

點一點  
照亮孩子成長路



# 親職講座

智慧父母系列之一

文興中學  
新民國小  
三潭國小  
永靖國小

文興中學  
黃淑玫

智慧父母系列講座之一

# 從數學0分到IBDP高級數學滿分的催眠術



文興中學  
新民國小

三潭國小  
永靖國小

聯合辦理



# 綱 要

01 前言:一場美麗的騙局??

02 4個催眠成功的案例

03 有智慧的父母須學會催眠術

04 是鑽石還是玻璃珠?

05 身為父母的你，究竟要什麼?

06 培養孩子真正需要的生命能量



你，看見什麼？





# 一場美麗的騙局



# 四個催眠成功案例

一個完全放棄自己的  
高中生，找回自己人  
生目標的國際廚師

01

02

一個最怕英文卻以英  
文成績兩度轉學成功  
的大學生

03

一個一輩子都超胖，卻  
用樂觀自信覓得良緣成  
功經營人生的靚媽



點亮自己點亮人生

一個從小自卑怯懦蛻  
變成勇闖世界的女孩

04







想像一下，他的小學.....

膽怯、害怕，卻總說她還好，但一次次胡鬧透著她的不安和焦慮

初級催眠陪他走過--社區稱讚、分享感受、看見她的特質



國中時....一張張慘不忍睹的和成績單

漸漸地  
發現  
孩子眼中  
失去光芒

慢慢地  
常常  
看見他  
失落的背影

於是，一場更高級的高級催眠就此開始



催眠術開始之前，請你先催眠自己  
你有一個優秀的孩子  
你有一個獨一無二的孩子  
不管世俗眼光和評價  
不管他現在是否是你滿意的模樣







沒有人不希望被肯定  
沒有人不希望被認可

你的眼神和語言決定  
是支持、鼓勵還是傷害....



# 催眠術一：正向語言



卡內基的故事：父親對繼母說，你要留意這個全城最壞的孩子。繼母溫柔地注視著他，轉頭向父親說，你錯了！他不是全城最壞的孩子，而是最聰明的，只是還沒有找到 態度改變，孩子的人生也會改變 20分！真棒！

# 催眠術二 我們都是挫敗者

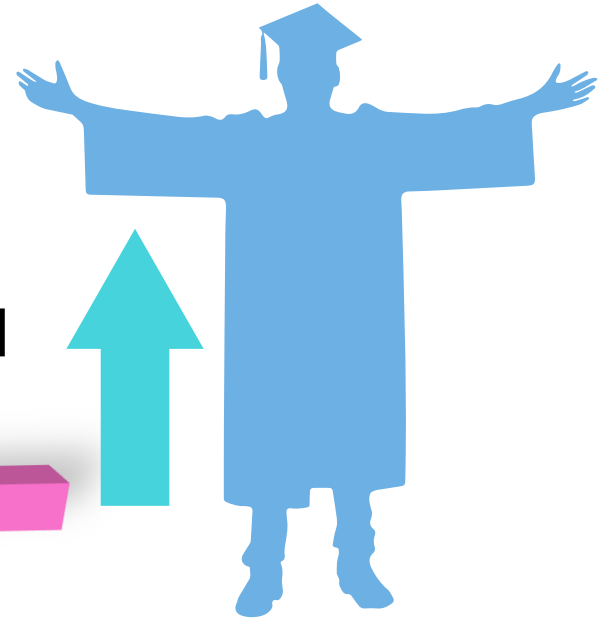
想想孩子為何欺騙，  
為何不分享成績？

也許因為始終  
達不到你的要求，  
也許他貼心地努力  
了卻怕你失望

失敗是正常，但不是恆常  
我們都一樣

A爸媽不是難以超越的高山  
B貶低自己就是貶低孩子

A我的基因，怎麼可能?????B我不要你像我一樣  
越來越沒自信、越來越害怕、越來越焦慮





催眠術三 相信自己是優秀的

你如何定義優秀，  
將會決定孩子有多優秀  
別把鑽石當成玻璃珠 ★

疊杯林孟欣 太陽馬戲團陳星合 火箭舞蔡  
宏毅 光劍馬可多、電競選手、網紅.....

