

親子系列 第三集

全面啟動善DNA


孩子的智能開發

非賣品

2011
October 十月

目 錄

contents

- 
- 2 序
 - 6 智商是什麼？
 - 16 吃虧就是笨嗎？
 - 26 生活就是訓練場
 - 36 訓練建設性溝通
 - 46 孩子需要精明的父母
 - 56 禱詞



序

上天給地上生物都設了基因密碼
(DNA)，這些DNA儲存大量

精密資訊，掌控了每一個生物成長的樣態。人類的DNA決定我們的髮色、高矮、肥瘦…還有像糖尿病、高血壓等許多疾病。最新的醫學研究發現，我們身上往往帶著很多基因（如某些癌症），但多數基因可能一輩子都沒有作用，或直到某種情況下被啟動後才會表現出來（發病）。雖然科學家目前仍未明確找出人類哪些DNA決定善惡，但我們觀察人生也類似DNA般地運作，有各種的基本特質要素與成長的變數。在某些時候

啟動了哪些要素或變數，將決定往後的發展——失敗、成功、幸福、挫折、善良、邪惡、正直、取巧…。天下父母心，都是希望教育孩子們能善良、可愛、快樂、成功。專家們認為要達到這樣的目的，關鍵是不斷幫孩子啟動他「良好」的要素和特質。我們比喻這過程為「啟動善DNA」。如此一來，無論孩子先天氣質如何，都能充分發揮他的專長，擁有健全、正向的人生。《全面啟動善DNA —親子系列》是免費公益結緣品，由一群精神醫學、教育、心理等專業志工共同撰稿編輯，將分冊談論孩子的情緒、智能、

溝通等議題，希望能提供為人父母者一些教育觀念與方法做為參考，替這個社會啟動更多「善」的力量。如果閱讀後你喜歡它，請向親友推廣，讓這小小一冊，能啟動大大的效應。



智商是什麼？

當我們談論「精明」，就會聯想到IQ－智商。

智商是什麼？是用科學標準化方法測出來代表智力的一組數字，但它真正的意義，是指一個人解決問題的能力。人生都在不停地解決問題，不停地在做選擇，人生的路徑的曲折、成敗得失，常取決於幾次關鍵性的決定。在面對重大取捨的問題時，如何能清楚衡量選擇背後的代價是什麼、預估會導致什麼樣的結果、然後做出符合自己價值觀

的決定，實在是件不容易的事。因為我們都不是先知，面對人生這麼多未知，很難作出正確無誤的決定。該如何培育出精明的小孩，讓他們未來的人生都能做出聰明正確的決定，人生的路能走的平順安全？

一個人的基本智力在母親懷孕時就由遺傳密碼—DNA決定了。雖然每個人智能基礎是固定的，但後天適當的訓練能讓他的智能發揮到最大。就像運動員除了先天身體

機能的條件，還需經由不斷訓練來增強，才能有好的表現。美國動作明星後來當選加州州長—阿諾，身材很壯碩，青少年時期他的體格也是瘦弱的，經過訓練才成為健美先生。不可否認的是，阿諾原本身高、骨架就有不錯的條件，而經過適當的訓練之後，充分展現傲人的成果；反之，若未經訓練，他就仍然是當初平庸的模樣。

聖經中有個故事：有個即將遠行的人，將他的僕人們叫來，並

依照每個人的才能將財產分配託付給他們管理。他給了第一位僕人五個「塔冷通」（當時的貨幣單位，想像是現在的十萬元好了，所以是50萬），另一位給了兩個塔冷通（20萬），第三位只給了一個塔冷通（10萬），就動身出發了。那領了五個塔冷通的僕人，因立刻拿去營業做生意，賺回了另外五個塔冷通。那領了兩個的僕人，也加以運用而另外賺回了兩個塔冷通。但那領了一個的僕人，卻去掘開地，把

