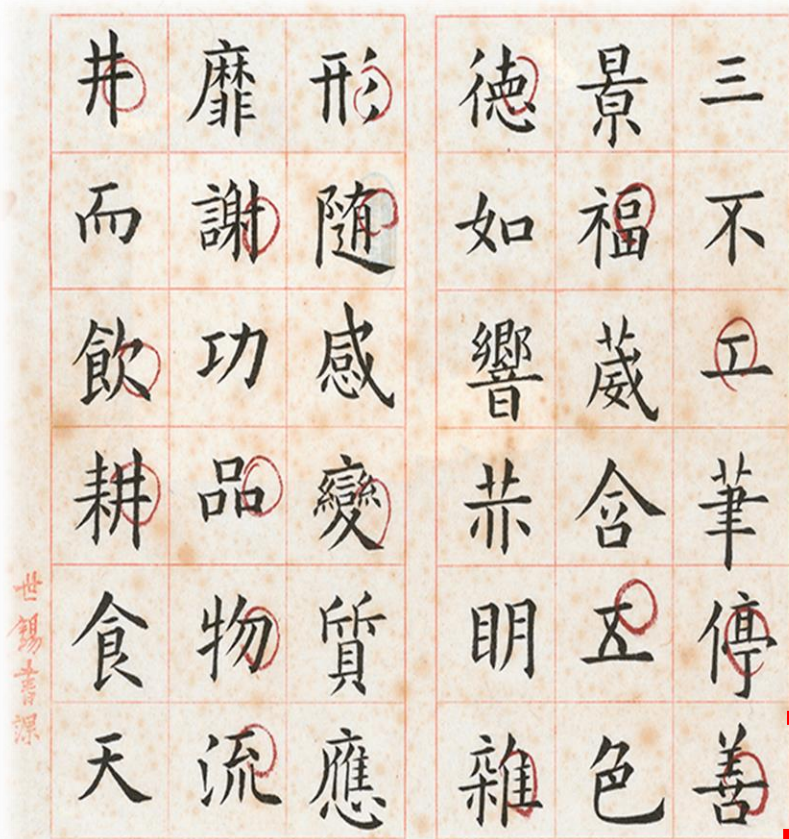
技巧學習就會 專業十分重要 努力幫助成功

態度才是一切

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26



孩子帶著愛和祝福來到這個世界
教養小孩是為了生氣而來？！

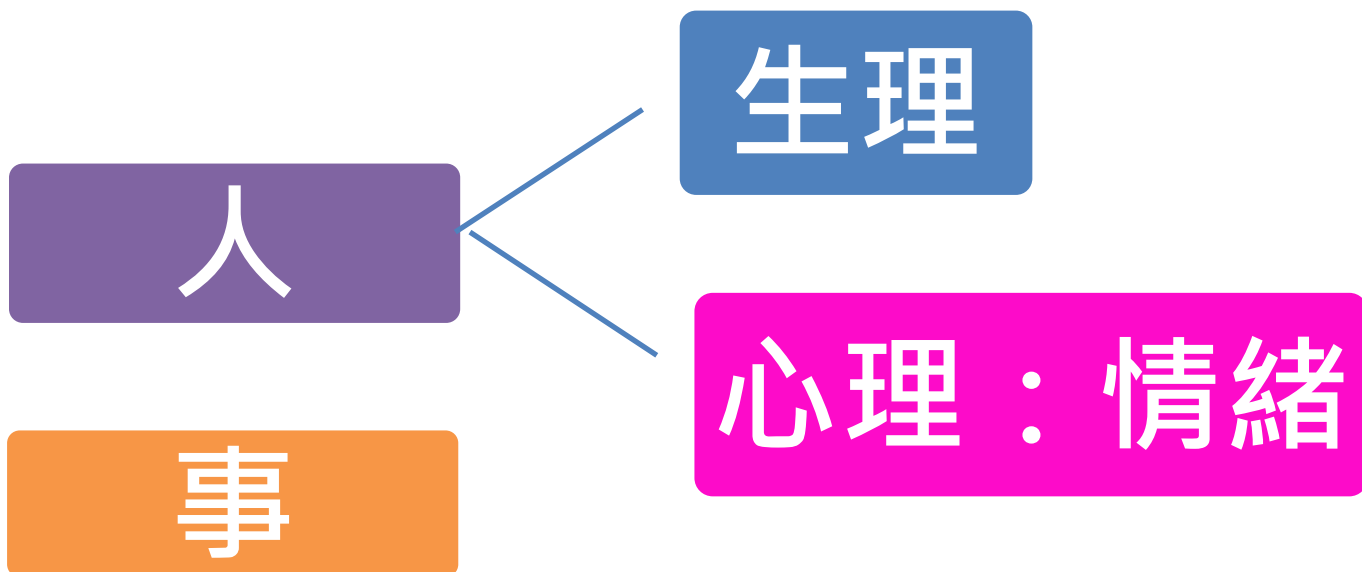


正向與update

看見家人優點 建立家人自信

先處理人 後處理事

先處理心情 再處理事情



「不敢為天下先」的意思是

不要事事搶先

要順著

事物的自然發展去做

而

不是去拉著事物

強迫它做不自然發展

原文網址：<https://kknews.cc/culture/bkl5zkm.html>

慈故能勇，儉故能廣，不敢
為天下先，故能成器長。

胡適



