



www.20187.org.tw

教育電台廣播節目

教育好伙伴專訪美國父母效能訓練講師王金涼 ~開了心門, 親子溝通好輕鬆

2009年3月5日 星期四

題目:開了心門, 親子溝通好輕鬆

主持人:蕭慧英

來賓:美國父母效能訓練講師王金涼

訪談題綱:

- 1.為何父母要學談親子溝通、有何重要性？
- 2.父母與孩子溝通時, 常見的困難與迷思有哪些？為何會這樣？
- 3.父母如何提升自己與孩子溝通的能力？
- 4.請您推薦一本與本主題相關的參考書

第1本:父母效能訓練

作者:湯瑪斯高斯

出版社:新雨

父母效能訓練 「父母效能訓練」(P,E,T)是一個經過測試的方法，經由這項訓練，可以親子間更為親密，父母將會知道如何幫助孩子們變得更成熟、健康、快樂且可愛。 迄今已有大萬位父母完成高登博士這課程，並有下列顯著的效果：改善摩擦、發脾氣和說謊的情況；家庭氣氛更溫馨、親子關係更親密；親子共同建立規則並確實遵守；教養出更有責任感的孩子。沒有權威、獨裁的父母。親子之間建立友誼與尊重的關係。 P.E.T的方法對兒童以至青少年都相當適用。本書及其訓練課程已受到包括教會、學校、青少年組織及其他親子服務機構的認同和推崇。作者簡介
湯瑪斯·高登 是心理學家，畢業於Depauw大學，並獲得芝加哥博士學位，隨後在芝加哥大學執教。

第2本：人生的四大秘密(新版)

作者：**Adam J.Jacks**

編／譯者：周思芸

出版社：知識領航

愛的秘密Secret of Love

我們都渴望愛與被愛，

都在彼此間尋覓一種特別的關係，

可是為什麼有這麼多人還生活在孤寂當中，

無助地渴望愛情？

為什麼離婚率及破碎家庭的案例仍逐年攀上新高？

為什麼城市當中仍充滿曠男怨女？

這一切，有沒有可能只因我們總在錯誤的地方、

用錯誤的方式尋找愛情？

快樂的秘密Secret of Happiness

人們最想由生命中獲得什麼？

你最常得到的答案是：我只要快樂！

既然每個人都想得到快樂，為何卻總是事與願違？

為什麼製藥廠成長最快的是抗鬱劑？

為什麼認為自己快樂的人少之又少？

有可能是因為我們在尋覓的過程中走錯了方向嗎？

健康的秘密Secret of Health

人人欣羨充滿活力的健康生活，

但是在現今醫藥如此發達的情況下，

為何依然有層出不窮的絕症產生？

為何仍有為數眾多的人為文明病所苦？

除了生活環境被嚴重破壞等因素外，

會不會與我們愈來愈違逆自然的生活習慣有關呢？

財富的秘密Secret of Wealth

人生中到底有多少需要靠金錢滿足的慾望？

我們又該擁有多少財富，才能讓自己的生命感到收支平衡？

為什麼有人能夠白手起家積極創造財富？

有人卻將辛苦累積的成果在不自覺中耗損殆盡...