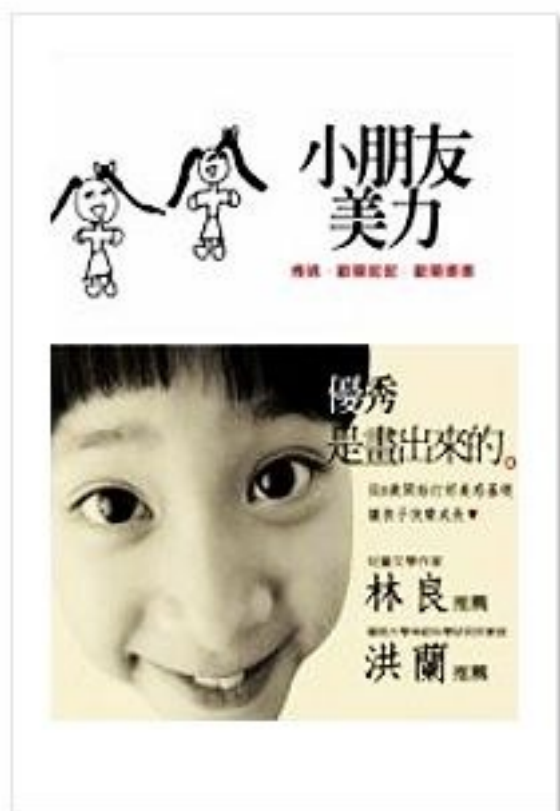


小朋友美力



[小朋友美力_下载链接1](#)

著者:傅娟/ 歐陽妮妮/ 歐陽娜娜

出版者:大塊文化出版股份有限公司

出版时间:20060801

装帧:

isbn:9789867059307

見過歐陽龍、傅娟夫婦女兒的人，一定會對妮妮、娜娜、娣娣這三個女兒兼具個性、氣質，彬彬有禮且態度大方留下深刻印象，她們活脫脫就是《小太陽》中櫻櫻、琪琪、瑋瑋的翻版。妮妮目前就讀美術班，小小年紀就曾獲數個美術大獎，並且演出舞台劇、擔任大愛新聞小主播；娜娜更是人見人愛的小天使；娣娣小小年紀就知道自己要什麼。

大家一定很好奇，傅娟是如何教育小孩？

他們的親子互動又是什麼方式？

自從結婚生子之後，傅娟將全副精力放在女兒身上，為了不錯過孩子的成長，她辭去大部分的演藝工作，選擇當個有時間陪孩子的媽媽。不但親自陪著女兒上學、上才藝班，甚至為了更了解兒童教育，還曾到文化大學兒童福利研究所學分班進修。

本書有女兒妮妮、娜娜的美術作品，還有傅娟的教育親子觀：如何培養孩子對美的鑑賞力、如何陪伴孩子學美術和音樂、如何教導孩子金錢觀、讓孩子自行精簡看電視時間的妙法、怎麼不用負面情緒跟孩子有效溝通、什麼是蒙特梭利教育、怎麼幫孩子拍照最好看……故事娓娓道來，充滿溫馨動人的感情。

孩子是父母的鏡子

總有某一個時刻，你會發現孩子的行為就是鏡子另外一頭的你。我們在無意間的舉動，自己並沒有發覺，卻會被孩子當作模仿的榜樣，尤其在動怒發脾氣的時候，不管是生氣的表情、語氣，甚至眼色，孩子都會經由模仿而學會，只要想到這裡，十次中有七次我會選擇停止，不讓脾氣繼續下去。可惜人畢竟是人，另外三次我依然會動怒抓狂。