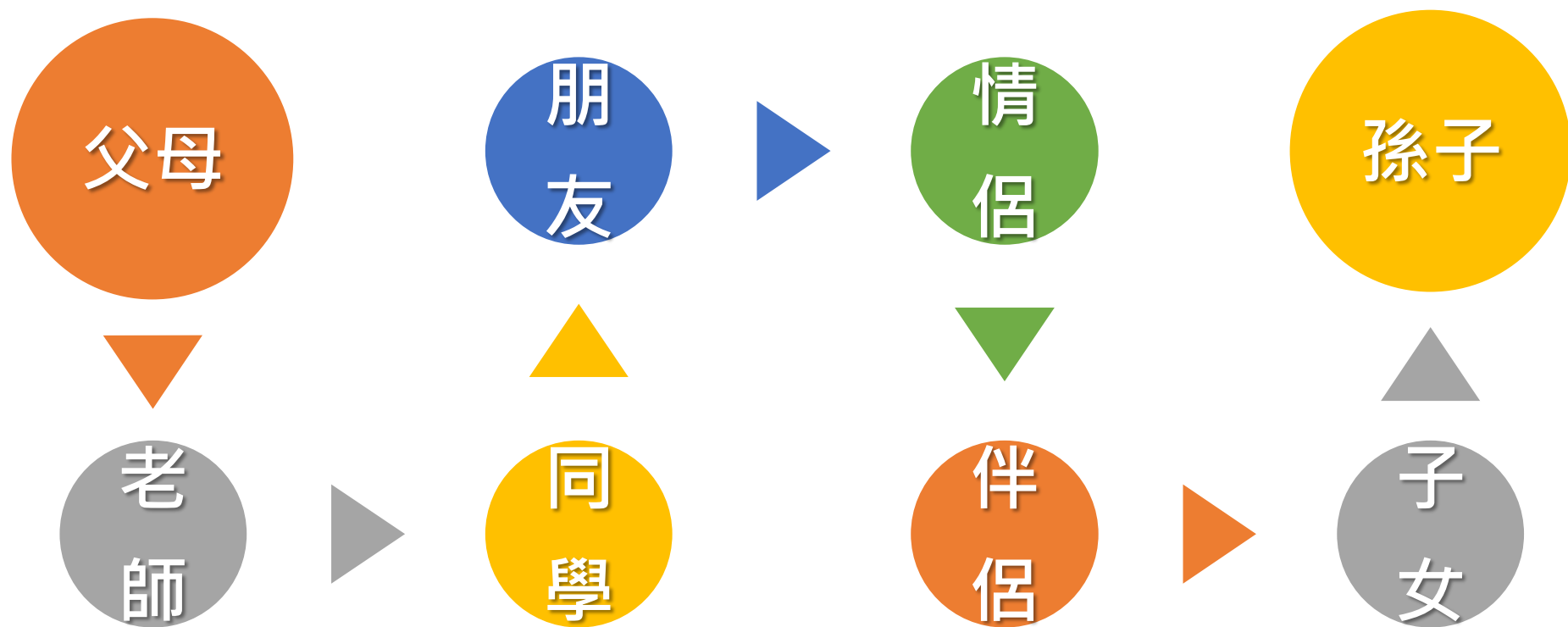
杜鵑不啼

織田信長：如果杜鵑不啼，就殺了它！

豐臣秀吉：如果杜鵑不啼，
我會想辦法讓它啼！

德川家康：如果杜鵑不啼，就等牠啼吧！

生命中的重要他人



德川家康：「我等」

最好的東西是留給懂得等待的人

孩子的成長只有1次

父母要學習

「陪伴」與「正向對話」



A photograph of the Taipei skyline, featuring the Taipei 101 tower prominently in the center. Other skyscrapers and buildings are visible in the background under a hazy sky. The text is overlaid on the image.

