

從「心」開始—— 談親子同行

國立台北商業大學
黃正旭

hch061847@gmail.com

恭喜

感謝

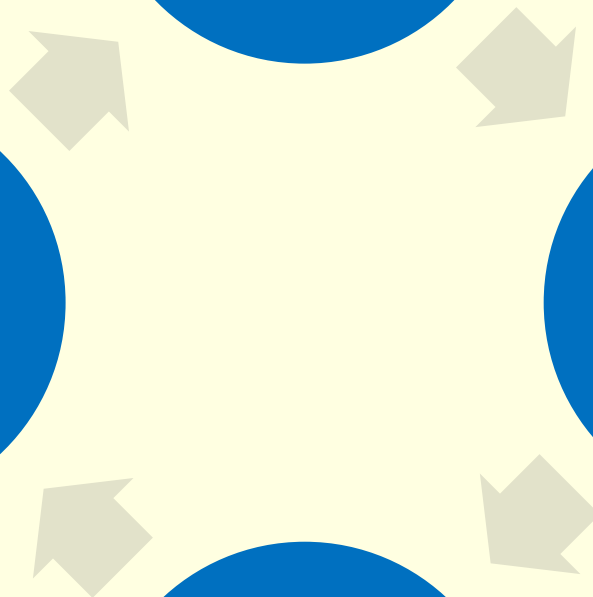
祝福

停

看

聽

行



停

```
graph TD; 停((停)) --> 看((看)); 看 --> 聽((聽)); 聽 --> 行((行)); 行 --> 停;
```

看

聽

行

認識北商 / 在的知識

民國幾年成立?已經幾年了

有哪些學院與科系?

現任校長是誰?

使命

- 一、提供激勵學習與創新的最佳商業及設計教育。
- 二、培養具專業能力與社會關懷的誠信人才。

願景

致力人才培訓、社會服務、產業發展的優秀大學。

認識百年北商

民國6年「臺灣總督府立商業學校」

民國10年「臺北州立商業學校」

民國38年「臺灣省立臺北商業學校」

民國57年「臺北市立商業專科學校」

民國71年「國立臺北商業專科學校」

民國90年「國立臺北商業技術學院」

民國103年「國立臺北商業大學」



台北商業大學教學單位

■ 財經學院

會計資訊/財務金融/財政稅務/國際商務
貿易實務法律暨談判碩士學程

■ 管理學院

企業管理/資訊決策科學/資訊管理/應用外語

■ 創新經營學院

數位多媒體設計/商業設計管理/商品創意經營

■ 通識教育中心

張瑞雄校長/第五屆星雲教育獎(2017)