主人託付的塔冷通藏了起來。過了一段時間，主人回來了，便與他們一一結算。那領了五個塔冷通的僕人併同賺來的呈上主人說：「主人啊！你交給我五個塔冷通，看，我另外賺了五個」。主人稱讚地對他說：「好！善良忠信的僕人，你既在少許事上忠信，



我必委派你營理許多大事。」那領了兩個塔冷通的僕人也併同賺來的塔冷通交給主人，主人也開心的賞賜了。輪到那領了一個塔冷通的僕人，他對主人說：「我知道你很嚴厲，我害怕你罵我，所以我去把你託付的塔冷通藏在地下；看，你的仍還給你。」主人聽了勃然大怒，便將他唯一的一個塔冷通收回，且再也不信任這位懶惰的僕人了。

（瑪25：14-30）

上天給了每個人許多寶貴且特別的資質，而我們需要做的，是善用這些資質並努力讓這些資質充份發揮。上天給每個人的資質都不同，祂沒有要求領取兩個塔冷通的僕人，要多賺五個塔冷通回來；祂也沒有要求只領取一個的要去賺回十個。祂希望的是：**我們都能精明善用自己領受的資源，按照每個人的才能，創造出有意義的價值。**為人父母的，當我們生（遺傳）給孩子很高的智能時，可以期待他更聰

明；但若我們只給了他一般（或更低）的智商，就不要過份苛求孩子在智能上的表現，逼他去唸天才資優班。不過，不管一個人基本智力有多少，及早適當訓練，一定能增加他處理生活問題的能力。科學家曾對一群智能不足的新生兒做對照研究，發現有足夠刺激和密集訓練的那組比沒訓練的對照，後來的智力平均高一級。

全面啟動善DNA





吃虧就是笨嗎？

我兒，你若心懷智慧，我也誠心喜樂。

(箴：23.15)

聖經中有個故事：曾有一
王個富翁，他有一個管

家。有人向那富翁告發這管家揮霍了他的財物。富翁便把管家叫來，問他說：「我怎麼聽說你揮霍我財物？把你管理家務的賬目交出來，因為不能再讓你管家了。」那管家自言自語道：「主人要撤去我管家的職務，我可做什麼呢？掘地嘛，我沒有力氣；討飯嘛，我又害羞。……我知道我該做什麼，好叫別人在我被撤去管家職務之後，收

留我在他的家中。」於是，他把主人的債戶一一叫來，問第一個說：「你欠我主人多少？」那人說：「一百桶油。」管家對他說：「拿你的賬單，坐下快寫成五十桶油。」隨後，又問另一個說：「你欠多少？」那人說：「一百石麥子。」管家向他說：「拿你的賬單寫成八十石麥子。」後來富翁知道了，稱讚這個不義的管家，辦事精明（路16：1-8）

中國歷史上也有位精明的管

家—馮驩，他奉命幫孟嘗君收取債務，卻擅自赦免許多窮苦人的債，表面上孟嘗君損失許多錢財，但他燒毀的都是有名無實的債契、收不回錢的呆帳。這麼做不但反映真實財務狀況，也替孟嘗君贏得百姓的感激、信任與愛戴。

我們發現：無論中外歷史、文化，都有對我們習以為常的「有債還債」、「斤斤計較」、「什麼都吃，就是不能吃虧」等觀念予以挑戰的事跡！

這兩個故事為我們指出一件事：什麼才是「精明」！精明的人知道什麼情況下“輸就是贏、給就是得”；精明的人懂得善用現有資源，獲得更重要的事物；精明的人會明察現實狀況，與之妥協，為自己留後路。他們懂得變通也勇於嘗試，組合運用不同的資源達成最重要目的，不會因小失大。即懂得「吃虧就是佔便宜」的個中奧妙。

有時我們會納悶：為什麼有些在專業領域表現出色的人，在處

全面啟動善DNA



理自身問題時，卻往往將自己搞的很狼狽。有人很會讀書，但並不精明，因為他們不懂，也沒有學習怎麼和人相處、怎麼對待朋友及建立良好的人際關係；而有些人很懂得賺大錢，但也並不精明，因為他們不瞭解錢只是個抽象的數字，更重要的是如何運用這些抽象數字創造出真實的幸福。