陪伴是當下

不是等一下

過去的已經過去
未來也會成為過去
而現在 在哪裡

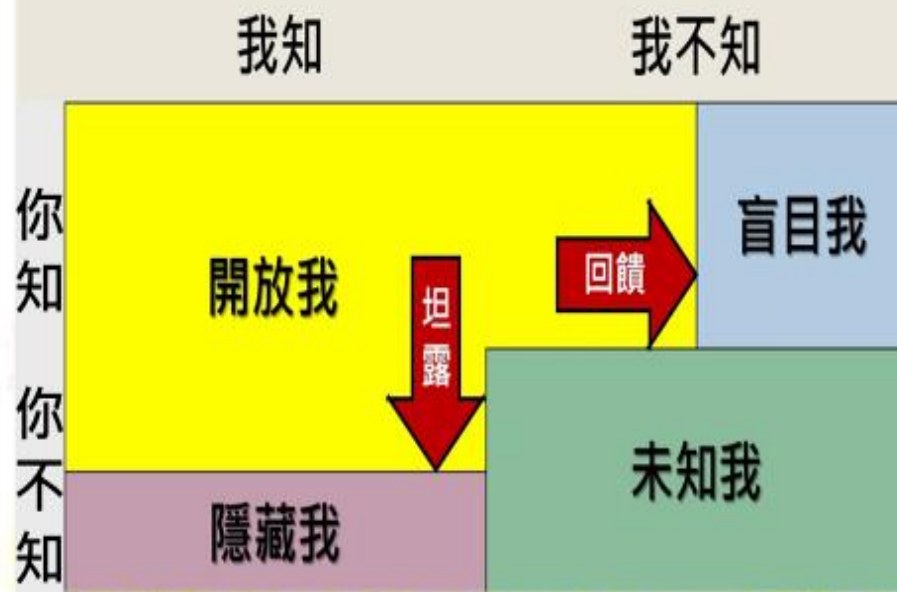
星戰紀念: 侯吉諒詩集

過去

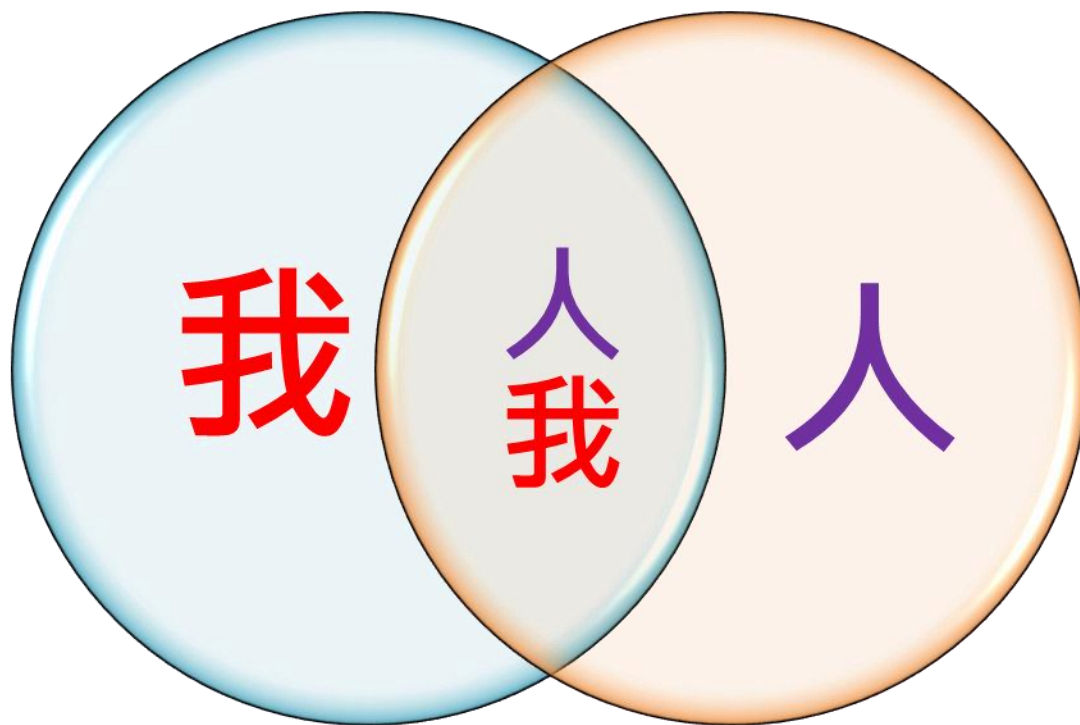
現在

未來

周哈里窗 - 在生活中擴大開放我



資料引自：新頭殼newtalk 職場多巴胺》在職場打開自己的心窗
<https://newtalk.tw/news/view/2019-05-19/248425>



阿德勒：所有煩惱都是「人際關係的煩惱」

(引自 岸見一郎、古賀史健。被討厭的勇氣—自我啟發之父「阿德勒」的教導。究竟出版社股份有限公司。)

第56號教室的奇蹟 啟示

將教室打造成歡樂毫無恐懼的地方

- 第56號教室唯一缺乏的東西是**害怕**，
不要用讓孩子害怕來做為達到教育目的
的捷徑
- 雷夫老師用信任取代**恐懼**，孩子可以
信賴的依靠，講求紀律、公平，並且
成為孩子的榜樣
- 消除恐懼對學生是多麼的重要