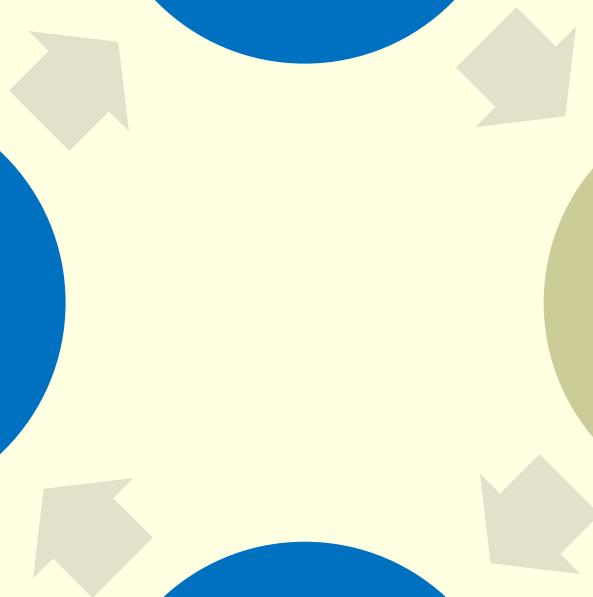
校訓：「公能弘毅」/光明正直 手腦並用 高瞻遠矚 堅忍有恆

停

看

聽

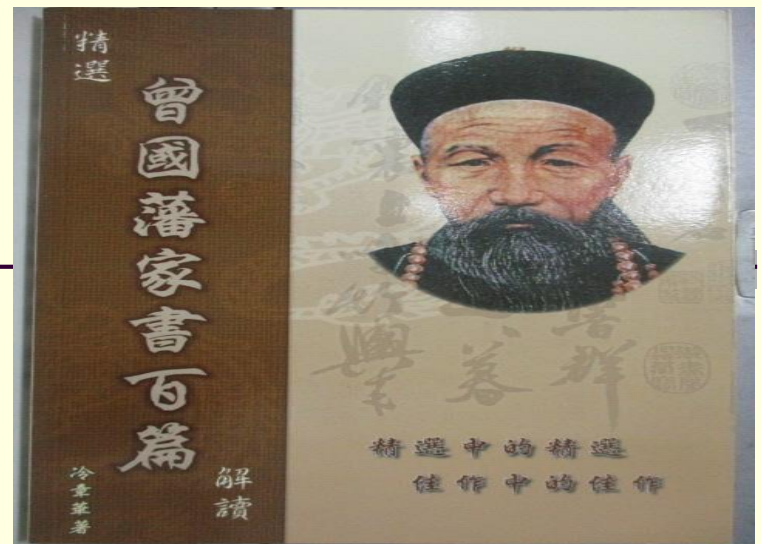
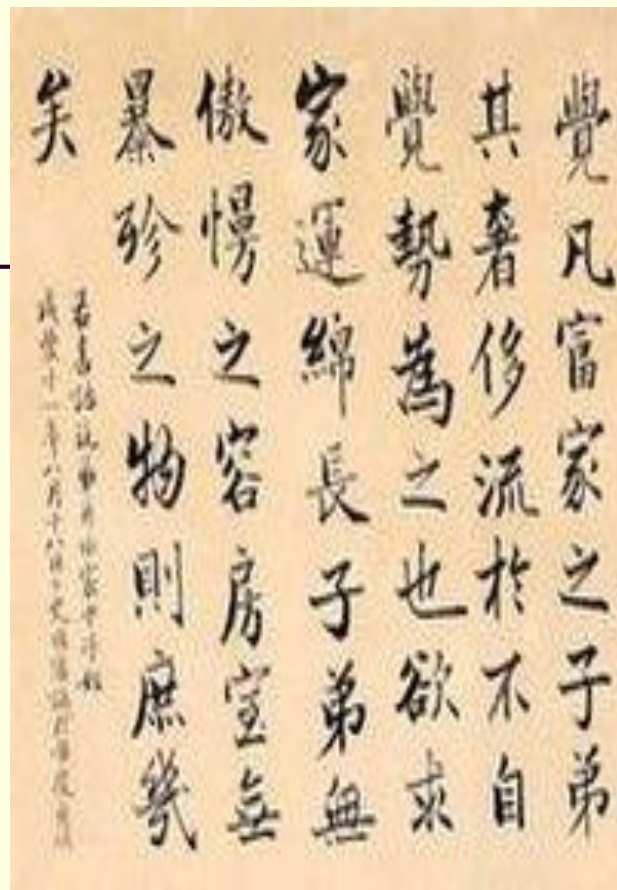
行



弟子規

清朝李毓秀

- 事雖小，勿擅為，苟擅為，子道虧，
物雖小，勿私藏，苟私藏，親心傷。
- 兄道友，弟道恭，兄弟睦，孝在中，
財物輕，怨何生？言語忍，怨自泯。
- 無心非，名為錯，有心非，名為惡，
過能改，歸於無，倘掩飾，增一辜。
- 能親仁，無限好，德日進，過日少。（千金買鄰）
- 見人善，即思齊，縱去遠，以漸躋，
見仁惡，即內省，有則改，無加警。（以人為鏡/唐太宗）
- 心有疑，隨札記，就人問，求確義。（隔離偷學/賈逵）



