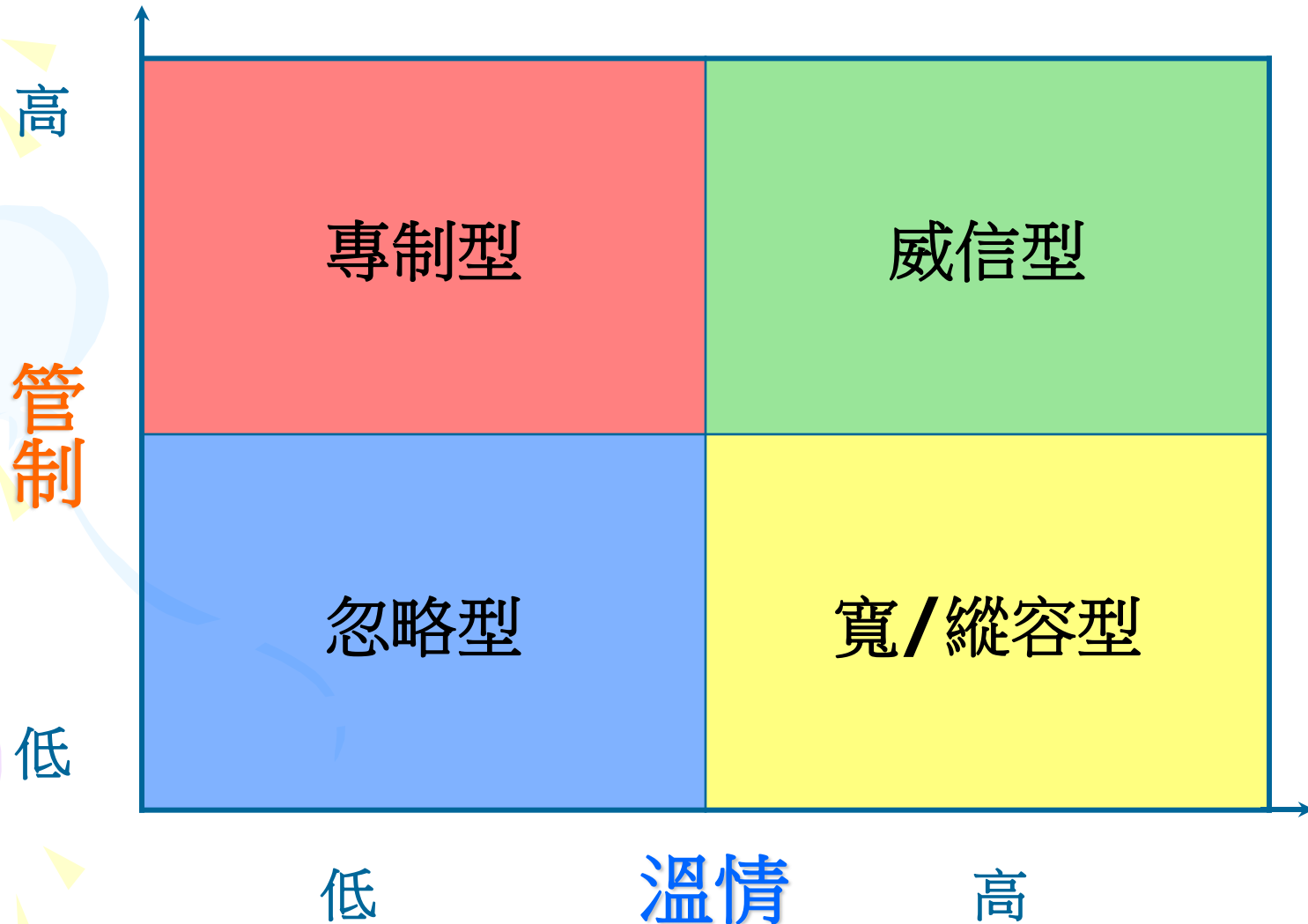


恩威並施管教法

Name _____

四種管教模式



忽略型 neglectful

專制型	威信型
忽略型	寬/縱容型

低溫情 + 低管制

- * 很鬆散、非管制的教養方式。
- * 父母不能負荷自己壓力和問題，沒有太多時間和精力用於教養子女。
- * 會出現拒絕子女的行為。

子女的表現

- * 有怨氣、社交和學習發展不良、易有敵意及反叛行為、意圖向父母或社會還擊

寬/縱容型 Permissive

專制型	威信型
忽略型	寬/縱容型

高溫情 + 低管制

- * **鬆散、溺愛**的教養方式。
- * 成人很少**命令兒童**，允許兒童自由地表達他的感覺和衝動，不會嚴密地監督子女的活動，對他們的行為也很少有**堅定的管制**，形成**縱容**。
- * 多出現父母**不能管制子女**的情況。