曾有位年輕女性求助精神科醫生，因為每次她看到股票指數下跌，就感到噁心、頭痛，甚至嚴重

到沒辦法工作。醫師深入瞭解後發現：她和男朋友的戀情不被家人祝福，兩人若想自組一個家庭，無法得到家人的資助，必須努力賺錢，達到經濟獨立才能結婚。於是他們除了工作所得外，也向人借錢買股票。她將自己未來的幸福寄望於股價上，心情隨著股票指數上上下下，「得失心」變得很重，股票下跌，不只代表著失去金錢，更代表她夢想的婚姻又離她更遠了。金錢對她而言，價值比一般人大了很

多。前悠遊卡公司董事長－連勝文先生請辭董事長職位時說過一句話：「世界上沒有一個工作值得拿生命去換。」雖然他清楚這是份令人稱羨的工作，而他也作得相當稱職。但是，當面臨事業與健康衝突時，他選擇了維持身體健康、照顧家庭，毅然放棄這份工作。

精明的人進退有時，懂得事情輕重、優先順序。

思考一下



聖經箴言中說：智慧賜人幸福、智慧教人避惡、智慧使人安寧、智慧教人行慈善、智慧教人自律……。而有智慧的人必有能力去善度他的人生，為人父母的又怎能不在孩子最受教的成長期，努力啟發、訓練孩子能找到屬於他們可擁有的智慧呢？



生活就是訓練場

你們就應彼此意見一致，同氣相愛，
同心合意，思念同樣的事，以滿全我
的喜樂。

(斐：2.2)

當我兩個孩子就讀幼稚園時，我開始利用各種機

會訓練他們用錢的概念：過年時，孩子領了壓歲錢要買玩具，我帶他們到賣場並且告訴他們：「我給你們每個人五百元，兩個人共一千元，你們可以算算買怎樣的組合最划算。」之後兩個小朋友各自忙碌地挑選自己想要的玩具。一開始兩人都挑選到價錢較高的玩具，但發現這樣額度內，每個人只能買到一個玩具，若想多買幾個玩具則必須

換成便宜的玩具，但又挑不到自己喜歡的玩具。因為五百元大概只能買兩個玩具，玩來玩去變化性不大。這時哥哥開始動腦筋，他先選了自己要買的，但又看到其他喜歡的，於是他跟弟弟說：「弟弟，你看這玩具可以這樣玩…還可以變成這樣…」他向弟弟說明那個玩具的特色。剛開始弟弟還不覺得這玩具有什麼特別，在他努力推薦下，也引起弟弟的興趣，最後兩兄弟達成共識，共選了四個兩人都喜歡的玩

具。本來一個人最多只能玩兩個玩具，透過合作協商，現在他們每個人都可以玩到四個自己喜歡的玩具。

在這訓練中，孩子們學到三件事：第一是「資源是有限的，必需善用」。我讓孩子學習如何妥善分配既有的金錢讓他們自己決定用多少錢買玩具、用多少錢買書、多少錢存起來，就是讓他們學會以有限的資源，做出最有效的分配及運用。第二是「合作就能擴大利

益」，一開始，他們選擇各買各的，彼此互不干涉。但是後來他們發現：合作可以擴大他們的利益。因為各買各的，每個人五百元最多也只能買兩個玩具，於是他們開始協商，放棄原本最想買的，但可獲得更多玩具，而且兄弟倆可以一起玩。第三是「協調與妥協」，他們瞭解到合作須透過溝通協商、讓步妥協，努力找出雙方都能接受的方式，原來退讓才是前進的捷徑。

