

## 目錄

推薦序 (張瑪莉)	006
作者序言	007
<b>第一章 做個滿分父母</b>	009
1 當孩子說：為甚麼我會生在這個家？	010
2 當孩子說：你們認為愛護我，我覺得是在害我！	012
3 當孩子說：我都有付出的，不要老是拿我與別人比較！	014
4 當孩子說：沒有爸爸在身邊的日子怎麼辦？	016
5 當孩子說：可否給我一點尊重？	018
6 當孩子說：我厭倦你的大道理！	020
7 當孩子說：你們為何對我忽冷忽熱？	022
8 當孩子說：不要剝奪我的自主權！	024
9 當孩子說：媽媽，我病了，你知道嗎？	026
10 當孩子說：你可以順我一次意嗎？	028
11 當孩子說：你言而無信，我很失望！	030
12 當孩子說：我真的很笨嗎？	032
13 當孩子說：還我私隱權！	034
14 當孩子說：你們又說會用多些時間陪我？	036
15 當孩子說：我要獨立，我不要做「裙腳仔」啊！	038
16 當孩子說：我們有代溝！	040
17 當孩子說：我真的那麼討厭嗎？	042
18 當孩子說：爸爸，你不幫我，誰幫我？	044
19 當孩子說：為何總是我的錯？	046
20 當孩子說：為什麼「叉燒」會比我好？	048
21 當孩子說：請不要再和我說對不起！	050
22 當孩子說：你發脾氣令我很難受！	052
23 當孩子說：我給你們添了很多麻煩嗎？	054
24 當孩子說：食鹽多過我食米又如何？	056
25 當孩子說：爸爸，我鄙視你！	058
26 當孩子說：又不是我錯！為甚麼要打我？	060
27 當孩子說：還我自由，我不是籠中鳥！	062
28 當孩子說：你憑什麼要沒收我的東西？	064
<b>第二章 給孩子美滿家庭</b>	067
29 當孩子說：我是不是你們的兒子？	068
30 當孩子說：我不要繼母！	070
31 當孩子說：媽媽跑了，她不再理會我們嗎？	072
32 當孩子說：媽媽，我們不再相依為命了嗎？	074
<b>第三章 輕鬆學習與校園生活</b>	093
41 當孩子說：難道我們除了功課便沒有話題？	094
42 當孩子說：你們為何不關心我逃學的原因？	096
43 當孩子說：對不起！我沒法面對你們！	098
44 當孩子說：為什麼要丟我去寄宿學校？	100
45 當孩子說：我不能再留在這間學校了！	102
46 當孩子說：同學看不起我！	104
47 當孩子說：我害怕獨居兒往美國升學。	106
48 當孩子說：為何同學要視我為害群之馬？	108
49 當孩子說：我不上學去！	110
50 當孩子說：我的運動鞋是全班最Cheap的！	112
51 當孩子說：我完了！	114
52 當孩子說：應付考試令我很沮喪！真想了結自己。	116
53 當孩子說：男孩子可以轉讀女校嗎？	118
54 當孩子說：讀書有何用？還不如做大明星富貴！	120
55 當孩子說：我想做學徒！	122
<b>第四章 培養良好品德</b>	125
56 當孩子說：我不能再給人欺負！	126
57 當孩子說：我信錯你！	128
58 當孩子說：為何你不相信我？	130
59 當孩子說：我不夠帶錢才偷東西！	132
60 當孩子說：大人又如何？	134
61 當孩子說：我要報復！	136
62 當孩子說：我以後不會再做好心人！	138
63 當孩子說：酒醉後真的可以解千愁？	140
64 當孩子說：為何我會這樣情緒化？	142
65 當孩子說：你們令我「自閉」！	144
66 當孩子說：我就做個野孩子！	146
<b>第五章 令孩子快樂成長</b>	149
67 當孩子說：我討厭自己是女孩子！	150
68 當孩子說：我希望永遠不要長大！	152
69 當孩子說：生在這年代的孩子很辛苦。	154
70 當孩子說：為何我們這麼窮？	156
71 當孩子說：我不想睡覺，我害怕噩夢！	158
72 當孩子說：讓我去一次日本迪士尼樂園好嗎？	160
73 當孩子說：你為何生得我這樣醜？	162
74 當孩子說：我受夠了！	164
75 當孩子說：求求你，我想養一頭貓。	166
76 當孩子說：我不想再學小提琴！	168
77 當孩子說：救救我，「多啦A夢」！	170
78 當孩子說：懂得玩十三章就可以贏錢嗎？	172
79 當孩子說：小白兔，你死了我怎麼辦？	174
80 當孩子說：男孩子學芭蕾舞會給人笑嗎？	176
81 當孩子說：參加織體計劃真的可以減肥嗎？	178
82 當孩子說：讓我學吹色土風，好嗎？	180
83 當孩子說：我好奇怪！有人幫我嗎？	182
<b>第六章 盡解青春煩惱</b>	185
84 當孩子說：我是不是在談戀愛，應該怎麼辦？	186
85 當孩子說：我失戀了！	188
86 當孩子說：為什麼不可以看沒穿衣服的漫畫書？	190
87 當孩子說：我吻了他，以後會怎樣？我很害怕！	192
88 當孩子說：媽媽，我很害怕月經來的日子！	194
89 當孩子說：我們親密了，怎算好？	196
90 當孩子說：為何我喜歡偷窺女同學更衣？	198
91 當孩子說：我給男同學性騷擾？	200
92 當孩子說：我和女友同居可解決問題嗎？	202
<b>第七章 解開交友心結</b>	205
93 當孩子說：我真的很用錢買友誼？	206
94 當孩子說：我被朋友排擠！	208
95 當孩子說：我交上不良分子？	210
96 當孩子說：爭奪第一真的那麼重要嗎？	212
97 當孩子說：朋友說我是膽小鬼，我很難堪！	214
98 當孩子說：我的朋友是損友嗎？	216
99 當孩子說：朋友說吸煙可增加靈感是真的嗎？	218
100 當孩子說：我不用你管！	220
<b>附錄 提升解孩子心結能力大測試</b>	222

