



優質父母的積極參與

國立臺中教育大學教育學系

黃寶園

byhuang@gm.ntcu.edu.tw

你吃飽了嗎？



父母好不好當？

父母的教養型態

1. 民主
2. 權威
3. 放任



The background features a Go board with several stones. A prominent stone in the upper center has the Chinese character '父' (father) inscribed on it in red ink. Another stone in the lower center has the character '母' (mother) inscribed in black ink. The board is set on a light-colored surface with a grid pattern. A semi-transparent orange horizontal band is overlaid across the middle of the image, containing the main text.

你是哪一種教養型態的父母？

父母的教養型態

1. 民主（高供給、高要求、高控制、高溝通）
2. 權威（高控制、高要求、低供給、低溝通）
3. 放任（高供給、低要求、低控制、低溝通）



The background of the slide is a close-up, warm-toned photograph of a Go board. Several Go stones are visible, with the Chinese characters '黑' (Black) and '白' (White) inscribed on them in red and black ink respectively. A semi-transparent yellow banner is overlaid across the center of the image, containing the main text.

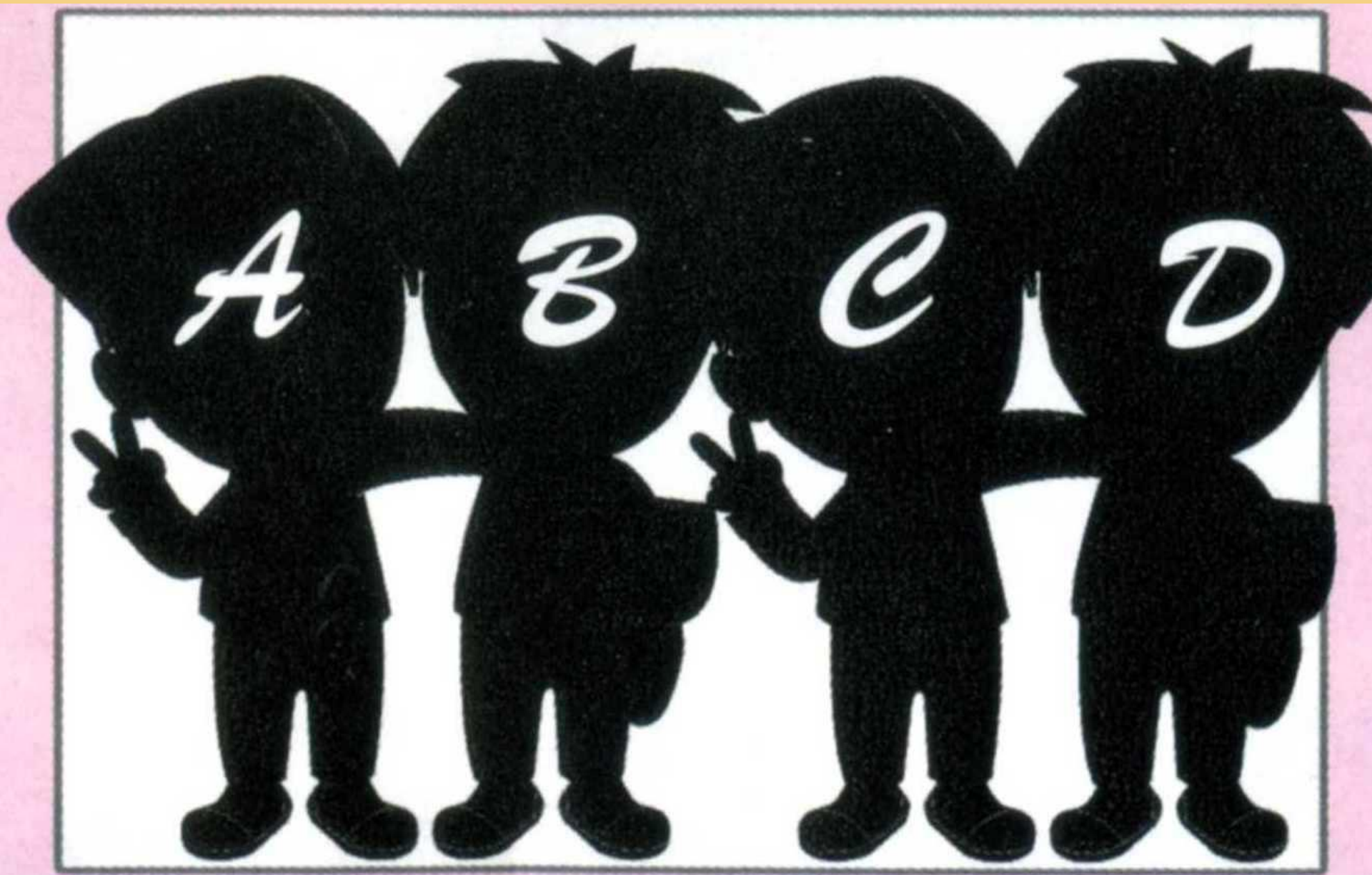
您瞭解孩子嗎？



▲ 你的孩子現在讀哪一班？



孩子的老師是誰？



▲ 你認識幾個孩子的同學？



▲ 跟哪一個同學最好？



▲ 孩子今天的功課是什麼？



你有沒有檢查孩子的功課？



▲ 簽聯絡簿的時候，有沒有看看孩子的功課有哪些？



▲ 孩子睡覺前功課是否已完成？

想一想

- 妳要孩子資優還是快樂？
- 直昇機父母、怪獸家長、恐龍父母、衛星導航父母、無人機父母
- 周杰倫與陳銳的故事



正向語言

使用正面的詞語時
聽的人和說的人的心情都會變好



