



# 名人出書分享

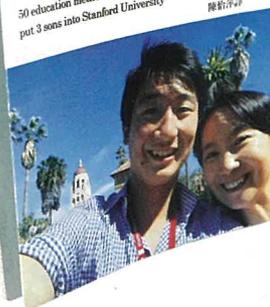
## 點教出

# 名校高材生?

每個父母都有望子成材的心態，著名歌星陳美齡及「十優港姐」麥明詩的母親麥何小娟分別把子女培育成名校高材生，她們今年更不約而同地出書分享培育孩子的心得和經歷，就讓我們來看看她們是如何教出獨當一面的孩子，同時還請來社工分析她們所分享的教育方法。

### 50個教育法 我把三個兒子送入了史丹福

スタンフォード大に三人の息子を  
合格させた50の教育法  
50 education methods from a mother who  
put 3 sons into Stanford University  
陳美齡著  
陳韻萍譯



### 陳美齡 (Agnes) Profile

- 70年代著名歌手，及後到日本發展
- 1978年畢業於加拿大多倫多大學社會兒童心理學系，其後到美國的史丹福大學攻讀教育博士
- 與日籍丈夫育有3名兒子金子和平、金子昇平及金子協平，均先後成功入讀史丹福大學
- 《50個教育法，我把三個兒子送入了史丹福》作者



### 麥何小娟 (Silvia) Profile

- 資深職業治療師
- 曾於香港大學專業進修學院及香港教育大學擔任客席講師
- 育有一子一女，女兒麥明詩於中學會考考獲十優佳績，畢業於劍橋大學法律系，並榮獲2015年香港小姐冠軍；兒子麥明山畢業於香港中文大學醫學院，現職醫生
- 《我的女兒麥明詩——一張白紙到10優的培育經歷》作者



### 我的女兒 麥明詩 麥何小娟著

「白紙到10優的培育經歷」  
「我的女兒」  
「我的女兒」  
「我的女兒」  
「我的女兒」  
「我的女兒」  
「我的女兒」  
「我的女兒」  
「我的女兒」  
「我的女兒」



## 陳美齡 vs 麥何小娟 教子女有乜共通點?

每個孩子的個性各異，教育方法沒有一套標準；但翻閱陳美齡和麥何小娟的作品，發現她們培育孩子的方法有不少共通點。她們都選擇在不催谷、不操練的原則下，從小讓孩子愛上學習，並放手讓他們發展自

己的興趣，逐步培養他們的自信心，讓他們可以勇於面對人生路上的各種挑戰。以下為大家歸納出陳美齡和麥何小娟的教育方法其中的5大共通點，並舉出書中事例，讓各位家長看看是否有值得借鏡的地方：

### 共通點1：啟發學習興趣

**Agnes' Way:** 主張在孩子嬰幼兒時期盡可能給予多感官刺激，從小就讓他們多看、多聽、多接觸、多與人見面，開拓腦部發展，滿足好奇心，讓他們對知識有渴求。孩子自小喜歡學習，就會自動自覺讀書，分數就自然會跟上來。平時會設計一些關於學習的遊戲，例如全家人利用報紙和雜誌，鬥快找出某個字，增加認字的趣味。

**Silvia's Way:** 喜歡在日常生活中訓練孩子，將知識與生活結合，從留意身邊的事物開始，如坐地鐵時會問「火車和地鐵有甚麼分別？」又會叫孩子把數字倒轉背出來，提升孩子的觀察力、記憶力及分析能力，讀書不用死記硬背之餘，也培養出主動學習的孩子。

### 共通點2：重視閱讀

**Agnes' Way:** 在兒子們學會抬頭之前，已經開始躺着跟孩子看繪本故事書；同時她很早教會了兒子日文的平假名，讓兒子約3歲左右已經可以自己看書，自己發掘知識。一家人還會互相交換書看，一起談論書本的內容，營造閱讀氣氛。孩子自小喜歡文字，入學後也不會抗拒看教科書，應付學業自然得心應手。

**Silvia's Way:** 在孩子3、4歲開始，勾起孩子對各種知識的興趣，並告訴他們書本是知識的來源，帶動他們對閱讀的興趣。初開始的時候，會陪伴孩子一起閱讀，漸漸孩子懂得的生字越來越多，便喜歡自己閱讀，範疇也會更廣泛。當孩子接觸的知識層面更闊，對提升成績也有幫助。

**專家點評:** 嬰幼兒階段的感官刺激活動，可開啟兒童的腦部功能發展，有助他們接收外在環境信息後作出合宜的回應，如加強專注、思考反應及協調等能力，對長遠學習發展有很大的幫助。不少香港家庭對孩子過份保護，反而剝奪了孩子的感官能力發展。而這兩位家長都很著重啟發孩子的學習興趣，這是十分良好的做法。其實孩子天生有求知慾，如各位家長能學習兩位媽媽，以有趣的學習方法加以引導，最為理想。

**專家點評:** 發展閱讀興趣是十分重要的一環。閱讀有很多優點，除了能提升孩子的語文能力外，孩子也可從書中獲取豐富的知識，尋找解決問題的方法。另外，如家長選取了合宜的故事，孩子每天沉浸在故事內，久而久之，自然會將故事內的善良、堅毅、寬容、不放棄等信念內化成為個人信念。而且家長從小陪伴孩子看書、讀故事，有助建立良好的親子關係，是孩子自愛及求上進的生存依靠價值。