全面啟動善DNA



有個講天堂和地獄的寓言很有意思：有一個人死後，天使帶他到地獄參觀，他發現地獄裝潢得美侖美奐，餐廳也擺滿山珍海味，與他想像的完全不一樣。但地獄的人卻非常瘦，像是永遠都沒吃飽的樣子。後來天使帶他到天堂，天堂的景色、食物和地獄都一模一樣，但天堂的人卻都體態豐腴、臉色紅潤，吃得很好、很快樂的樣子。那人覺得很奇怪，問天使「為什麼一模一樣的條件，天堂與地獄的人卻

差這麼多？」天使問他：「你有沒有注意他們怎麼吃飯的？」他努力回想了一會兒，想起來：不管天堂或地獄的人，吃飯都用一雙比手臂還長兩倍的筷子。地獄的人想盡辦法用長筷子夾菜給自己，但怎麼夾都餵不進自己嘴裡，所以每個人都很瘦；天堂的人則為坐在對面的人夾菜，我餵你，你餵我，所以天堂的人都吃得很飽，大家都很開心。

這個寓言是提醒我們，對別人好，經常自己也受益。如同我們

常聽到的「吃虧就是佔便宜」，是同樣的道理。經由上述訓練過程，孩子學習如何商議出最佳的解決方式，先讓別人得到，自己也受益。從中瞭解「給就是得」、「愛別人也是愛自己」的意義，儘管是妥協的結果，但聰明地說，是讓共同利益最大化。父母講高深的道理，孩子們不一定理解。但透過生活上的訓練，讓孩子自行摸索，反而內化成孩子重要的價值觀。

思考一下



- 1、日常生活中，您的孩子有決定自己事務的機會嗎？或者通常都是接受長輩們安排好的決定呢？
- 2、您曾陪伴孩子做決定嗎？是否注意過孩子做決定時，是依照什麼樣的價值觀呢？這樣的價值觀會對他／她長大後有什麼影響呢？



訓練建設性溝通

引導謙卑者遵守正義，教導善良者走入正途。

(詠：25.9)

還有一個精明之道是教孩子作建設性溝通，這是

許多成年人也還在學習的功課。我們常聽到社會上有許多人喜歡批評：政府哪裡作不好、公司哪裡虧待我、老婆沒有把家庭整理好、孩子整天無所事事……雖然這些批評可能帶來進步的動力，但若未能處理得宜，它造成的衝突和傷害卻可能更加巨大。