正向語言的實驗

- 新鮮白飯的實驗

- 親子天下 2017/07/24

- 華盛頓大學心理學家約翰·戈特曼（John Gottman）教授，主張想要長時間維持幸福的關係，那正面的話就要說得比負面話還要多個五倍才行。但是一般家長，總是以責罵等負面話語來和孩子對話，若以教授主張的說法來看，每講五次正面的話，才能講一次負面的話。



正向語言

- 正向語言成為孩子「自我實現的預言」
- 不要說「你不要做……」，要說「你可以做……」。
- 不要說「你給我去做……」，要說「請你去做……」。
- 避免嘲諷：怎麼教了這麼多次還不會？真是豬頭！」
- 「我」訊息的運用：



正向語言

- 「我」訊息的運用：
 - 行為：當你……
 - 感受：我覺得……
 - 後果：因為……
 - **當你**很晚回家的時候，**我覺得**很擔心，**因為****我怕**你在外面出事



語言所產生的效果

- 父母可以是兒女祝福的天使，也可以是兒女咒詛的鬼魔
- 父母罵孩子笨蛋，他至終成為笨蛋；
父母罵孩子沒出息，他至終沒出息。



孩子課業重不重要

- 重要？
- 不重要？
- 功課好，未來會如何？
- 功課不好，未來又會如何？
- 成為大學中A、B、C等級中哪一級的人？



如何對待孩子

- 孩子要如何教？
 - 自由發展或嚴加教導；快樂學習
- 孩子要教
 - 誰教？教什麼？教到何種程度？
 - 怎樣才教得好？親師要密切合作
- 顧及孩子基本能力的培養
- 適性發展
- 環境對孩子的影響很大
 - 環境的豐富性



快樂學習的真義

- 產生興趣、湧現熱情→樂在其中、不斷追求→遇到困難、努力突破→深入這項事物、更喜愛這項學習→投入更多心力→遇到更多困難→更努力克服難題→更精於此領域...
 - 不斷循環、不斷進階，而終至達到專業。
- 「要下苦工之前，先學會玩！」意味著一趟成功的學習之旅絕對是從「有樂趣」開始。
- 孩子自發性的學習必定是從『快樂』切入」



快樂學習的真義

- 孩子對鍾愛事物「初體驗」絕對是快樂的，而「快樂的初體驗」對一趟成功的學習而言，也絕對是必要的。
- 進入「下苦工」的階段後，學習一點也不快樂。
- 多數孩子在學習上的最大難題是，學會玩之後，卻下不了苦工！



快樂學習的真義

- 幫助孩子願意持續努力，父母能怎麼做呢？
- 1.打散困難度：
- 2.給予胡蘿蔔：
- 3.推他一把：
- 我們必須誠實面對學習的真實本質是：完整的學習旅程一點也不浪漫，絕難戲劇性的快樂到底！



閱讀的重要性

- 閱讀是一切學習的基礎
- 塑造適宜的環境
- 培養閱讀的習慣，讓孩子親近書
 - 讀書給孩子聽 有感情的大聲朗讀 營造幸福感
 - 為孩子說故事 反覆說 注意變化技巧
 - 融入書的情境 角色扮演 融入生活 把書當朋友
 - 父母以身作則 好模範 全家讀書樂
 - 把書當禮物送給孩子 最棒的投資