子女的表現

- * **具反叛性**、易受挫折、**自我中心**、**支配性強**、無目標

專制型 authoritarian

專制型	威信型
忽略型	寬/縱容型

低溫情 + 高管制

- * **高限制**的教養模式。
- * 成人為兒童**設下許多規則**，期望兒童能準確地遵守，但**很少向兒童說明原因**，常用**懲罰**、強力的策略(即權威或收回愛的方式)以促使兒童遵守。

子女的表现

- * 害怕、困惑、**易怒及不快樂**、**具消極敵意**(passive aggressive)、脆弱、無目標
- ** 此教養模式一直為中國人社會所接受。

威信型 Authoritative

專制型	威信型
忽略型	寬/縱容型

高溫情 + 高管制

- * 較具彈性的教養方式。
- * 成人允許兒童有充分的自由，小心地說明所設限制的理由，在需要時使用權力和說理以確保兒童遵從。
- * 能理解兒童的需求及觀點。
- * 容易成為說教及給予孩子壓力。

子女表現

- * 能自我管制及信賴、能應付壓力和與人合作、友善、有目標等

反映感受



Afraid



Confused



Surprised



Sad



Excited



Disgusted



Proud



Angry



Sick



Happy



Very Happy



Hungry



Lost



Shy



Sleepy



Embarrassed



Unhappy



Very Sad



Tired



Worried



建設性的回應

- ~ 以適當的字眼，說出他的感受
1. 從孩子的角度，考慮他的感受
 2. 選擇貼切字眼描述這種感受

你/我見到…

你/我聽到…

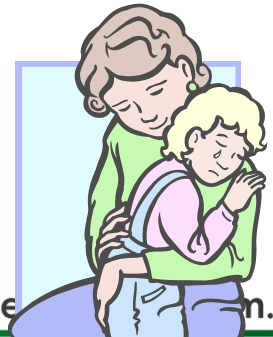
你/我/她/他/我們感受到…

反映孩子的感受

例子

女：（眼淚幾乎奪眶而出）媽媽，今天我的同學給我花名，叫我肥媽。

母：（輕撫女兒的頭）同學這樣取笑你，你似乎覺得很難堪。



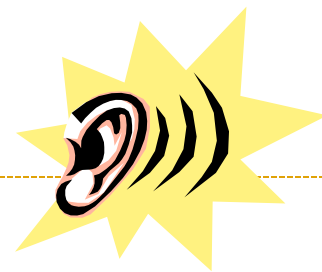
☞ 積極聆聽



- 抱開放的態度
- 留心傾聽，注意對方的反應和感受

SIMPLE & OPEN





- ➡ 用簡潔說話反映感受
- ➡ 要有耐性表現，宜用簡短說話覆述
- ➡ 若孩子說話雜亂不清，宜請孩子簡要說明



主動表達



⊕ 讓孩子有機會表達意見



有效表達



- ◆ 注意用詞
- ◆ 與孩子作分析，引導觀點
- ◆ 避免傷害孩子自尊心



童心·同心 (ACT)

- 講出孩子當時的**感受** (**A**cknowledge feelings)
- 指出**做錯**的行為 (**C**ommunicate wrongdoing)
- 指導**更理想**的行為 (**T**arget behavior)

例子：

「佢整跌你本書，你覺得**髒都唔奇**。但係你咁做，**同學仔就會唔鍾意你**。可能佢唔覺意呢？同學應該**以和為貴**嘛。」

溝通技巧

善用聲線及表情

- 不同的說話內容，用不同的聲線、表情甚至語氣

例子：

- 平日或讚賞：用溫柔的聲線，保持笑容
- 責罰時：用較嚴肅的聲線及表情
- 給予指令時：用「機械人」聲和語氣

溝通技巧

口軟手硬

溫馨提示：

玩完的玩具，請把它們放回我裏面。

玩具盒上

陳宅家規

5. 玩完的玩具要收好，否則玩具要在坐監。

何時施恩？ 何時施威？

- 避免和孩子即時「講道理」
- 簡短而清晰地說出指令
- 如果孩子在發脾氣，應先協助他平靜下來
- 盡量在孩子心情平和的時候才說道理
- 如果是一些可預計的行為問題，盡量在該行為發生前說明要求及理由

《兒童成長的箴言》

在**譏諷**中長大的孩子，**苛於責人**

在**敵對**中長大的孩子，常懷**敵意**

在**嘲笑**中長大的孩子，**畏首畏尾**

在**羞辱**中長大的孩子，過份**自責**



在**容忍**中長大的孩子，學曉**忍耐**

在**鼓勵**中長大的孩子，**滿懷信心**

在**讚賞**中長大的孩子，懂得**尊重**

在**公平**中長大的孩子，有**正義感**

在**安全感**中長大的孩子，對人**信賴**

在**嘉許**中長大的孩子，能夠**自愛**

在**接納與友愛**中長大的孩子，會**找到愛**