

進德溫馨園

臺中市東區進德國民小學

校園電子季刊

2012 / 10月

本期主題

家庭教育【輔導專題】

本期為家長提供如何讓孩子喜愛閱讀、要如何用言語讚美孩子的方法，精采內容請別錯過！

發行人·施瑤娟

執行編輯·輔導室

出版者·臺中市東區進德國民小學

地址·臺中市401東區進化路135號

孩子不愛閱讀怎麼辦？

這幾年，閱讀是王道，很多媽媽都知道，孩子從小讀繪本、聽故事，父母也要陪他共讀。如果就此斷定，孩子會愛上閱讀，您從此高枕無憂，似乎又太過樂觀。在教學現場，不少老師、家長反應，升上中高年級，有些孩子就是不愛書，拿到文字書，看沒幾頁，立刻跟周公點頭聊天。「也許我的孩子不喜歡看書！」他們說得理所當然，因此下了結論。

不！絕不！不能輕易投降！別急著把這句評語套在孩子身上。心理學上有個比馬龍效應，孩子被期望的高低，影響成就的好壞。父母對他有高度期待，孩子就會表現出高度才能；反之，常罵孩子笨，他就會愈來愈呆。如果你覺得孩子不愛看書，他會順理成章的認為：「我真的不愛閱讀，因為連我媽都這麼說了。」為了去掉這負面效應，請先從你的心態做起，改口把這話放在心上：「我的孩子是熱愛閱讀，只要我找到他的興趣所在。」

孩子熱愛閱讀？不信？你問男孩子，她們想不想看連線遊戲的破關秘笈？問問女孩子，對星座書籍有沒有興趣？十之八九，小朋友都很有興趣，他們當然愛閱讀，如果我們找到適合的書的話。

「我們今晚來讀書！」

很多家長送孩子去補習，像是英文、跳舞、鋼琴，好像補習了，孩子自然什麼都會好了。所以，一說到閱讀，大家都知道它重要，但是，孩子不愛閱讀呀，怎麼辦呢？於是，很多家長第一個念頭就是找補習班，可惜，目前還沒有閱讀才藝班，有的爸媽因此轉念把小孩送去寫作班，結果，害的本來就怕翻書的孩子，現在連寫作都討厭了。

讓閱讀在您心目中提昇地位是首要之務。想想，小朋友舟車勞頓去補習的時間有多少？回家後寫功課的時間有多少？他們的休閒時間幾乎全被這些佔滿了，哪來得時間讀課外書？想要孩子喜歡閱讀，請把閱讀正正經經當一回事。先在家裡替書本找個溫暖的家，陪孩子一起打造適合閱讀場所。每天挪出時間，讓電視、電腦休息，請出書本陪伴孩子。常常陪孩子去圖書館，帶孩子捐幾本書給圖書館，陪他參加義工活動。

每個月，和孩子去逛逛書店，讓他挑選喜歡的書，擁有自己的書。甚至有可能，陪孩子去參加讀書會，不管是親子讀書會還是兒童讀書會，那都是接近書，與人談書的好方法。因為您的努力，府上將充滿了書香，孩子的生活不在無趣。如果這幾點都做了，孩子還是不肯讀書，那麼，千萬別放棄，底下的方法，希望對您有所助益。

有興趣肯讀書

「我們小薇從小就愛花，校園裡的每一種花，她都認識。」說這話的家長多自傲，躲在一旁的孩子，嘴角是愉快的往上翹。孩子需要受肯定，可是家長通常很謙虛，人前吝於給掌聲和鼓勵。您家的孩子什麼特別厲害，相信父母都清楚，鼓勵閱讀從這裡來。孩子喜歡跑跑跳跳，對運動有興趣，那很好，說不定是喬丹第二，飛人喬丹這本書他看了沒？她喜歡拆東西，家裡的機器都被他拆光了，恭喜你，未來的福特絕對來自府上，

摘自《做孩子的學習好夥伴》 王文華 著

快去買本福特傳送他吧。

我曾教過一個孩子，功課不好，書也看不下，卻只喜歡後校園那一堆落葉。後來發現落葉堆裡有獨角仙幼蟲，他家那瓶瓶罐罐，全是他的寶。我靈機一動，介紹他讀法布爾的繪本，他讀完意猶未盡，後來法布爾的書全被他借回家啃光光，還說長大要讀生物系。誰說他不愛閱讀了。從小朋友的興趣開始找書，在人前稱他，他會很高興，覺得父母了解他，遇到相關的書籍，必然願意花時間鑽研。再送上他一本相關的書，帶他參加營隊，找機會讚揚他，很多偉大的人物，就是這樣一路上來的。