營造一個良好的學習環境

- 環境包含物質環境與心理環境二層面
- 學習要營造氣氛
- 不要讓父母親成為不良的學習環境
- 什麼環境培養什麼樣的孩子
- 怎樣的父母就有怎樣的孩子
- 環境的豐富性可以提升孩子的智能



營造一個良好的學習環境

- 環境包含物質環境與心理環境二層面
- 學習要營造氣氛
- 不要讓父母親成為不良的學習環境
- 什麼環境培養什麼樣的孩子
- 怎樣的父母就有怎樣的孩子
- 環境的豐富性可以提升孩子的智能



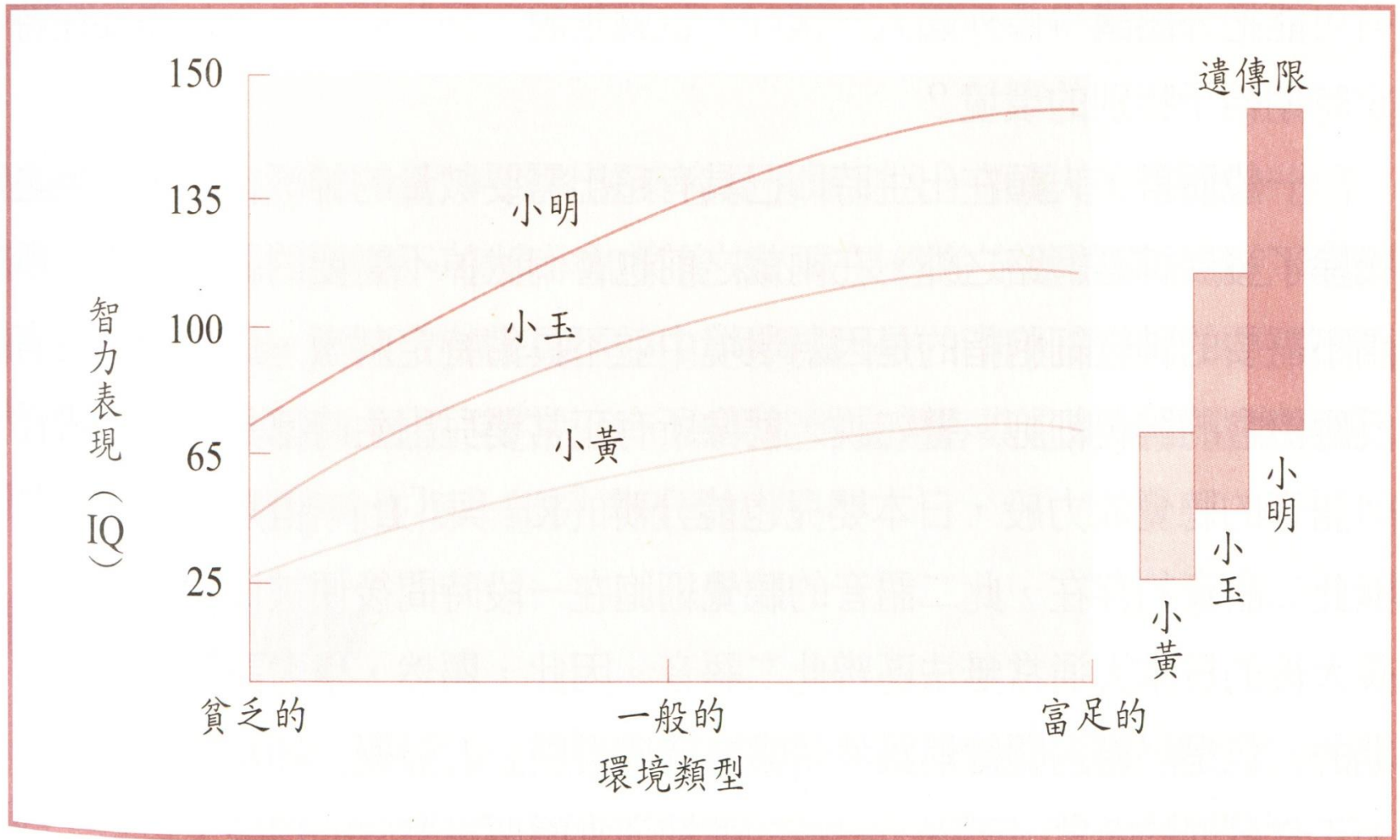


圖3-4 Gottesman的反應界限原則

(引自 Shaffer, 1999, p.102)