信任是一種比



更難的人際情感

親密

是指兩個人之間的一種密切關係

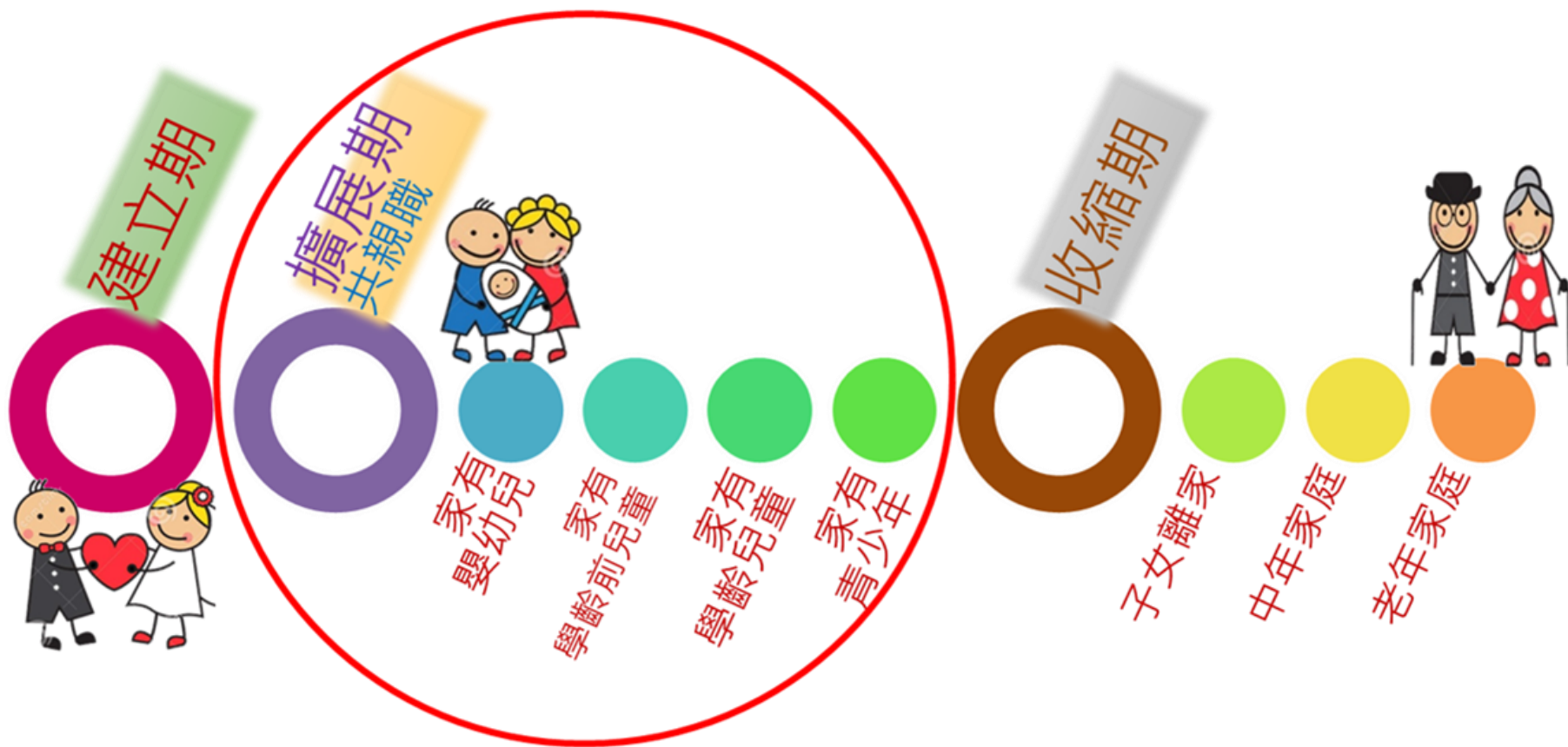
兩個人都能夠

對分享自己內心深處最隱密的感受

有安全信任的感覺



婚姻家庭生命週期