史上著名家書

- 北朝—顏之推—《顏氏家訓》
(本課引用)
- 宋朝—司馬光—《傳家集》
- 宋朝—鄭板橋—《家書十六通》
- 清朝—曾國藩—《曾文正公家書》

交大校長張懋中：

為什麼台灣員工只會「解決問題」？

- 我們一直教學生要有「解決問題的能力」，其實更要追求的，是「定義問題的能力」。

- 台灣的青年人要從單純的問題解決者，升級成定義問題的掌舵人，我歸納有四方面必須積極養成：

熱情、創新、領導、承擔。

■ 從小就不敢作夢

我們的青年人是如此地溫和、乖巧，但他們從小被訓練當個單純的問題解決者，腦中很少敢有自己喜歡、想追求的梦想、或成就某事的企圖心，因為我們的家長和社會總是鼓勵年輕人，當一個四平八穩的問題解決者。

■ 放手讓年輕人領導

擔任領導者、改革者，其實非常需要學習如何自省與承擔。我們的教育也不該只鼓勵學生成為開創者，卻不知對自己革新的後果認責。

(<https://www.cw.com.tw/article/article.action?id=5095445>)

給未來世代的提醒 / 梅克爾

- 任何看似不會改變的東西，其實都可以改變。
- 我們的思考和行動必須比以往更加多邊（而非單邊），更加全球性（而非考慮個別國家），更加向外（而非孤立化）。
- 不斷的問自己，做這件事是因為它是對的，或只是只是因為它有可能做得到？（誠實+勇氣）
- 沒有什麼是理所當然，是天生的，民主、和平、繁榮自由，不也並非必然。
- 讓我們對自己刮目相看吧！找出什麼事可能的，而且是我們有能力做到的。
- 當你走入外面的一刻，也是展開冒險的一刻，放下舊有的自己，才有新的開始，有夜晚才有白日。

社會新鮮人的建言 / 豐田章男

- 追求自己所愛 但不要搞砸
- 別把一切視為理所當然
- 做正確的事 如果你做對了 錢財會隨之而來
- 嘗試新事物 即使你不再年輕
- 找到能夠激勵你的人
- 成為一個激勵他人的人
- 找到自己核心價值 / 誠實、謙虛、尊重

人生不要無聊，一定要開心，弄清楚什麼事情會讓妳快樂？

學無止境 終身學習（52歲當賽車手）

擁抱改變 逃避絕對沒有用

蔡傑爸紀錄片

心得與感受

蔡傑爸表現了那些親子同行？

這一刻，我們緊緊相依

只要有滿載的**愛**與十足的**耐心**，任何困難都能一一克服

蔡傑，蔡家的獨生愛子，一出生，家人即對他寄予厚望，可沒想到，蔡傑兩歲半時，被診斷罹患自閉症。

蔡傑爸(蔡昭偉)並沒有認輸，他辭去工作，專心當個全職父親。完全沒有任何醫學背景的他，自行蒐集無數自閉症的專業資料，一一細讀，並將這些知識用在實際的教育上。

在蔡傑爸的積極訓練與自己的努力下，於12歲時做第4次鑑定，檢測結果進步為中度自閉症與輕度智能障礙。目前就讀國中，擅長的運動有直排輪、蛇板、游泳、獨輪車、網球……等。

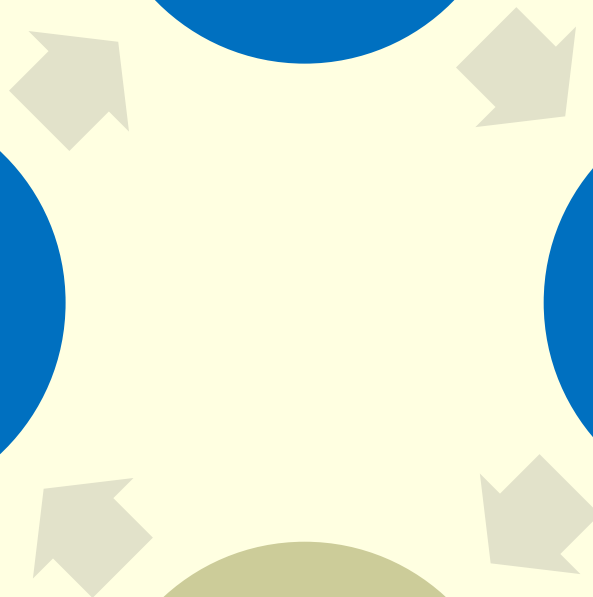
(從小拍影片、父母陪讀/堅持、自己教導/很煩、每一個故事唸35遍、看見孩子的好)