## 目錄

33 當孩子說：同學歧視我是單親孩子！	076
34 當孩子說：給我一個妹妹好嗎？我好孤單寂寞！	078
35 當孩子說：我與非傭合不來！	080
36 當孩子說：我好想搬回和口口住！	082
37 當孩子說：我一個人生活好苦悶！	084
38 當孩子說：離家出走是我唯一的一條路嗎？	086
39 當孩子說：媽媽，我恨你！	088
40 當孩子說：我可以為你們分憂嗎？	090
<b>第三章 輕鬆學習與校園生活</b>	093
41 當孩子說：難道我們除了功課便沒有話題？	094
42 當孩子說：你們為何不關心我逃學的原因？	096
43 當孩子說：對不起！我沒法面對你們！	098
44 當孩子說：為什麼要丟我去寄宿學校？	100
45 當孩子說：我不能再留在這間學校了！	102
46 當孩子說：同學看不起我！	104
47 當孩子說：我害怕獨居兒往美國升學。	106
48 當孩子說：為何同學要視我為害群之馬？	108
49 當孩子說：我不上學去！	110
50 當孩子說：我的運動鞋是全班最Cheap的！	112
51 當孩子說：我完了！	114
52 當孩子說：應付考試令我很沮喪！真想了結自己。	116
53 當孩子說：男孩子可以轉讀女校嗎？	118
54 當孩子說：讀書有何用？還不如做大明星富貴！	120
55 當孩子說：我想做學徒！	122
<b>第四章 培養良好品德</b>	125
56 當孩子說：我不能再給人欺負！	126
57 當孩子說：我信錯你！	128
58 當孩子說：為何你不相信我？	130
59 當孩子說：我不夠帶錢才偷東西！	132
60 當孩子說：大人又如何？	134
61 當孩子說：我要報復！	136
62 當孩子說：我以後不會再做好心人！	138
63 當孩子說：酒醉後真的可以解千愁？	140
64 當孩子說：為何我會這樣情緒化？	142
65 當孩子說：你們令我「自閉」！	144
66 當孩子說：我就做個野孩子！	146
<b>第五章 令孩子快樂成長</b>	149
67 當孩子說：我討厭自己是女孩子！	150
68 當孩子說：我希望永遠不要長大！	152
69 當孩子說：生在這年代的孩子很辛苦。	154
70 當孩子說：為何我們這麼窮？	156
71 當孩子說：我不想睡覺，我害怕噩夢！	158
72 當孩子說：讓我去一次日本迪士尼樂園好嗎？	160
73 當孩子說：你為何生得我這樣醜？	162
74 當孩子說：我受夠了！	164
75 當孩子說：求求你，我想養一頭貓。	166
76 當孩子說：我不想再學小提琴！	168
77 當孩子說：救救我，「多啦A夢」！	170
78 當孩子說：懂得玩十三章就可以贏錢嗎？	172
79 當孩子說：小白兔，你死了我怎麼辦？	174
80 當孩子說：男孩子學芭蕾舞會給人笑嗎？	176
81 當孩子說：參加織體計劃真的可以減肥嗎？	178
82 當孩子說：讓我學吹色土風，好嗎？	180
83 當孩子說：我好奇怪！有人幫我嗎？	182
<b>第六章 盡解青春煩惱</b>	185
84 當孩子說：我是不是在談戀愛，應該怎麼辦？	186
85 當孩子說：我失戀了！	188
86 當孩子說：為什麼不可以看沒穿衣服的漫畫書？	190
87 當孩子說：我吻了他，以後會怎樣？我很害怕！	192
88 當孩子說：媽媽，我很害怕月經來的日子！	194
89 當孩子說：我們親密了，怎算好？	196
90 當孩子說：為何我喜歡偷窺女同學更衣？	198
91 當孩子說：我給男同學性騷擾？	200
92 當孩子說：我和女友同居可解決問題嗎？	202
<b>第七章 解開交友心結</b>	205
93 當孩子說：我真的很用錢買友誼？	206
94 當孩子說：我被朋友排擠！	208
95 當孩子說：我交上不良分子？	210
96 當孩子說：爭奪第一真的那麼重要嗎？	212
97 當孩子說：朋友說我是膽小鬼，我很難堪！	214
98 當孩子說：我的朋友是損友嗎？	216
99 當孩子說：朋友說吸煙可增加靈感是真的嗎？	218
100 當孩子說：我不用你管！	220
<b>附錄 提升解孩子心結能力大測試</b>	222