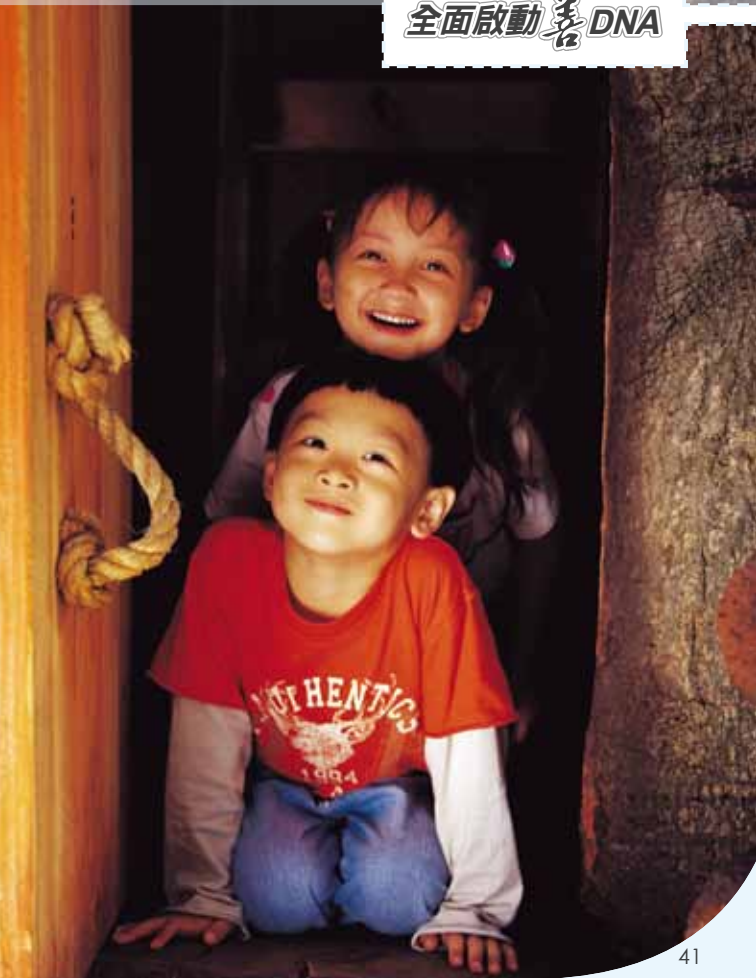
當我孩子還小時，全家出去吃飯。在開車途中，請孩子們討論吃

什麼、選什麼餐廳。剛開始時兄弟意見不同，且會相互挑對方毛病，只要一個人提出一家餐廳，另一個人就能找出一些缺點來批評。我先放任他們吵，在他們討論出結果前車子就繼續繞圈子。吵到後來倆兄弟雖然愈來愈餓，卻仍然沒有共識。為什麼作決定那麼難呢？因為兩個人只顧著批評對方，卻從不好好陳述自己的主張（當然對方也沒讓他有機會講清楚），到後來變成為反對而反對。等他們吵一陣子後

我再出面，點出問題的癥結並訂出規矩。這規矩的第一條：大家不能說哪一家餐廳不好，而要提哪一家好及好在哪裡。將批評改為建設性的具體提議，想辦法說服對方，爭取認同。第二條是、設定停損點，給予最多十五分鐘之討論。十五分鐘後還沒結果就不能再繼續，改由爸媽決定。第三條是作決定的前提要讓爸媽停車方便，如果決定了很適當的餐廳，但找不到停車位而沒辦法停車，最後還是沒辦法吃。所

以，作決定不只是考慮自己的因素，也要顧及別人想法、感受、及現實的可行性才行。經過這樣的訓練，他們慢慢地學會評估每件事的可行性，而更能作出有建設性的決定。孩子長大之後，不僅瞭解「建設性溝通」的重要，同時他們還建立起精明用錢的概念，懂得怎麼花費最「划算」。他們不一定每次都選擇最便宜的餐廳，但也不會盲目選擇昂貴奢侈，卻不好吃的餐廳。而是寧可平時簡單地吃，存了兩、

全面啟動善DNA



三禮拜後再吃一頓健康、品質好的大餐犒賞自己。這都是透過點點滴滴生活訓練過程中，逐漸養成的「邏輯」。

訓練出精明的孩子，不是告訴他們標準答案，而是引導他們去摸索決策的邏輯，當他的邏輯越來越清楚，自然也就越來越會作決定。

人生中需要作決定的議題很多，例如選學校、選車子、選工作、選結婚對象……做經明的決定，不是只看決定的結果，而是先

看作決定的邏輯。就像選餐廳的例子，大家先把「好餐廳」的條件列出來，如：有停車位、乾淨衛生、健康食材、座位舒適……等，然後看預算有多少，再討論要保留哪些條件、捨棄哪些條件，或可以用什麼方法代替。在符合條件又不超出預算的情況下，才能作出儘可能滿足大家需要的決定。避免日後悔恨，必需考量很週全，所以常常魚與熊掌不可兼得，沒有完美的“最好”方案，只能找出“第二好”方

案。我們教育孩子，不要太快給結論，更不要全部幫他們做決定，而多讓他們去探索分析，請他們先列出每個決定要考量的條件是什麼？習慣建設性溝通。要教他們這些重要的決策邏輯，邏輯對了，孩子自己這一輩子都會作出較正確的決定。

思考一下



「爭吵」也是孩子溝通的方式。當孩子意見不合時，您通常如何調解孩子的爭執？這樣的處理方式，能夠幫助孩子學習做建設性地溝通嗎？



孩子需要精明的父母

獲得明哲的，必愛惜自己；珍惜明智的，必覓得幸福。

(箴：19.8)