日常的瑣事是磨損親子感情的最大元兇。

「你的功課到底寫完了沒？」

「你怎麼還沒有洗澡？」

「你的牙刷了沒？」

「你怎麼動作這麼慢？」

這些話不經思考、不假思索源源不絕從我的嘴巴裡跑出來，簡直不能想像自己怎麼會變成一個這麼嘮叨的媽媽，而女兒也變成了不耐煩的孩子。

光是每天叫女兒起床就是個大工程。做母親的總是疼愛自己的孩子，想讓她每天多睡一點點。可是每天晚上孩子一定東摸西摸拖拖拉拉不肯準時就寢，等到第二天起來，不到最後一秒鐘又捨不得叫她起床。其實我大可以提早一個鐘頭叫她起床讓她摸個夠，但是天下父母心，就是捨不得。每一個小小的細節都想為子女多設想一點，但出於愛的捨不得卻造成了親子之間的不愉快。有一次我叫孩子起床的時候氣得脫口大罵她不負責任、沒有擔當，罵了一陣後氣得自己回到床上不理她，過了一會兒她要出門上課，又到我床邊輕聲細語地跟我說：「媽咪掰掰！」我當下立刻後悔不已，孩子是如此的純真，且又不是犯了什麼大錯，我何必用這麼嚴苛的標準要求她，把自己的情緒加諸孩子身上。

很多時候事件本身反而沒有那麼重要，最令父母難以忍受的是子女的態度。我還記得第一次遭到孩子白眼的時候，腦海中只浮現三個字：「現世報」！越愛孩子的父母越不能接受子女對父母的反擊。沒有人希望自己是個抓狂的媽媽，但是有時候就是忍不住。發脾氣的表情會遺傳，動怒的時候，我會想起小時候媽媽生氣的表情；而女兒對我發脾氣的時候，我又在她們身上看到了我自己。

以前的時代，父母很難得有機會跟孩子談心。我家有四個小孩，我排行老大，一般父母對老大管得一定比較嚴，我跟我媽媽只差二十二歲，而我跟我最小的弟弟只差四歲，也就是說，她在二十六歲的時候已經生了四個小孩。當時我父親正在創業開貨運公司與清潔打蠟公司，她一肩打理公司業務，招呼公司員工，還得帶四個年紀不同的小孩。我的媽媽是山東人，山東人直來直往的個性，造成我們母女之間不少摩擦，很多人的家庭都是由媽媽扮黑臉、爸爸扮白臉，我們家也不例外，有一次我們母女倆吵架吵得太嚴重，

媽媽還打電話叫爸爸回家勸架。其實我跟我自己的母親感情極好，卻常常為了這些日常生活的瑣事彼此爭吵，讓兩人都不愉快，真是太不值得。

想到這裡，我開始試著從孩子的立場思考。父母要能懂得反省，懂得站在孩子的立場想，因為我們也是這樣走過來的。如果你不能站在他們的立場去想的話，你不了解他們在想什麼，就會變成他們討厭的人。當你指責孩子的時候，你就忘記了小時候的自己。面對女兒的時候，我既是我現在的自己，又是小時候的自己，同時我又是我現在的媽媽與我以前的媽媽，這四者造就了現在的我。在這樣的過程中，透過反省童年時期我跟母親的關係，對照我現在對待我女兒的方式，才能透視清楚親子間正確的相處方式。動怒都是一時衝動，一時衝動會使人說出一些傷人也傷自己的話，在這樣的過程中，只有情緒性地互相傷害，無法達成有建設性的目的。儘量讓自己想清楚方法與目的，想清楚再面對子女，不要用情緒面對孩子，才能有效溝通。

孩子需要知道「為什麼」，以前小的時候，我們就是因為不了解媽媽的愛，所以對媽媽有許多抱怨。為了讓女兒了解我的用心，後來我特別找了一個時間，在愉快的氣氛下跟她溝通，告訴她媽媽是因為捨不得減少她的睡眠時間，所以才會這樣不斷地提醒她、催促她。在聊天的過程中，我也了解到孩子的時間觀念與大人不同，如果我在氣頭當下一味地大呼小叫，總有一天會讓孩子覺得自己有個煩人的媽媽，而媽媽會認為自己有個叛逆的小孩。

唯有透過溝通與了解，孩子才會有懂得的一天。

作者介绍:

傅娟

知名演員，與愛情長跑多年的電視明星歐陽龍婚後生下三個寶貝女兒，妮妮、娜娜與娣娣。民國87年以義工媽媽般的熱心形象當選台北市德安里里長，現任飛碟電台「生活大師」及東森綜合台「巧婦當家」節目主持人，以及《媽媽寶寶》雜誌專欄作家。

目录:

[小朋友美力_下载链接1](#)

标签

欧阳娜娜

音乐

评论

照片很可爱。

可爱的娜娜鸭

[小朋友美力_下载链接1](#)

书评

[小朋友美力_下载链接1](#)