停

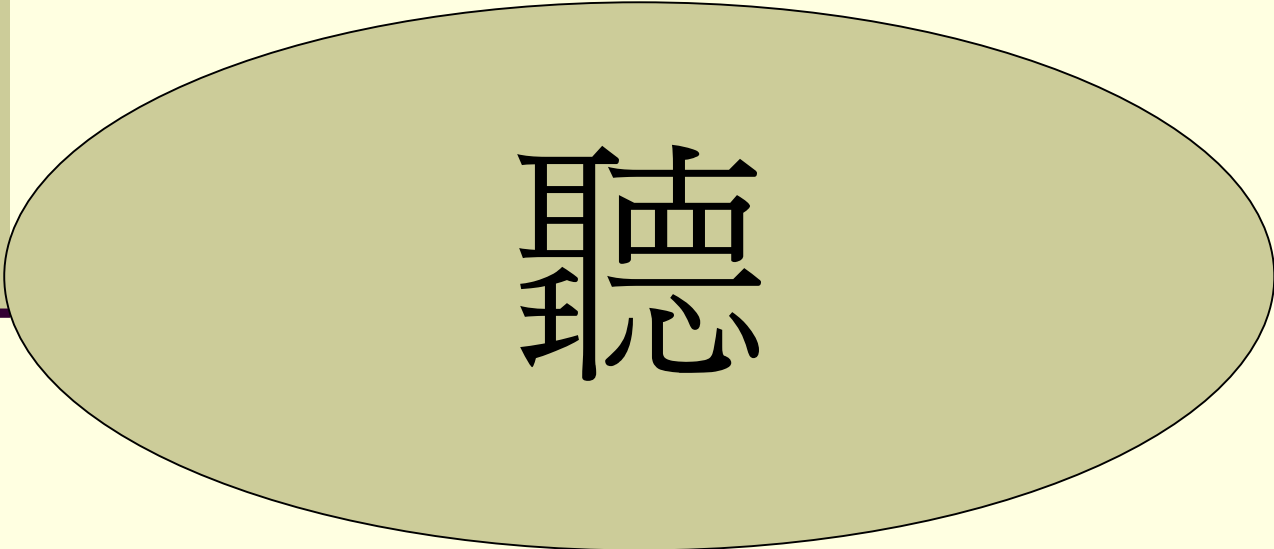
看

聽

行



傾聽：不只是聽見



聽

聽之以耳
(話語肢體)

聽

耳止於聽心止於符
氣也者虛而待物則也
(莊子。人間世)

聽之以氣
(虛空臨在)

聽之以心
(身心俱足)

父母的反思

- 沒有比為他好，更恐怖的藉口

(真是為孩子好，不是單向強制，是雙向互動與調整)

- 把自己的橋修好，是世界上最重要的事

(修好自己的橋，就有面對外在壓力的力量和勇氣)

- 你是這個世界上，最聰明的孩子

(在絕望中給信心，在迷茫時看見自己的優勢)

- 人生就像射箭，夢想就像劍靶子

(不要逼著孩子趕路，需要停下來想一下夢想，真正的箭靶在哪裡?)