### 共通點 3：培養自信心

**Agnes' Way：**細心觀察孩子的興趣，並加以拓展，讓孩子展現自我才能，能加強他們的自信心。例如大仔 3 歲的時候展現對烹飪的興趣，便帶他進廚房，讓他幫忙切東西、洗東西，教他做菜；現在大仔已經成為了一個料理高手。只要發現了孩子的興趣，然後用心培養，他們的興趣點會越來越廣泛，對發展自我個性和才能均很有幫助。

**Silvia's Way：**為子女選擇合適的活動，有助建立他們的自信心。由於麥明詩小時候相當缺乏自信心，說話聲音小，也不敢表達自己的意見，所以便為她報名參加話劇訓練，透過參與表演，克服自己的弱點，獲得成功感。加上每逢女兒有演出，她都會抽空出席，給予口頭鼓勵和行動支持，令女兒的自信心漸漸得以提升。

**專家點評：**近年很多學校都提倡一生一體藝，有些家長會詮釋為有一技傍身，才可以進入心儀學校。但其實一生一體藝的真義，是讓孩子有一種沉湎其中，可以感受到心靈觸動和感到喜悅的興趣。而這種經驗就如兩位媽媽所說，能夠讓孩子從中建立自信。這一份自信並非從考獲幾多級琴或多少個獎項而來，就如讓孩子學做料理，完全不會有證書，而是孩子覺得自己喜歡做的事會有家人的支持，做的時候身心舒暢，充滿正能量，自然就能從中認識自我價值，建立信心。

### 共通點 4：不作比較

**Agnes' Way：**「不與人比較」是建立孩子自我肯定能力最重要的元素。由於三個兒子們各有優點，故從來不會對他們說「快向哥哥學習」，而是集中精力增強他們各自的優點，讓他們可以肯定自己的價值，自我價值非來自讀書成績好、外表漂亮、跑步快。而是每人都有其可能性，能成為一個有價值的人。

**Silvia's Way：**大仔小時候口齒伶俐，是親友們的焦點，令當時較文靜的女兒明詩被比下去，感到自卑。留意到這情況後，每次稱讚哥哥的時候，也會找妹妹的優點來稱讚她，亦刻意安排她參加兒童合唱團，是她獨有的活動，讓她在兄妹之間有獨特性，有表現自己的機會，慢慢重拾信心。

**專家點評：**近年凡有孩子最不喜歡家長說話的選舉，通常「xxx 叻過你幾多」這些句子一定上榜。每個孩子能力及長處均有不同，比較是沒有意思。兩位媽媽的不比較心態，加上發展孩子獨特的活動空間，都是讓孩子做回自己的好點子。支持孩子在自己的能力水平中，根據個人能力特質，發展出屬於自己的路，是最好的做法。



麥明詩一直被指是「人生勝利組」，麥媽媽的培育可謂功不可沒。



陳美齡將自己所學的教育理論應用在 3 個兒子身上，最終成功將他們送進了史丹福大學。

### 共通點 5：灌輸不怕失敗的心態

**Agnes' Way：**從小教導兒子如何將失敗轉化為成功的動力。在美國高中與老師進行升學討論的時候，三個兒子都曾經被老師說過：「分數還差一點，可能比較難考入史丹福大學……」正正是失敗挑起了兒子們勇於挑戰的激情，令他們十分努力地提升了考試成績，成功獲得史丹福大學取錄。

**Silvia's Way：**建立樂觀的態度，有助小朋友面對成長中的挫折；而其中一個方法就是不要批評，而是鼓勵他們從失敗中修正過來。麥何小娟說麥明詩在小太空人遴選過程中，鴨仔跳跳得過高，被要求從頭做過；而其體能測試成績也遠遠落後其他參加者，她做完之後便哭了，覺得自己不會當選。但媽媽反過來安慰她，鼓勵她在接下來的部份作加倍努力。結果她在演講環節有超水準表現，成功獲得取錄。

**專家點評：**在人生生命歷程中，智商 (IQ) 往往不及情緒智商 (EQ) 重要。近年香港不幸地發生過很多精英學生因為承受不了壓力而自毀的個案，可見學習智慧如何高，但沒有生活智慧承擔生命中的高低起伏，問題還是有的。陳美齡鼓勵孩子勇於接受挑戰，麥太不批評及重視建立孩子樂觀的態度等，都是發展情商的重要元素。要成功，先要輸得起。

### 在職媽媽的親子相處之道

陳美齡與麥何小娟都是在職媽媽，公私兩忙，仍然能在家庭及事業之中取得平衡，到底他們是如何與孩子相處呢？其實兩位媽媽都深信緊密的親子關係，是培育出自信孩子的根基，因為在愛中成長的孩子，才會對他人產生信任，從而相信自己。

陳美齡在書中寫道，她會濃縮自己的時間，如去髮型屋只剪髮不洗頭、少約朋友見面，凡事以三個寶貝兒子為先，讓他們可以感受到父母為他們傾注無私的愛。麥太一家人每天都會抽時間互相分享生活點滴和感受，她也會讓孩子參與家事的討論和決策，增加他們對家庭的歸屬感。

### 專家寄語

以上兩位星級媽媽都教出了名校高材生，但現時有很多家長在催谷小朋友進入名校時，卻忽略了孩子的興趣及感受。以下是社工陳香君給父母的 4 項提醒，若父母可以做得好，孩子將來定能有理想的發展：

- 1 了解孩子的興趣及特質。
- 2 根據孩子的學習方法選擇學校，讓他們享受學習的過程。
- 3 提升孩子的抗逆能力，讓他們能勇於面對困難，步向成功。
- 4 建立緊密的親子關係，讓孩子感受到父母的愛和重視，才会有生活的動力。SP