讓閱讀變具體

「好棒哦！他讀完的書，已經比他的身高還要高了耶。」親子讀書會時，我們有個家長這麼說。大家熱烈鼓掌，那個閱讀等身的孩子，笑的好靚靚，表情好驕傲。沒有閱讀習慣的孩子，可以採用循序漸進的方法，培養他的習慣。現在很多出版社都推橋樑書，一本書約在三至五千字左右，很適合小朋友一天讀一本。

一天讀一本，小朋友會很有成就感，把他讀過的書疊在牆邊做紀錄，加上日期，書目，就是孩子成長的記錄呢！這樣的智慧量表，具體又簡單，和挑戰電動一樣有趣。太厚的書怎麼辦？可以從每天讀十分鐘開始。一般人一分鐘可以讀到三百字左右，十分鐘就是三千字，買個計時器，或是播音樂計時，孩子在這段時間閱讀，日積月累，不知不覺，讀完了幾本書後，閱讀的習慣也養成了。

激將法也很好用：「十二頁耶，我猜你今天讀不完？」多數小朋友都會想試試看，然後他們會發現，不難嘛，只要幾分鐘，就看完了呀。好奇的孩子還會急著想知道結果，結果就把書一口氣看完了。在教室，可以用同儕力量，大家一起閱讀，在家裡，最好訂一段書香時間，只要大家都在看書，再坐不住的孩子，這十來分鐘的時間，總還是能讀的。前提是，您也得抽空下來，陪他，也讓自己充電。

旅行也是閱讀

「今年的暑假全家想出去玩，你來設計行程好不好？」孩子一聽這種提議，少有說不好的。閱讀書本與讀大地同樣有吸引力。把週休二日的旅行交給孩子去規劃，孩子就必須讀地圖，找書，上網尋資料。有一年我帶畢業班，那年恰好讀到少年噶瑪蘭，因為這本書牽涉到宜蘭的人文地理，又是古今交錯的文章，小朋友很認真拿地圖去找書上出現過的地名，後來我加了一本《八歲一個人去旅遊》，兩書相對照看，小朋友對宜蘭更熟了。

畢業旅行時，我們真的去宜蘭，坐火車耶，小朋友一站站細數，大里天公廟、烏石港、宜蘭和羅東，每一站他們都很好奇，張大眼睛，把書中的想像和現實相對照。本土書籍裡，與地理、歷史相關的故事書真不少，下回出遊，交給孩子規劃行程吧，您當然可以要求，必須是書上曾出現過的景點，玩起來更有深度哦！



剪報學閱讀

「媽媽很忙，你可以每天幫我剪一則美食的報導嗎？」再不愛閱讀的孩子，聽了這段請求，總會很高興的說好，因為，是媽媽請他幫忙耶。有的家長會幫孩子訂報紙或雜誌，讓孩子有屬於自己的刊物。如果擔心這樣的刊物讓孩子壓力過大（每天一定要看完的壓力），那麼，也可以從家中現有的刊物剪報。小朋友很喜歡幫父母的忙，尤其是能證明能力的事，他們通常都很樂意。

找一份報紙，請孩子每天「幫」您挑文章剪下來。為了「幫」您挑文章，他至少要讀標題，大概看一下內容，無形中，孩子會讀到了許多新知識。把夾報的廣告單裁成相同大小當剪報單，單張沒負擔，日後方便分類，留個裝訂線，一陣後就能集結成冊。當然，您也可以選個主題請孩子找。例如：蒐集旅行、美食、科技或文化活動報導。事後別忘了稱讚孩子的眼光

不錯，挑出好文章，獎勵孩子最好的方法，不如照著簡報內容去旅行、去吃美食，在告訴大家，這是孩子挑出來的哦。您說，孩子會不愛閱讀嗎？

再多錢也不換的親子時間

有深度的書，絕對要有人來帶，孩子不是會認字就能自己看懂書，很多閱讀技巧，歷史典故，還是要父母來口耳相傳。最近，我每個晚上念水滸傳給女兒聽，她雖然三年級，也有不錯的閱讀能力，但是，古典文學裡的字詞依然艱澀（注音版刪掉太多原著趣味），不怕，一天念兩回，偶爾讓她自己看一回，她讀得津津有味，連我也重溫一遍童年，整天都期待與孩子在書香中相會。

好書值得讀給孩子聽，試試看，朗讀過的書，會變成您與孩子的話題，更會讓孩子永遠愛上這本書，記得您和他相處時的甜蜜時光。這樣快樂的閱讀經驗，親子時間，可是花再多錢，都買不到的呢！

