

講者:薛漢強(註冊社工)

〈感恩社會服務資源中心〉





教出好孩子2大法則

法則1:

要教好孩子,首先不要教壞孩子

法則2:

要教好孩子,首先要教好自己(父母品格)





- 1. 建立良好行為
- 2. 預防不當行為
- 3. 處理不當行為





- 1. 讚賞孩子
- 2. 正面身教
- 3. 品德教育





- 1. 欣賞
- 2. 讚賞
- 3. 獎勵
- 4. 鼓勵
- 5. 支持





「讚賞」對孩子的4大好處

- 1. 提昇自尊感與自信心
- 2. 強化良好行為
- 3. 减少問題行為
- 4. 認識合宜行為





讚賞孩子口訣:

快:即時讚賞

真:真心真誠

準:具體準確





誰讚得好?

- ❖小芳,你今日食飯好快,無周身郁。
- ❖小芳,你真係乖喇!
- ❖小芳,好乖!你今日同小朋友分享玩具。
- ❖(媽媽木無表情)小芳,你同老師講再見,

好有禮貌喎!



獎勵方法

数得具樂 Happy Parenting

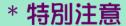
無形獎勵

- 微笑、擁抱、眼神、觸摸
- 鼓掌、拍肩、手勢(豎蝸指)
- 「精、簡、快」稱讚
- ▶ 守排有趣親子活動 (如:到公園玩、親子閱讀)
- ▶ 特別的活動 (如:決定全家活動、穿著 特別的衣物、乘坐特別的交 通工具)
- ▶ 幫忙做家務
- 使用電子產品
- ▶ 感官刺激
- ▶ 自閉症兒童的重覆性動作

有形獎勵

- > 物質獎賞
 - 食物 *
 - 飲料 *
 - ▶ 文具
 - ◆ 玩具







獎勵方法

注意事項

- 獎勵能力以內的好行為
- 依孩子的喜好作獎勵
- 只在孩子做到好行為時才給予
- 「無形獎勵」對維持兒童良好行為較有效
- · 給予「有形獎勵」時,同時給予口頭讚賞
- 適量地給予獎勵
- 選擇健康的食物及飲料作獎勵
- · 如孩子已經能自動自覺做到好行為,或從心喜歡某行為,家長應避免提供「有形獎賞」











- 1. 及早預備、活動安排
- 2. 預早協定、家有家規
- 3. 精簡指令
- 4. 獎賞有方
- 5. 替代活動
- 6. 事後檢討



第一式:及早預備、活動安排

及早預備:

找出孩子容易產生不當行為的時間、地點及情況。

活動安排:

預先為孩子安排符合他們體能及興趣的活動,避免不當行為出現。

(例如:摺紙、連線、看書等)



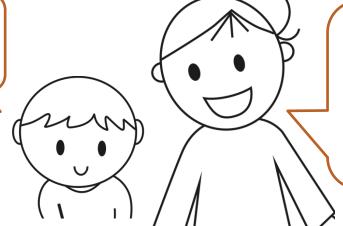


跟孩子討論活動守則,並且說明獎懲處理



如活動涉及其他家庭成員,
父母可預先與他們商討與孩子的協定,共同執行

知道。



嚟緊我哋去公園玩半個鐘。 如果你願意準時離開,聽日 再同你嚟玩。如果你做唔到, 我就會即刻帶你走,今晚有 得睇圖書,知道嗎?

家有家規:目的

以得失樂 Happy Parenting

- 規範孩子行為

- 培養良好行為





家規例子





- 輕聲說話
- 吃飯時坐在椅子上
- 做功課時眼睛看著功課簿
- 說話前先稱呼對方
- 常說「唔該」和「謝謝」
- •珍惜物品
- 玩耍後收拾玩具





家有家規:注意事項

- 家規要「精」
- 家規要「簡」,避免用不可、不要和不准等詞語
- 數量要少
- 與家庭現實情況及孩子能力相符
- 依孩子情况不時作出調整
- 輔以圖片、張貼於當眼處
- 所有家庭成員都遵守
- 如沒有遵守家規,「先問後提,鼓勵讚賞」
 - 「先問」:提問孩子相關的家規
 - 「後提」: 加孩子未能回答,以視覺方式作提示,
 - 指著張貼出來的家規,「你望吓?」
 - 「鼓勵」:鼓勵孩子即時做出該行為
 - 「讚賞」: 讚賞孩子做到好行為
 - 助仍不遵守,先給予「精簡指令」,再以「適切後果」處理









精簡指令:目的

数得其樂 Happy Parenting

- 讓孩子清楚知悉指令內容









預先計劃良好表現出現時的獎勵。

有形獎勵:

親子活動(例如:親子伴讀、公園玩耍等)

無形獎勵:



(例如:點頭、微笑或豎起姆指等)



目的:

在孩子出現問題行為或有跡象出現問題行為時,將孩子注意力轉移到其他活動上,從而減少不當行為的出現。

替代活動:使用方法

数得具樂 Happy Parenting

在孩子經常出現問題行為的情境使用

- 辨別出孩子經常出現行為問題的情境
- 預備數項有趣的替代活動,不時替換
- 父母定時以「精、簡、快」讚賞孩子









- 1. 讚賞孩子良好表現;
- 2. 提醒孩子可改善的行為:
- 3. 父母檢討是次活動安排,作為 下次類似活動前的準備。





總結:預防問題行為六式

- 1. 讚賞、獎勵
- 2. 及早預備、活動安排
- 3. 預早協定、家有家規
- 4. 精簡指令
- 5. 獎賞有方
- 6. 替代活動
- 7. 事後檢討





正向管教技巧運用家長問卷



