

目 錄

前言	iv
自序	viii

親子篇

相處之道此中尋	2
1 要孩子頂呱呱 必須先信任他	2
2 孩子鬧情緒，怎麼辦？	3
3 怎樣化解問題感情之結？	5
4 怎樣贏取孩子的尊敬？	6
5 贏取孩子尊敬的必備條件	7
6 扔掉過時的觀念	9
7 說理不說教	10
8 坐下來容易找	13
9「縱」不是「惜」 「惜」不是「縱」	14
10 愛是不吝嗇時間	15
11 安全感是成功之母	17
溝通得法心連心	18
1 讚賞之道	18
2 正當運用讚賞的方法	19
3 責備孩子新法	20
4 怎樣向孩子說「對不起」？	22

5 「老豆，你講嘢呀？！」—— 與子女溝通	23
6 「優質溝通」示例	26
7 溝通六大原則	27
8 民主、放任、獨裁 —— 談三種家庭模式	29
9 續談三種家庭模式	30
10 開家庭會議	32

育子篇

子女成長父母功	36
1 免生畸型兒	36
2 保護小寶寶	37
3 孩子身體好 功勞在父母	38
4 認識均衡的飲食概念	40
5 校車與校園安全	41
6 交通安全不兒戲	43
7 家長為何會給孩子加壓？	45
8 壓力與減壓方法	46
9 減壓必殺技 —— 一笑置之	48
10 心安之道 —— 不逞一時之快	49
11 心安之道 —— 勇於承擔	51
12 心安之道 —— 忠於真相及保持平衡	52
13 孩子有自尊 百毒不能侵 —— 培養自尊感	53
14 孩子有自尊 百毒不能侵 —— 建立安全感	55
15 孩子有自尊 百毒不能侵 —— 建立自我感	56
16 孩子有自尊 百毒不能侵 —— 建立方向感	57
17 孩子有自尊 百毒不能侵 —— 歸屬感與成就感	59
18 增加孩子自尊和自我效能感	60

動靜興趣宜早種 **62**

- 1 怎樣培養孩子對運動的興趣 62
- 2 生命的意義在於參與 63
- 3 給孩子選一種樂器 64
- 4 參加合唱團 優點數不完 67
- 5 古典音樂有助成長 68

莫逆之交喜相逢 **70**

- 1 交友之道 70
- 2 和長輩結交 72
- 3 和平輩結交 75
- 4 用「富裕的心態」交友 77
- 5 孩子心中的「三王」 79

升學無阻路路通 **82**

- 1 一日讀兩間幼稚園可以嗎？ 82
- 2 揀好幼稚園的策略 83
- 3 幼稚園入學，遲好過早 85
- 4 後教改小一選校策略 86
- 5 後教改小學面試策略 88
- 6 名校升中面試策略 89
- 7 後教改中學升學策略 91
- 8 「一條龍」暫時不是最好的學校 93
- 9 母語教學最大贏家——*EMI中學 95
- 10 直資學校是否一定是好學校？ 97
- 11 選一間新時代三三四中學 98
- 12 好學校、差學校和偉大學校的特色 100
- 13 從小學到中一的衝擊 102
- 14 怎樣和孩子面對學習的衝擊？ 105
- 15 怎樣和孩子面對交友的衝擊？ 106

16 怎樣和孩子面對時間的衝擊？	107
17 選科的四大原則	109
18 選科的四大神話	110
19 放榜日，與孩子結伴同行	111
20 入境問禁：往美國升學	113

教子篇

學而時習成大器 118

1 訪問十優生 分享考試心得	118
2 答案在題目中找 —— 教孩子如何解題	126
3 答案在題目中找 —— 教孩子如何答題	128
4 活用「莎樂美」 功課做得起	129
5 陪孩子讀書	130
6「讀書基本法」 —— SQ3R	131
7 續談「讀書基本法」	133
8 如何編製溫習時間表？	134
9「爸爸，書還未溫完，怎麼辦？」	137
10 考試「實戰經驗」	138
11 搞好孩子的英文	140
12 搞好孩子的中文	141
13 搞好孩子的數學	143
14 培養孩子的學習興趣	144

教子有方無禁忌 146

1 教子四大模式	146
2 訓練孩子樂於做家務	147
3 早晨、謝謝、對不起 —— 教孩子禮貌	150
4 笑一笑、聳聳肩 —— 教孩子大方	151

5 要長大了的孩子聽話	152
6 要孩子聽話 —— 「當佢有到」	154
7 談網絡道德及陳冠希事件	155
8 和孩子談性 —— 理論篇	157
9 和孩子談性 —— 經驗篇	158
10 和孩子談性 —— 談「三級」	160
11 和孩子談禁忌 —— 死亡	162
12 和孩子談禁忌 —— 離婚	167
13 問世間「錢」是何物？—— 正確的金錢觀	170
14 問世間「錢」是何物？—— 正確的消費觀	172
15 怎樣教出孩子的「聰明」	173
16 孩子跌倒，越早越好	175
17 教孩子說出心事（談學童自殺）	177
18 愛書便會贏	179
19 解決「全球暖化」，人人有責	180

家長資料室

小一派位 —— 理論篇	184
小一派位 —— 實戰篇	186
小一派位 —— 策略篇	188
往外國升學 —— 出師有名	190
往外國升學 —— Data File	192
往外國升學 —— 事前準備	194
往外國升學 —— 個人經驗	196
怎樣進入「常春藤」大學	198
入一等一美國大學「祕笈」	200
入一等一美國大學又三招	202
香港的資優教育政策	204