孩子也有「賞味期」，成長是不等人的。孩子從牙牙學語、搖搖晃晃學走路；到進入幼稚園，開始結交新朋友；然後就讀小學，接受正式學校教育……這些過程都是孩子建立他個人價值觀、人生觀的重要時期，而一但你錯過了，也就不容易彌補了。我們周遭常聽到一些父母慨嘆：在孩子小的時候因忙於拼事業，錯過了陪他們成長的機會，以至孩子長大後與他們不太親近。

父母也必須在孩子賞味期的有限時間內作出精明的決定，思考如何在個人、家庭、事業之間取捨以追求最大的總利益。這利益不只是金錢方面，還要思及親人的愛、家人相處的時間、父母瞭解孩子的機會、孩子向父母學習的經驗，孩子人格的成長……等等的加總，父母要學會精算，懂得取捨與平衡。雖然金錢很重要，但應該謹記金錢在我們生命中只是一個工具。當我們買東西，拿錢來交換其他物品時，

金錢的價值才出現。在銀行的存款，也是儲存這份未來價值，而不是金錢本身。錢本身不是目的，只是讓我們獲得那個價值的工具，就像爬高需要樓梯、出國需要搭船、搭飛機一樣，過程或工具的選擇很多（錢及其他東西），最重要是如何安全到達目的地。



如果能善用金錢的價值，就能像前面提到精明的管家一樣，擴大實際效益，賺到生命中真正重要的東西。聖經中提到另一位富翁，他的田地作物大豐收，他非常高興，但瞬即又想：「怎麼辦呢？我已經沒有地方收藏這些作物了。」後來他決定拆毀原來的倉庫，興建一個更大的倉庫。於是他開始辛苦重建倉庫，再把整片田地作物收割囤放於新的倉庫，後來終於大功告成。他對自己說：「靈魂啊！你已存有

大量財物，足夠未來好幾年使用，可以好好休息，吃喝玩樂了！」天主卻對他說：「糊塗人啊！今夜我就要索回你的靈魂，你所備置的，將歸誰呢？那為自己厚積財產而不在天主前致富的，也是如此。」

這位富翁辛勞的累積足夠財物，正想好好享受所努力成果之際，但生命已屆終點，如同父母雖努力拼事業讓家人生活更富裕，但在小孩成長歷程中經常缺席，待回頭想重拾往日般的親密，卻因彼此

心中距離已形成而難存在。

我們也常聽到一句話：「兒孫自有兒孫福。」父母雖然費盡心思替孩子累積財富，讓孩子吃飽、穿好、念私立名校、出國留學，但這樣就能保證他們一輩子幸福快樂嗎？再有能力的父母能保護孩子一輩子嗎？從新聞報導常常看到一些很有成就、高學歷、很傑出的父母，他們的孩子竟然在很年輕的時候就自殺身亡，白髮人送黑髮人的悲劇令人唏噓。許多父母往往忽

略，孩子最需要的不是物質享受，而是家庭的愛、溫暖及陪伴、自我的認同、同儕的友誼、社會的接納、健全的體格、成熟的智慧……等等各方面的養成。父母不可能把這些通通打包好，放到孩子面前，然後高枕無憂。唯有陪伴他們，協助他們透過生活上的練習、建立正確的價值觀、知所取捨、能有效判別優先順序的思考邏輯、養成建設性溝通的能力與習慣，才真能成為精明之子。

算一算有意義的親子時間

爸爸的表

	親子互動 (A)	責備時間 (B)	有意義親子時間 (A-B)
星期一			
星期二			
星期三			
星期四			
星期五			
星期六			
星期日			
小計			

媽媽的表

	親子互動 (A)	責備時間 (B)	有意義親子時間 (A-B)
星期一			
星期二			
星期三			
星期四			
星期五			
星期六			
星期日			
小計			