- 孩子都有一個神奇的感受器

(家長的言傳身教，都會影響孩子)

- 對不起，爸媽也是第一次做爸媽

(坦誠相待，願意道歉，我們願意和你們一起成長學習)

(修改自銀河補習班內容)

獅子王裡的感悟與學習

- 你弱時，壞人最多
- 慾壑難填的人，終將會自食惡果
- 孩子，你永遠是父母的軟肋
- 孩子，犯錯不可怕，可怕的是一錯再錯，重蹈覆轍
- 好聽的話，不一定是「好」話
- 世界上所有的生命，都是在微妙的平衡中生存
- 不要把惡劣的脾氣留給親人/越親的人越渴望得到溫柔地對待
- 規則就是規則，誰都不可以例外
- 總有一人愛你如生命
- 每個人都有自己的價值與責任，即便是無名小卒

獅子王裡的感悟與學習

- 過去也許是不堪回首的，你要麼從那裏逃避，要麼從中獲益/不要妄想改變過去(可從中獲益)，能改變的是現在與未來
- 水不試，不知深淺；人不交，不知好壞
- Hakuna Matata(非洲諺語)/無憂無慮，夢想成真
- 當你感受到最孤獨或最痛苦的時刻，也許是成長最快的時候
- 多學一種技能，少求一次他人/培養興趣對生活的熱愛與好奇
- 不要讓自己忘記了當初的野心/辜負了曾經遭遇的苦難
- 你陪我一程，我念你一生/失去的是風景，留下的是人生
- 世界上最大的驚喜就是失而復得

