

# 叛逆有理、獨立無罪？

文/施錫昌

前些日子收到我敬愛的陳志恆老師的第三本著作——「**叛逆有理、獨立無罪**」，剛看到書名著實嚇了一跳！甚麼時候老師的書也鼓吹叛逆、獨立？心想，應該有別的寓意吧！便開始展書吸收老師的日月精華。

誠如書中的宗旨——**勇敢做自己**，並非鼓勵違法無理的叛逆與獨立，而是在說明現今社會的小孩，想做一些自己很想做的事，實現自己的夢想時，常常會受到父母眾多理由的反對與限制，諸如：你現在還太小，等長大再說；這件事好危險，換這個好了；進而拿走小孩做決定的能力，所以作者在書中才會提出叛逆有理、獨立無罪的論點。

誠如志恆老師寫作一貫的風格，會先舉生活中的例子，再以輔導諮商的理論為基礎、並在最後給予實際的建議與行動準則，讓整本書充滿實用性。本書亦是如此，作者實際帶領讀者從覺察自我到充實自我，最後自我蛻變並付諸行動成為一個獨立成熟的個體。也因如此，讓他出版的書常常成為我教學現場不可或缺的一本實用工具書，第一本「此人進場維修中」、第二本「受傷的孩子與壞掉的大人」也是我書架中的珍寶。

書中最喜歡的一篇文章在教大家如何成為真正成熟的個體，勇敢做自己，書中陳述二個步驟：第一步，自我決定並自我負責、第二步，照顧自己也照顧他人；多麼簡單扼要的一段話。無論是在校園學習成長中的學生，或是在社會職場的工作者，往往因為他人的因素或看法，情緒便跟著起伏，忘了初衷，失了方向，陷入了情緒泥沼而不自知，導致惡性循環，自己也亂了套，更無法解決所遭遇的困境，更不用說幫助他人或完成工作了。

我也在書中學到了「課題分離」的概念，教書生涯久了，常常會陷入中種種的「專業迷思」中，把學生的一切表現結果，當成是班級經營的成效而忘了自己當初經營班級的原則與初衷，是想帶給他們什麼，而不是想從他們身上獲得什麼、或是要看到什麼結果。直到看到書中所寫，**選擇只帶走愛，把其餘還給家人**；我把它轉換成：選擇只帶走與學生相處的回憶，把學生的成長結果交還給他們自己。畢竟學生學習成長過程中，老師是扮演循循善誘的角色，盡自己的良心、本分與責任，操之在學生自己的事，就讓他們學習為自己負責吧！

最近陪學生早修時，拿起此書略讀 2-3 篇文章，都可以為自己的教育理念與熱忱注入活水；陷入迷惘時，也總能因此釐清方向。除了教學現場的老師，我覺得身為小孩的父母與小孩本身更應該閱讀此書；父母讀後就不會再以愛為名限制小孩的發展，小孩讀後也不會用無理且不負責任的手段、方法向父母師長表達叛逆、獨立，進一步達到雙贏的立場！說的再多，都不及邀請大家來一窺書中奧妙，保證收穫滿滿！



陳志恆 著

當夢想不被親人支持時，是該委屈求全，還是大膽衝撞？  
是愛，還是礙？20道溫柔練習，讓你掙脫綑綁，勇敢做自己！

# 叛逆有理、 獨立無罪

掙脫以愛為名的親情枷鎖

華人創傷知情推廣團體召集人 | 胡嘉琪 | 作家、教師 | 歐陽立中 | 彰化縣懷抱教育文化發展  
理事長 | 王雅玲 | 諮商心理師、愛心理創辦人 | 吳婉瑩 | 種子心靈事業有限公司、助人工作  
| 邱瓊慧 | 高雄市諮商心理師公會理事 | 林子翔 | 臺灣阿德勒心理學會理事 | 林上能 | 諮  
心理師、作家 | 胡展皓 | 毛蟲藝術心理諮商所執行長 | 張祐誠 | 心理學作家 | 海苔熊 | 星  
有限公司創辦人 | 陳星合 | 諮商心理師、作家 | 許皓宜 | 自由作家 | 劉揚銘 | 大休息心理  
諮商所所長 | 鍾國誠 | 親職教育講師 | 魏瑋志 (澤爸)

專業攜手推薦