● 原生家庭

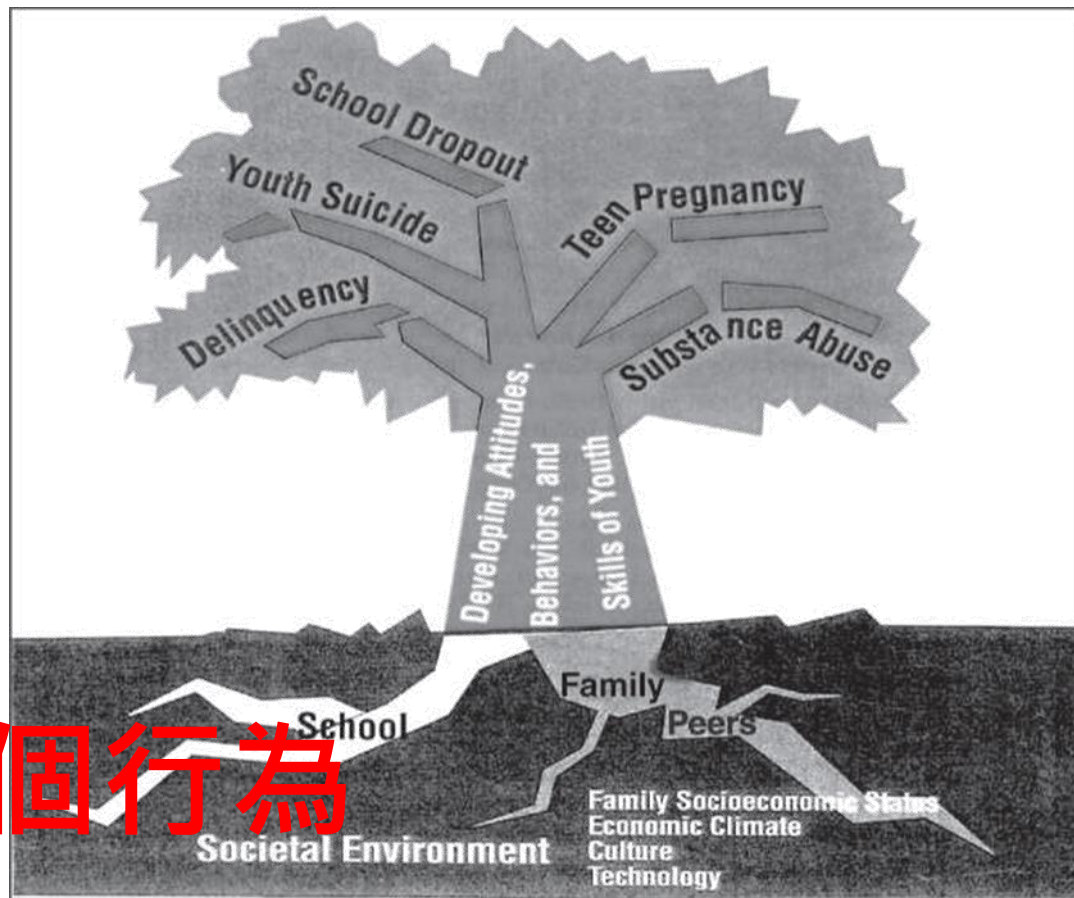
- 是指我們出生的家庭，對個體而言，是第一個接觸到的家庭。
- 家庭的人事物與所有經驗，都會影響個人的性格、行為、價值觀、未來生涯的選擇。