讓孩子專心的幾項原則

- 營造適合讀書的環境
- 作息規律
- 找到讀書的黃金時間
- 漸漸延長專心時間
- 手到口到
- 讓大腦喘口氣



讓孩子專心的幾項原則

- 驗收學習成果
- 節制使用「三電」
- 保持好心情
- 了解孩子的氣質
- 把學習變有趣
- 遠離「不專心」的食物



確認你和子女的親密關係

以下的敘述你做到幾項？請數一數

商業週刊1159期

- 不管多忙碌，每天和孩子至少有20分鐘獨處的時間
- 我和孩子相處的時候，心情愉快的狀態多於心情差的次數
- 和孩子在一起，我經常摸他的頭、拍肩，或是彼此擁抱
- 和孩子說話的時候，我能耐心的聽完
- 和孩子對話，除非必要，我不會說「你應該…」
「你最好…否則…」 「你再…就要…」



確認你和子女的親密關係

商業週刊1159期

- 孩子經常願意告訴我，學校生活許多我不知道的事。
- 出門旅遊之前，我會先和孩子溝通行程。
- 我要求孩子的每一件事情，自己也都能做到。
- 我會把工作上遭遇到的壓力，找機會說給孩子聽。
- 我同意，孩子的快樂比成績重要。



確認你和子女的親密關係

商業週刊1159期

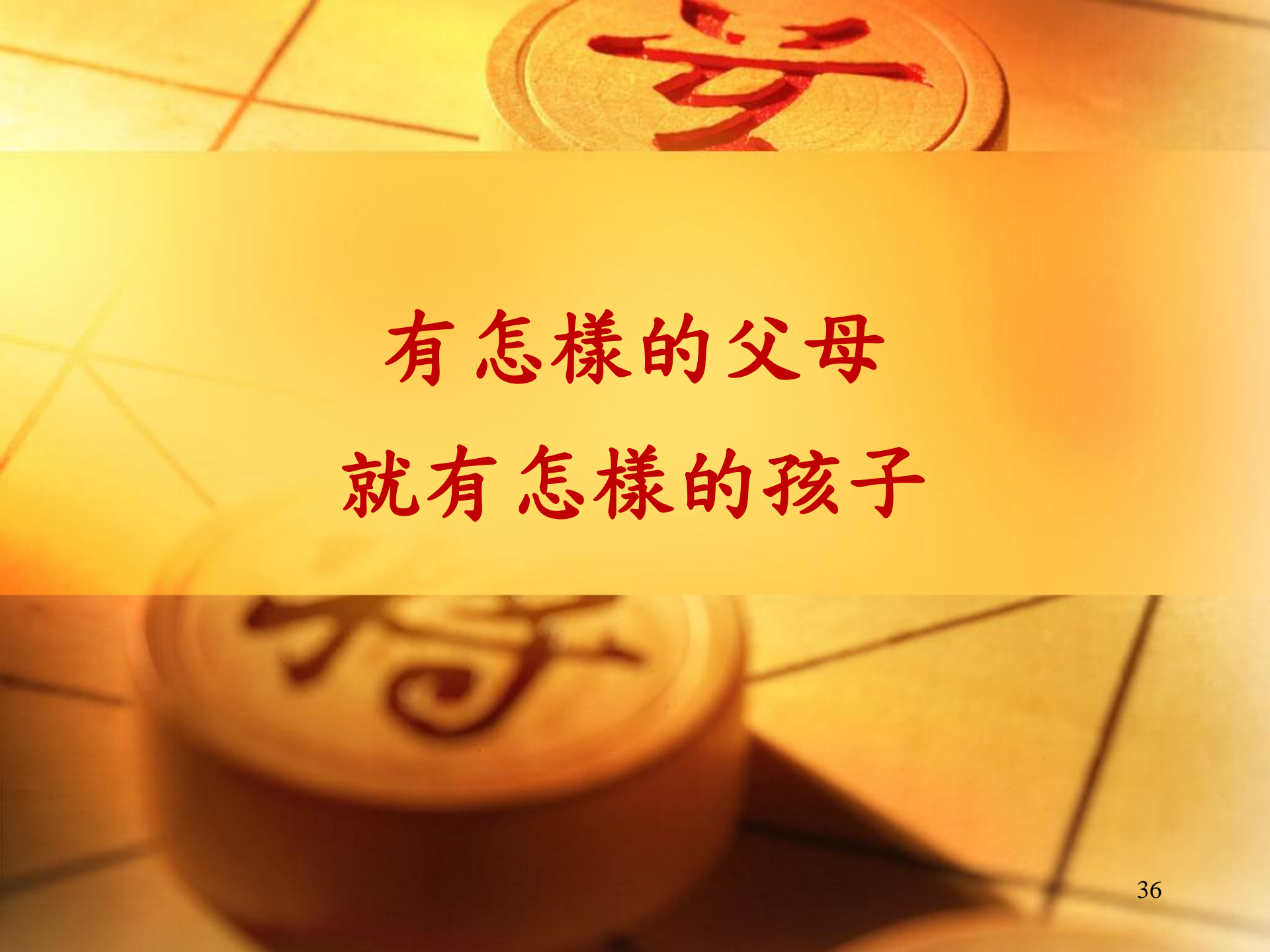
- 超過5提答案是否定的，親子關係亮紅燈。
- 超過5提答案是肯定的，親子關係亮黃燈。
- 10題都答「是」，親子關係亮綠燈