你的擔憂VS倖存者理論

我好驕傲、我好幸福、這種孩子應該多生幾個



# 催眠術四—臉皮厚度會影響成就

99%



成功的人一定  
經過許許多多的  
失敗，再失敗  
中吸取經驗

丟掉台灣的標準答案  
教育緊箍咒

100分



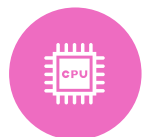
不要怕丟臉，沒  
有損失就去做



錯誤失敗是正常，因  
為你還在學習



失敗是意料之中，  
你也沒失去什麼，  
但你在累積成功



勇敢面對自己弱點，  
挑戰自己的人  
是人生的絕對贏家



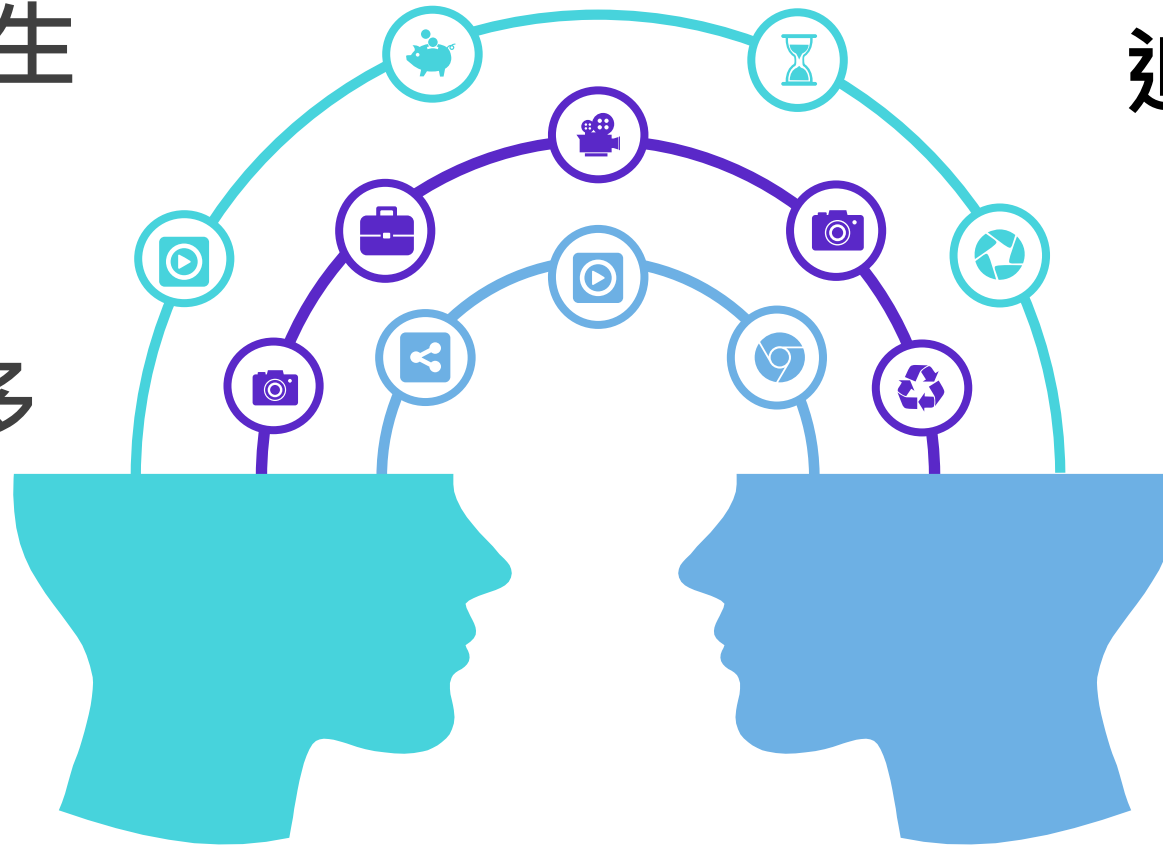


# 催眠術五-老師喜歡學生找問題

老師喜歡勇敢  
發問的學生

老師喜歡下課  
追著問的學生

問越多得越多



老師喜歡  
發現問題  
立刻解決

# 催眠術六-考試成績不是結果

考試

只是診斷工具  
只是學習過程  
不是學習終點  
跑得快未必贏  
現在輸不是輸



融會貫通  
累積能力  
學歷  
最後一張  
最重要  
走到終點  
需要耐力與信



# 催眠術之七-讓他有機會證明自己

信任