「透過家人，我們得以認識自己。」
心理治療師薩提爾（Virginia Satir）



一致性——教養的基本理念





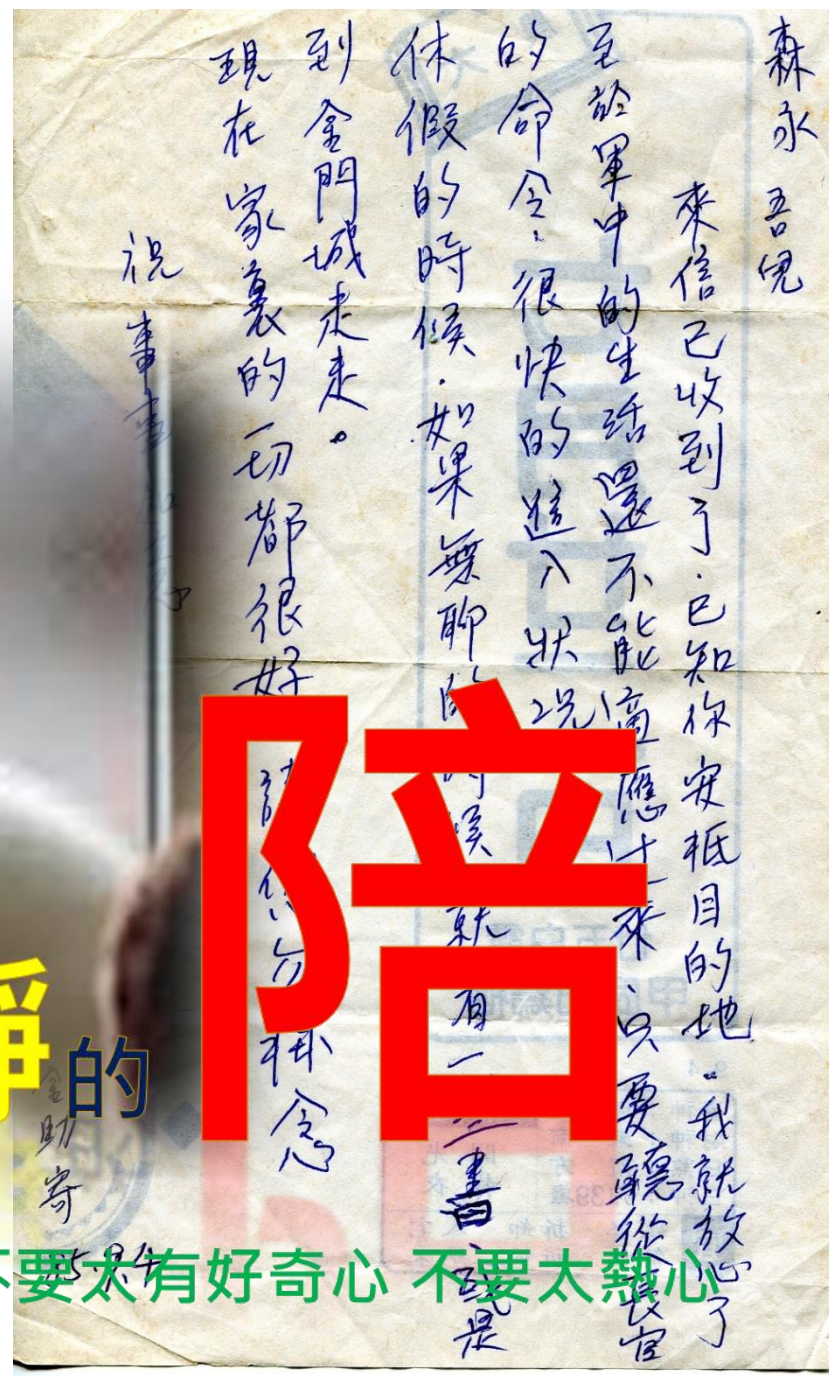
孩子的每個行為
都有目的——阿德勒

家庭記憶的堆疊



靜靜的

要有「三顆心」——不要太關心 不要太多好奇心 不要太熱心



森永 吾兒

來信已收到了。已知你安抵目的地。我就放心了。
至於軍中的生活還不能適應。一來、只要聽從長官
的命令、很快的進入狀況。
休假的時候、如果無聊的時候、就有一本書、
到金門城走走。
現在家裏的一切都很好。
祝事事如意。
分林念

祝事事如意

助寄

聆聽與說

傾聽 陪伴 都是愛

L I S T E N

『印地安人有一句格言：

人有**兩個耳朵**，只有**一張嘴**，

所以我們**傾聽**的時間應當是**說話**的**兩倍**才是。』



聽

家庭記憶的堆疊..... 一個女孩和父親的合照



父母要跟著孩子

一起長大

所謂長大，
就是把原本看重的東西看輕一點，
原本看輕的東西看重一點。



A photograph of a person standing in front of a house. The house has a white brick wall and a large window. A red diamond-shaped decoration with Chinese characters is on the wall. A motorcycle is parked on the right. The text "為家人關係情感銀行" is in blue and "愛的存款" is in pink.

為家人關係情感銀行
愛的存款

溫柔而堅定的態度

- 溫柔 是讓孩子知道我們是愛他的
- 堅定 是讓孩子知道這樣做才是比較正確的
決定 並且需要我們前後立場一致 確實執行共
同約定好的承諾

(引自 蘇明進。親師SOS2：交心—啟動孩子的內在動機。親子天下股份有限公司)

穩定的家人關係
是給孩子的最大祝福

父母能給孩子最好的禮物 就是我們自己

生涯攜手、生活幫手、親密牽手

育兒與家務的「幫手」 家務工作 分享分擔都是愛
生涯的「攜手」 結了婚仍可以擁有自己的生涯發展
伴侶一輩子親密「牽手」

三手婚姻 是彼此平等尊重 親密與共
以伴侶關係為本，倆人建立「友伴型」的家庭