• 資料來源：

商業週刊1159期

<http://www.businessweekly.com.tw/webarticle.php?id=39207&p=5>



The background features a Go board with several stones. A stone with the Chinese character '父' (father) is visible at the top, and another with '子' (child) is at the bottom. The board is set against a warm, golden-yellow light.

有怎樣的父母
就有怎樣的孩子

Children Learn What They

Live by Dorothy Law Nolte

- 如果兒童的生活盡是吹毛求疵，那麼他也學會責難別人。
- 如果兒童的生活充滿敵意，他就學會鬥爭。
- 如果兒童生活在恐懼的環境裡，他將學得憂心忡忡。
- 如果兒童生活在充滿嫉妒的環境裡，他將學會仇恨。
- 如果兒童生活在譏諷的環境裡，他將學會忸怩不安。
- 如果兒童生活在羞愧的環境裡，他將學到自責。
- 如果兒童的生活環境充滿鼓勵，他就有強烈的自信心。
- 如果兒童的生活環境充滿寬容，他就學得到耐心。
- 如果兒童的生活環境充滿讚美，他就學會欣賞別人。
- 如果兒童生活在肯定他的環境，他就學會去愛自己。
- 如果兒童生活在安全的環境，他就學會信任自己和別人。
- 如果兒童生活在友誼的環境，他將學會世界是個美好的地方

先進觀念・輕鬆掌握



《溺愛戰爭》

建議最佳閱讀版本：powerpoint 2000

愛孩子容易，用對的方式去愛，卻很難…
這是二十一世紀全球父母的難題，
愛，多給容易，卻難恰到好處！



愛太多、要求太少的溺愛型父母

—4大管教模式與管教結果



易開罐的愛 只會害了孩子

父母對孩子過多的愛、不當的愛，
會讓孩子產生七大負向性格：

- 驕傲 · 憤怒 · 妒嫉
- 懶散 · 陷溺 · 貪婪 · 暴食厭食

別讓你的愛成為**易開罐**的愛：**廉價、易開、隨取隨有**。剝奪孩子面對問題的
機會，不是愛他，是害他！



在大陸，有位父親每天賺了錢，只吃兩個饅頭、兩根蔥，但一定會買隻雞腿給兒子吃。

有次他生病了，妻子把兒子的雞腿給他吃，兒子竟然打母親一巴掌說：這雞腿是我的，為什麼要給爸爸吃？

你是否讓孩子也有「我本該吃最好的」這種錯覺？

這只會讓孩子沒有感恩心，養成挑食習性！



在台北，六歲的Mary活在母親對她百依百順的羽翼下，在學校，只要有人不合她的意，她就用尖叫及大吼抗議，連她的母親都對她束手無策。

你的孩子是否也出現這種狀況？

被放任的孩子，容易和同儕出現爭執，在將來的社會互動中，比其他孩子更容易產生挫折感！





5倍的錯愛

調查顯示，僅相差一個世代，父母給孩子的物質享受就增加五倍。

溺愛型父母給予孩子過度自由與物質享受，卻未給予適當指導，因此讓孩子無法制止本身負向及不合理的行為，自我接納能力也低。

孩子該有的11大能力

- | | | |
|---------|---------|--------|
| 1. 同理力 | 2. 自信力 | 3. 勇敢力 |
| 4. 決定力 | 5. 等待力 | 6. 親和力 |
| 7. 尊重力 | 8. 合作力 | 9. 智慧力 |
| 10. 接納力 | 11. 表達力 | |