異國料理一點通 ★★★ 涼伴青木瓜絲 ★★★



所需要的材料（此份量約3-4人份）

青木瓜...1/4 個（約 200 克）
長豆（菜豆）...1 根（30 克）
薑、蒜、辣椒、香菜...末各少許
蝦米...1 大匙
花生米...1 大匙

調味料

魚露...2 大匙
檸檬汁...3 大匙
糖...1 小匙

【做法】

1. 青木瓜切細絲（或以刨絲器刨絲），長豆切段，蝦米泡軟洗淨。
2. 除青木瓜絲外的全部材料與調味料，全部放入大鍋中，以桿麵棍或乾淨的瓶子敲打材料椿碎，再將青木瓜絲加入續椿至材料均勻即可盛盤。

康健小祕訣：椿搗可讓青木瓜快速入味，又保有爽脆口感。

熱量 (kcal)	328.7	蛋白質 (g)	21.6	脂肪 (g)	9.3
醣類 (g)	39.8	纖維 (g)	6.4	鈣 (mg)	240.5
鐵 (mg)	2.2	鋅 (mg)	1.4	維生素 C (mg)	263.6

如何用言語讚美孩子？

當你讚美孩子時，要確定你的讚美是有意義的。當你在讚美孩子的時候，請務必將謹記以下幾點於心：

做就對了

我算是不吝於讚美孩子的人了，不過，以前我也都會在讚美孩子前再三思考是否有在正確的時間裡、針對正確的事情來讚美孩子，但現在，我的建議是不要考慮太多，先做就對了。有些父母很害怕萬一太常讚美孩子，反而會招致孩子對讚美的冷感。其實只要是真心誠意的，就算每天都讚美，也不會造成對孩子的過度讚美。

讚美要具體

讚美的內容更具體，才會讓孩子覺得更真誠，也更有效力。用具體的話讚美孩子，可以增加對他評價的誠意，也能幫助他正確地了解自己做了什麼正確的事。你可以告訴孩子說：「謝謝你幫忙掃地擦桌子」，這麼說能讓孩子了解自己正在做的事情是種正面行為。你這麼說，會比說：「你今天表現得很好」更有效。又譬如說：「謝謝你今天陪弟弟玩玩具」會比說：「你今天很乖」要來得更好。

越快讚美越好

在你看到孩子做出正面的行為時，要儘快讚美他。你拖得越久才讚美他，越會影響孩子往後再做出這種行為的欲望和動機。當然，有時你可能錯過了讚美孩子的黃金時間，特別是你剛開始運用這種技巧時。不過，你還是可以告訴他：「我是認真的，我有注意到你今天陪弟弟一起玩玩具，你真的很體貼。」

不同年齡讚美方式有異

對年齡很小的孩子，在口頭讚美的同時，最好可以給他一個吻、一次擁抱或者其他的身體接觸；而對大一點的孩子，表揚的方式則可以含蓄一些，父母可以寫一些小紙條夾在他的書裏，或心領神會地向他眨眼睛，或豎起大拇指表示自己已經注意到他的好表現。總之，家長應不斷地嘗試，留意哪一種讚美方式，對自己的孩子最有鼓勵作用。

因此，行動準則是家長若想要孩子按照一定的行為方式去做，就必須肯定孩子積極的一面，鼓勵他繼續往好的方面發展。然而，「讚美」需要技巧，若方式不當，可能會適得其反。

把握讚美時的感情濃度

讚美時，爸爸媽媽的感情流露要「冷熱」適宜。有些家長在孩子稍微有點進步時就欣喜若狂，讚不絕口，久而久之，必然讓孩子產生驕傲心態；還有的家長儘管已看到孩子有很大的進步，但為了防止孩子驕傲，他們會按捺住內心的喜悅，在語言、行動上顯得冷淡，經常這樣的話，必然會挫傷孩子的進取心。正確的方法是：在讚美孩子時，儘量做到「冷熱」適度；有時對孩子輕輕的一個微笑，會勝過許多讚美之詞。

讚美及表揚是教育孩子的重要方法，在表揚孩子時，大人一般都要態度熱情，表情親切，孩子自然會感到很高興，很興奮，這種體驗可以加深對成功本身意義的認識，並且願意在以後繼續這樣做。當你想要表揚你的孩子時，不妨試一試以上的絕招，或許會給你和孩子帶來一份意想不到的快樂。

四種不恰當的讚美

- ★不要隨便讚美
- ★不要和別的孩子比較
- ★勿用物質當作表揚
- ★別當面誇孩子聰明

「讚美」不是在評價孩子，而是傳達看到孩子的努力和成長而感受到的喜悅。

在您我 攜手牽引孩子的日子裡
有亮麗的心 有燦爛的笑