停

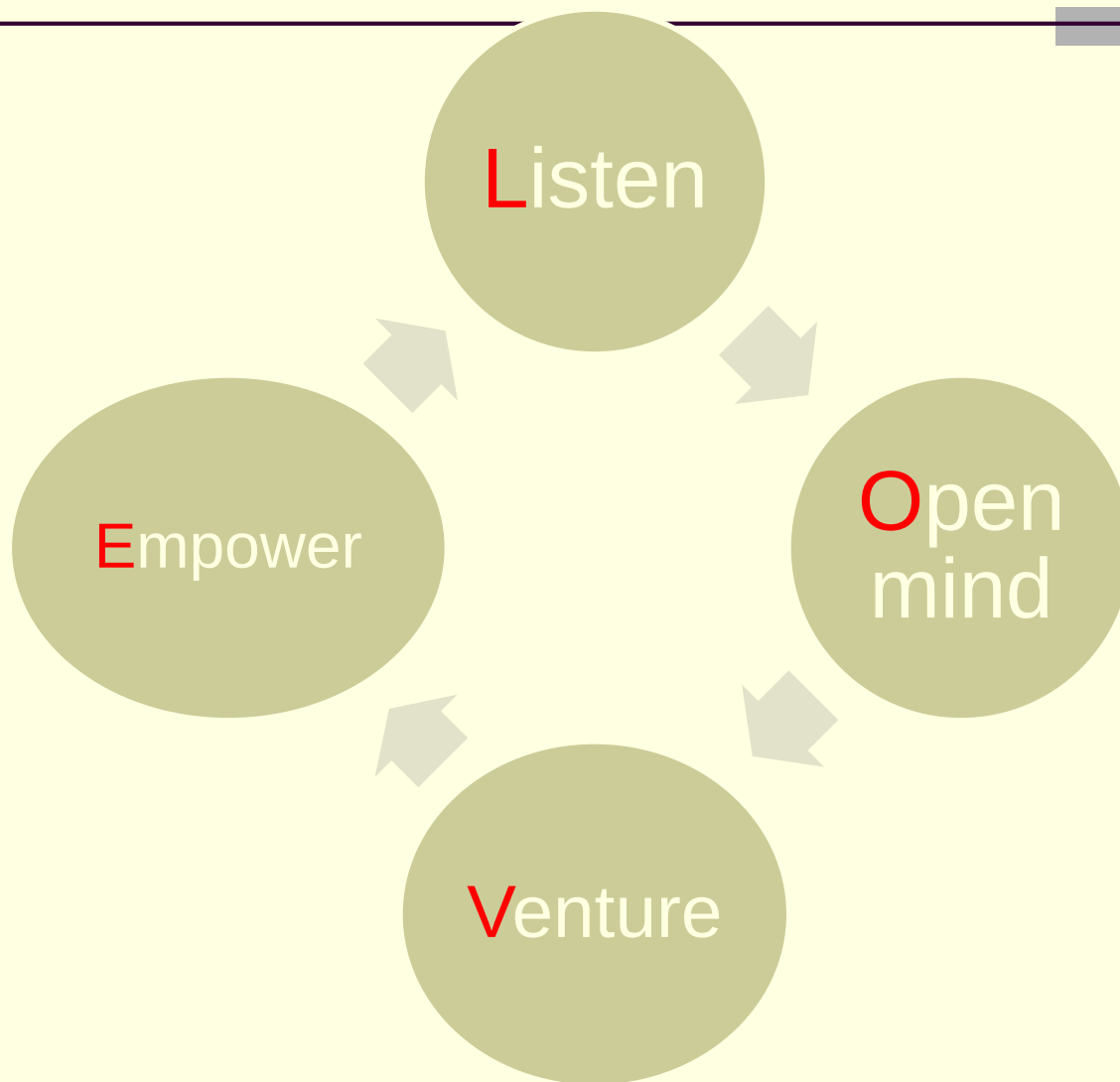
看

聽

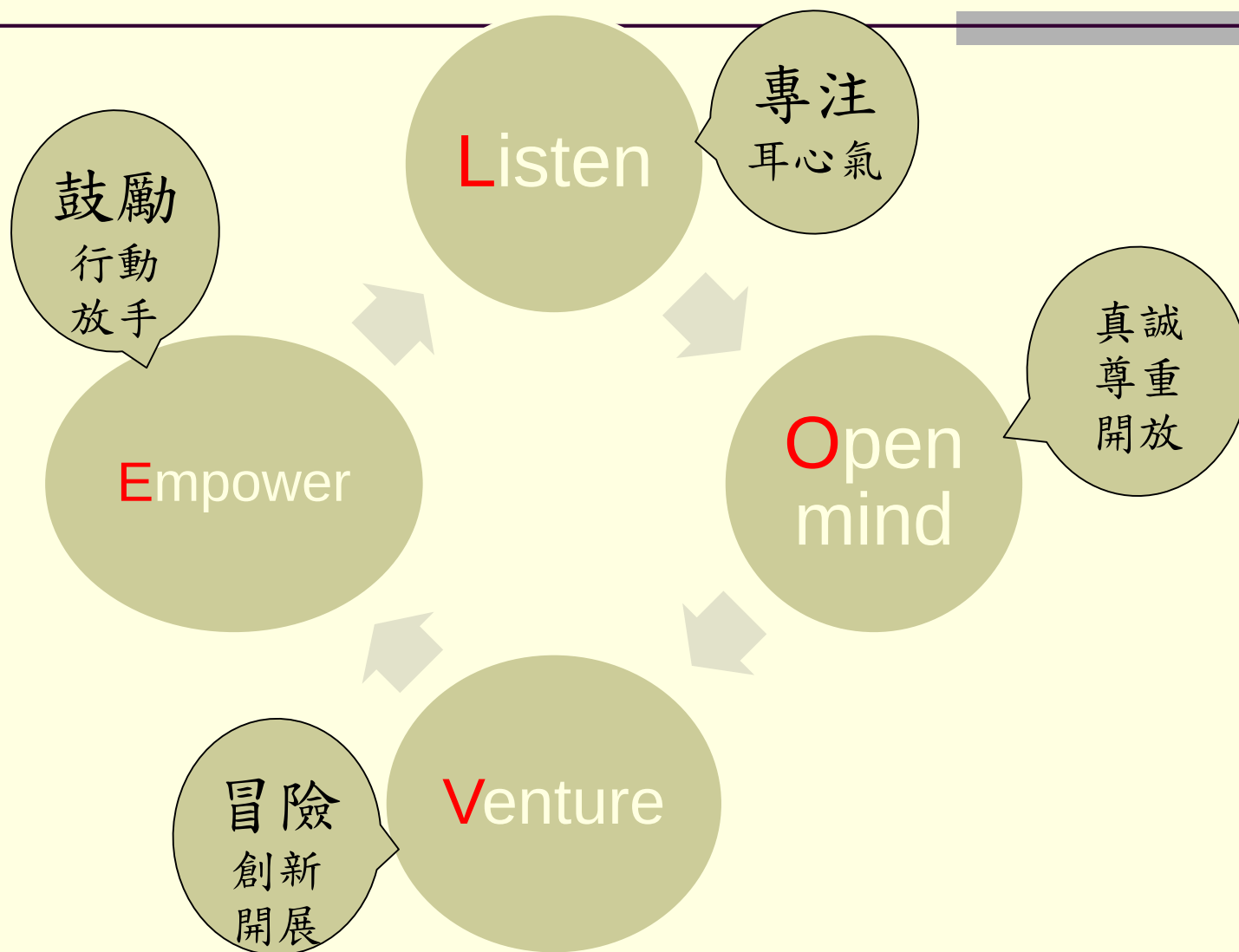
行



愛的陪伴同行



愛的陪伴同行 / 內涵



陪伴同行的道路

歸屬感

親情、友情

愉快感

興趣與熱情

希望感

目標、成就

意義感

建構與重構

青少年適應不良行為原因
無聊、人生沒有目標、生命沒意義

在陪伴孩子同行的過程中
不用自己的高度、思想與視野，去
判斷孩子，而是要和他一起站在同
樣的高度、思想與視野，給予孩子
發展的空間，願意給孩子時間成長
與改變。

（改自師大謝智謀教授）

自律才有自由 / 盛治仁

彭于晏（對自我的要求）

翻滾吧！阿信 / 體操

激戰 / 格鬥、泰拳和鎖技

我在墾丁天氣晴 / 衝浪

海豚愛上貓 / 海豚訓練師

湄公河行動 / 學了泰語、緬甸語和射擊

破風 / 專業賽車手

嚴格自我要求，幾乎每拍一部電影就學會一項新技能。

比爾蓋茲（每年檢核自己）

花足夠時間陪家人？

有沒有學到新東西？

有沒有開發新友誼？有沒有深化舊友誼？

（聯合報A13。108.09.04.）

自律就是知道自己要什麼，而且能夠控制自己的惰性和本性，落實執行。
沒有人喜歡他律，讓別人決定自己該如何生活。

自律比聰明更重要 / 未來家庭(7月)

要做的事

1. 幫助孩子找到動機
2. 身教重於言教
以身作則最重要
3. 與孩子創造安全與信任的關係
4. 即使生活壓力大 無法花太多時間