(Companionship Family).....

用心得法





愛不是改變對方
而是一起成長

Love isn't about changing one another;
it's about growing together.

珍惜不代表不會失去，所以更要

把握相處的每一刻

The fact that we may still lose what we cherish is the exact reason why we need to seize every moment we can be together.



葉問3 (Ip Man 3), 2015

陪孩子一段



對得住自己
會被記得的

家

因用心經營而富足，
因彼此陪伴而可貴

摘自《蒲公英希望月刊》第214期

蒲公英





【愛與陪伴】

有了行動，
就能改變。



家庭教育諮詢專線

412-8185



教育部

高雄市政府教育局家庭教育中心



訊息公告



中心簡介



業務資訊



志工園地



網站連結



便民服務



影音專區



活動花絮

高雄市政府教育局 家庭教育中心



家庭教育諮詢專線

即時快訊

目前無任何快訊。



搜尋 Facebook



蘇森永



家庭教育諮詢專線412-8185

週一至週五09:00-12:00、14:00-17:00、18:00-21:00，週六09:00-12:00、14:00-17:00

夫妻相處 / 伴侶相處 / 子女教養 / 親子溝通 / 人際關係 / 自我調適 / 情感交往 / 家庭問題

高雄市政府教育局家庭教育中心 關心您



高雄市政府教育局家庭教育中心

@ksedufamily · 社群

發送訊息

交通資訊



教育部

高雄市政府教育局家庭教育中心

[800高雄市新興區民生一路321號4樓](#)

[顯示詳細地圖](#)





全家人愛我的家
家庭共學學習網



新手及幼兒父母
和樂共親職學習網



年輕E世代
強化親密關係學習網

好站報報

親子天下 Education · Parenting
Family Lifestyle

未來Family

翻轉教育

親子天下 × 教與學的對話



陪伴 傾聽

Don't forget
to...
Smile :)♥

拉近彼此的距離



用

串起家人的心