放手

陪伴、討論，讓他做決定，肯定他的創意和夢想，讓他在過程中累積經驗

你是不是  
中國媽媽？

金絲雀的故事  
放學--香港--獨自旅行

確認安全，讓他去闖  
讓他證明他自己，成功與否都讚賞他的勇敢，即使失敗都是養分

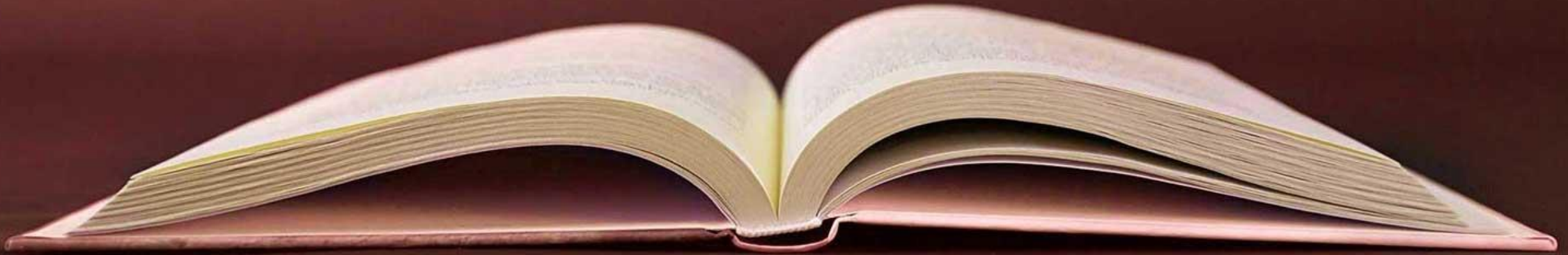
# 父母“練舊術”——走得遠比跑得快重要

想一想，當初你如何挑選安親班？

想一想，你為何要求他要補習？

不快樂的學習會讓他排斥學習

逼出來的成績，光環和健康的身心發展哪一個重要？







父母“練菁術”一：跟得上時代的頭腦

AI在洗腦，熱門是假象

思想固著  
未見趨勢  
干預選擇  
支持興趣

離開興趣 不符專長 終究庸庸碌碌  
陪他找到自己的賽道，不是走上我們安心的賽道

# AI 洗腦的結果

讓你活在別人的眼光和評價中

孩子追求外貌、衣著、手機、球鞋……

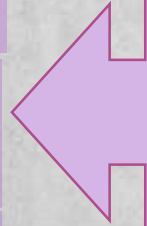
家長追求成績、評價、科系、外人眼光……

自卑VS.自大

躲藏VS.炫耀

恐懼VS.焦慮

孩子和父  
母的心理  
健康逐漸  
失去



切記倖存者偏差理論!