## 序

## 推薦序

(張瑪莉)

常言道：「做人父母的感受有如打翻五味架般！」相信這是大多數父母的心聲。在養育子女的過程中，孩子和父母必須共同面對不同成長階段的困難和挑戰。父母扮演的角色好像一顆明燈，在適當的時機，給予孩子正確的教導和指引，讓他們在健康愉快的環境中茁壯長大。

承接上一本書——《收服百獸星100金句》，作者謝淑敏在本書中再次透過個案分析，向讀者展示孩子的心結和難題；從而給父母提供一些具體的解決方法和言行指導，幫助父母與子女更有效地溝通，改善親子關係。

我誠意向父母們推薦這本《解開孩子心結100金句》，這本書將100個個案歸納為7個範疇，包括父母言行、家庭、學業與校園生活、品德、成長、青春期和交友。作者表達的形式，絕不理論化，卻十分注重生活化和非常充實。如果能以期待的心情去閱讀，就能從精簡流暢的文字中，得口許多驚喜的收穫。

張瑪莉

## 作者序言

## 如何解心結？

在我寫前一本《收服百獸星100金句》時，有些家長問我，為何他們的孩子總有解不完和解不開的心結？好不容易才解開一樁，但很快又有另一樁，天天新款，令他們疲累不堪！他們自問已是十足十的好爸爸好媽媽，怎知到頭來還是要換來一身挫敗感？

其實，不少常認為自己是愛孩子的好父母，往往自以為對孩子做到百分百的關懷、呵護備至、體貼入微，為孩子的未來預鋪了一條康莊大道等等。這一廂情願的想法，只不過是從父母的角作出發點，因應他們望子成龍的期盼，也就不自覺地要求子女成為傑出完美的優才生。實際上，家長們只是以單向方式對孩子「做到關心」，而忽略了用認真態度去感受孩子內心的聲音，輕視了最關鍵的「用心關心」這個重點。

無可置疑，子女因為不斷受到父母的「鞭策訓練」，縱使達到家長們的要求，但其實孩子們不停在累積口因「鞭策訓練」而產生的負面情緒，承受口越來越不快樂、越來越欠缺自信的困擾。所以，當父母認為「做到關心」時，實際上已跳跨了「要怎樣關心」及「要如何關心」這雙向的互動溝通行為，更漠視了孩子的內心感受，使孩子深藏的心結永遠無法解開，從而衍生出很多複雜的行為問題。

基於此，在構思《解開孩子心結100金句》時，首先考慮的是要與這些孩子作真情對話，才能打開他們的心窗。因此，這本書便由孩子的心聲故事作為主導，全書共搜集了100個孩子的心聲，藉此反映出他們的心結所在，讓父母可從不同角度去了解孩子的心中所想、心中所需和心中所感；同時也提供了具體的解決方法和言行指導，希望能給家長們參考。

古語有云「愛人者人恆愛之，敬人者人恆敬之」，為人父母者若能以此作為借鑒，相信孩子與你也可在互愛互重的情況下互相溝通、互相體諒，建立健康快樂的人生。

謝淑敏