你的孩子具備幾項能力？

為了孩子，請停止溺愛，並謹記四口訣：「停、收、等、慢」，以正確的愛，幫助孩子成長。



四大口訣一：停

給愛前，先問這是誰的需要？

樊雪春寫了篇文章，內容描述母親給她的是一份「專斷的愛」。

成長的歲月中，她嫌我洗澡洗不乾淨，帶菜瓜布好心的把我拎進浴室，她洗得很高興，我則是低著頭像一隻待宰羔羊…

父母的好意和子女的需要常背道而馳，因此，父母在給愛時，請先問自己，這是誰的需要？



四大口訣二：收

孩子的問題，留給他們解決

讓孩子處理屬於他們自己的問題，是一件很重要的事，這並不意謂停止對孩子的愛，而是肯定孩子處理問題的能力。

好父母最好是少一隻手，不要剝奪孩子解決問題的機會，父母只要從旁鼓勵和注意就夠了！



四大口訣三：等

不立即服務，讓他為自己負責



父母要學會等，不要立即做出反應，讓孩子經歷自然合理的行為結果。

父母若一直為孩子做太多不必要的服務，結果只會讓孩子養成不在乎的習慣，父母就得一直扮演「為孩子負責」的角色。



四大口訣四：慢

延後享樂，競爭力更強

這是非常有名的「延後享樂」實驗：

先讓小朋友選擇最喜歡和次喜歡的食物，然後告訴他們，不想等大人回來的小朋友會拿到次喜歡的食物；可以等，但不知會等到何時的小朋友，會拿到最喜歡的食物。

追蹤十多年後發現，等待越久的小朋友，長大後表達力及邏輯能力等都愈好。



The background features a Go board with several stones. A prominent stone in the upper center has the Chinese character '空' (Kong) written in red ink. Another stone in the lower center has the character '可' (Ke) written in black ink. A large, semi-transparent yellow rectangular area is overlaid on the board, containing the main title text.

從孩子的角度看問題
思考問題

The background of the slide is a close-up, warm-toned photograph of a Go board. Several Go stones are visible, with the Chinese characters '子' (stone) and '空' (empty spot) inscribed on them in red and black ink respectively. The central text is overlaid on a semi-transparent yellow band.

小孩的思考是很單純的

要小孩子不要打架，動口不動手

父母給孩子最好的禮物

- 安全感

- 一出生：媽媽的氣味、心跳聲
- 信任與不信任的發展
- 環境不要變異過大：媽媽、保母、阿姨、阿媽

- 親密的家庭氣氛

- 家是孩子最大的依靠，帶來穩定的力量、優異的成績
- 美國南達柯塔洲：教師薪資最低、小孩所獲資源最少；學業性向測驗分數最高
- 離婚率最低、家庭關係緊密、維持傳統價值觀

- 給孩子一個好榜樣

- 有怎樣的父母就有怎樣的子
- 父貪子貪；父簡子簡；父廉子廉



父母給孩子最好的禮物

- 發現孩子的特長，引導出孩子最好的一面
 - 發揮優勢能力
 - 最投入、最專注、最愉快
- 培養孩子健康的習慣
 - 近視、體重過重
 - 均衡飲食、多吃蔬果、少吃垃圾食物
 - 看電視不要邊吃零食
 - 養成運動的習慣；陪孩子運動；運動的孩子較開朗
- 當孩子情感的啟蒙者
 - 父母對孩子自然流露的愛，是對孩子最好的情感啟蒙
 - 道德：我們該怎麼做；理智：用什麼方法做；情感：願意怎麼做
 - 凡事感恩
 - 父母的感受要表達給孩子知道



我是成功的父母

- 我樂意改變自己
 - 作息、態度
- 教孩子自制自律
 - 與孩子有所約定
 - 從日常生活中讓孩子養成習慣
 - 不要期待孩子講了就有效
- 我能心口如一，說到做到
 - 各項原則的建立；態度一致（對自己、孩子）
- 發覺並欣賞孩子的小小優點
 - 勿放大缺點、縮小優點
- 理性控制自己的行為和情緒



報告完畢

敬請指教