# 父母練菁術三 誠實面對自己

我曾經討厭的爸媽，現在的他VS.過去的我

孩子受傷事實上是大人壞掉了！

當父母把 面子丟掉，  
孩子就得救了



丟掉你的焦慮和擔憂吧！



過度追求和比較 容易讓孩子眼中失去光芒！  
從未挫敗的最可怕！一路頂尖未必是福！





自信 可以拯救一個孩子的靈魂

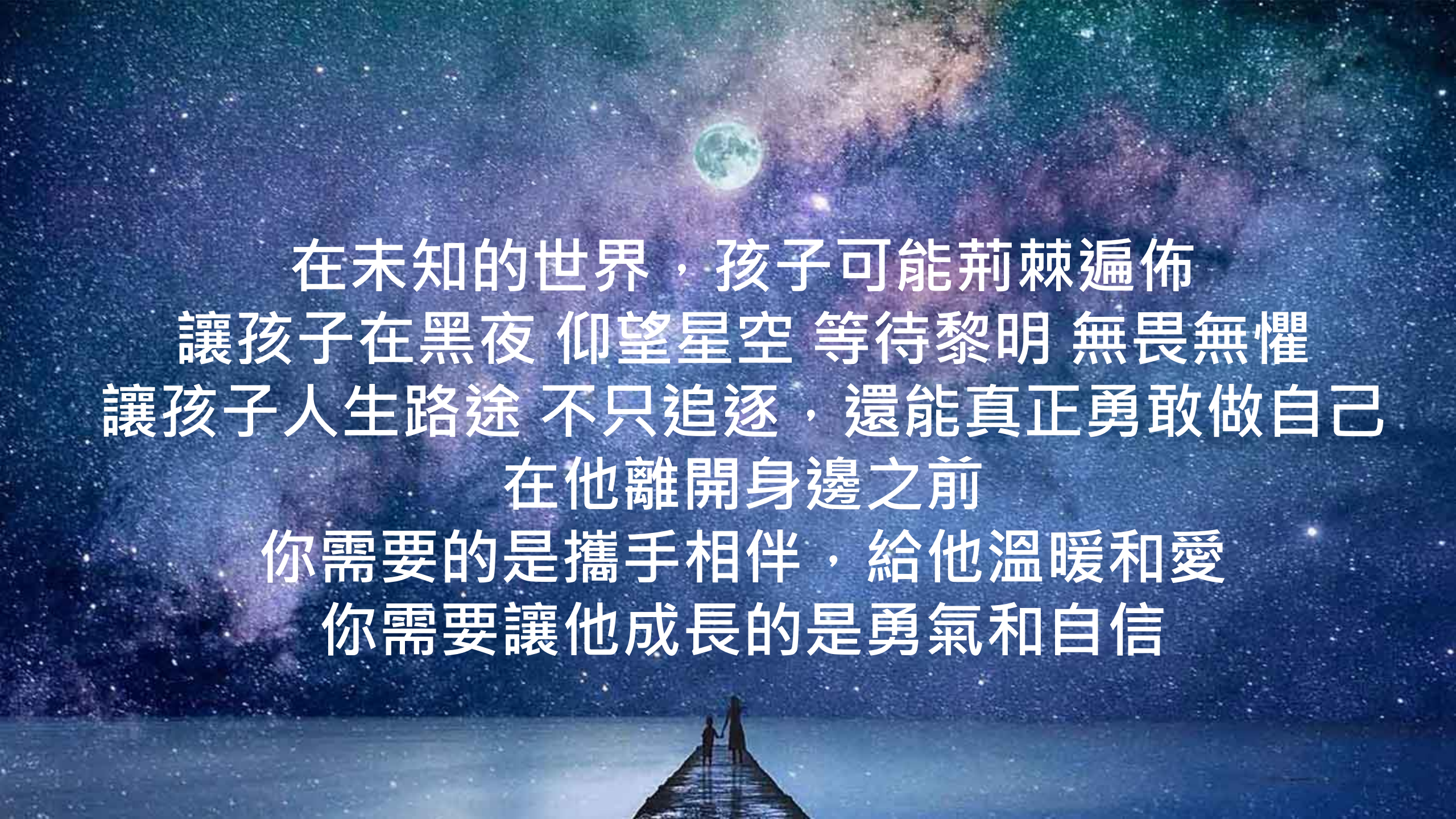


成功，很難定義  
但快樂，自己一定知道！

想想想初衷，  
想想你真正在意的是什麼？







在未知的世界，孩子可能荊棘遍佈  
讓孩子在黑夜 仰望星空 等待黎明 無畏無懼  
讓孩子人生路途 不只追逐，還能真正勇敢做自己  
在他離開身邊之前  
你需要的是攜手相伴，給他溫暖和愛  
你需要讓他成長的是勇氣和自信







催眠的結果.....

未來不可知，但勇氣、自信和眼界  
將是們給他真正的財產





THANK YOU