* 填表說明：親子互動指有互動講話之時間，沒有互動如各自看電視，同桌吃飯但各吃各者，不要計入

思考一下



計算過有意義的親子互動時間之後，做父母的我們，願意再投入多少時間給孩子呢？接下來請畫一個圓，分24等份，想像這就是你的一天。你花多少時間在工作、多少時間在休息、多少個人時間、多少陪伴家人的時間呢？你滿意這樣的時間配置嗎？是否有需要調整的地方，可以怎麼樣調整呢？



禱詞



親愛的父，
祢是一切智慧的源頭，
求祢降福予祢心愛的孩子，
使他在一切行為、言語、及選擇，
是按照智慧、真理、愛所行，
讓他在祢的看顧下成長，日趨完善。
感謝讚美父，阿們。

【編撰小組】



召集人：鄭若瑟醫師

簡歷：精神專科醫師

行政院衛生署八里療養院院長

台灣社會與社區精神醫學會理事長

小組成員：蔡佳雯、蔡曜如、曾慧榕、

陳筠、戎巧復、吳雨虹

【發行者】



天主教震旦之友協會

本協會宗旨在於結合天主教信徒的熱忱與資源，透過舉辦文化、靈修等課程與發行社會教育刊物，提供給各種宗教信仰或沒有信仰的社會大眾，一個沒有門檻能分享天主父「愛與智慧」的平台，讓個人內心更平安，生命有活力，世界更美好。

台北市杭州南路一段 71 巷 9 號

電話：02-2321-5147

傳真：02-2392-8667

E-mail：caaurora@ms29.hinet.net

感謝您的閱讀，這是免費
公益結緣品，著作權為

天主教震旦之友協會所有，歡迎傳
閱、轉載，但請註明出處，並不得作
為任何營利之行為。

欲翻印、翻譯者請來函申請。



若有興趣繼續閱讀

《全面啟動善DNA》

其他集冊

索取紙本：歡迎寫信至天主教震旦中心。
(台北市杭州南路一段71巷9號)
，函索請寄回郵信封。

團體大量索取50本以上者，請贊助助
印費。

電子檔：請至本會網站下載。

www.caaurora.org.tw



若您認為本書內容對您有幫助，並且認同本書理念，歡迎您：

1、加入編輯志工行列（幫忙校稿、提問、
分享您的故事或是幫忙推廣此書）

2、加入捐款贊助人行列

郵政劃撥儲金帳號 帳號：18951216

戶名：中國天主教震旦之友協會

請註明「贊助善書計畫」

或至天主教震旦之友協會網站下載

「信用卡捐款表單」

www.caaurora.org.tw

親愛的讀者，您好

這是一份對《全面啟動善DNA 親子系列》叢書三冊《孩子的智能開發》的意見問卷，作為本系列叢書改進的參考。非常感謝您惠賜寶貴意見，填寫後請撕下本頁寄至100台北市杭州南路一段71巷9號 震旦中心收，或傳真至02-2392-8667。或至<http://j.mp/fEru8z>填寫網路問卷，謝謝您。

- 1.請問您從哪裡取得《全面啟動善DNA 親子系列》第二冊？
堂區 幼稚園 天主教震旦之友協會
友人贈閱 其它 _____
- 2.請問您覺得《全面啟動善DNA 親子系列》第二冊內容具啟發性？
非常同意 同意 尚可 不同意
非常不同意
- 3.請問您覺得《全面啟動善DNA 親子系列》第二冊文字淺顯易懂？
非常同意 同意 尚可 不同意
非常不同意
- 4.請問您覺得《全面啟動善DNA 親子系列》第二冊設計編輯賞心悅目？
非常同意 同意 尚可 不同意
非常不同意

5.請問您會向親友推薦本書嗎？

會 不會

6.請問您是否有興趣索取下一集？

會

不會，原因是_____

7.請問您對本書內容有任何疑問或建議嗎？

8.請問您的性別？

男 女

9.請問您是否有孩子？

是，孩子年齡是_____歲

否

10.請問您的年齡為：

16歲至20歲 21歲至25歲

26歲至30歲 31歲至35歲

36歲至40歲 41歲至45歲

46歲至50歲 51歲以上

11.請問您的宗教信仰為：