父母也要自我覺察 盡力陪伴
5. 給孩子足夠、可規劃的時間
包含玩、休息及運動
6. 自律不等於把所有事情都給他做
需要提供思考架構與環境資源
7. 適度讓孩子經驗行為結果
成為未來規劃的參考

不要做的事

1. 不要過度控制
也不要完全不要求
2. 不要用過度長期目標檢視小孩
現在不讀書，以後找不到好工作
3. 不要要求孩子想的要和大人一樣
心理上給孩子足夠的自由

一日浮生 / 歐文. 亞隆

- 只要我們能夠營造一個真誠關愛的環境，來訪者自會找到他們需要的幫助。
- 你並沒有放棄指望過去會變好，但卻為自己寫了一個新的過去，自己走出了一條極為出色的道路。
- 我能提供最有價值的東西，就是我全然活在當下，就只是陪著來訪者，千萬不要想去說些聰明智慧的話語，無需去尋找有力的解釋讓事情改觀。

（歐文. 亞隆著，一日浮生，心靈工坊）

父母/長者
陪伴、同行
放手
讓孩子看見自己的所有

蝴蝶馬戲團

- 這是一部800萬人看過的電影，曾獲得十個影展獎項。
- 影片講述的是在30年代的美國，如果是一個殘障人士，唯一能夠做的就是街頭丑角藝人，
- 力克·胡哲在影片中扮演的就是這個角色，後來他找到人生的真諦，知道自己的價值比世人認為的更高。
- [hxxp://www.youtube.com/watch?v=s0N-9FpDEys](http://www.youtube.com/watch?v=s0N-9FpDEys)

反思與統整

- 今天講座之心得（三個）
- 對自己說一句話
- 最想告訴家人的一句話
給小孩的一句話