

# 浸信會呂明才中學家長團契

1

讓孩子在欣賞和勵勉中成長

6-13. 2. 2017

# 幫助孩子成長的基礎

---

從接納開始

# 幫助孩子成長的基礎

## 接納

建立安全感和自我價值

# 討論：

志明讀中二，成績中等。老師形容他細膽怕事，絕少主動嘗試答問。課堂上的分組比賽，他多作壁上觀，不願意親身參與。偶爾必須參賽時，他對輸贏，表現得十分緊張。社交方面，志明怕得失同學。不論對錯，都不敢堅持己見，只附和其他人的看法。

# 討論：

班主任對他的表現感到好奇，家長日細問志明媽媽，得悉他的表哥在學業成績上表現出色，表姐在運動方面表現超卓。志明媽媽常用表哥和表姐的表現，勉勵他追求卓越。爸爸更常用「無鬼用」、「唔爭氣」、「慢吞吞」等反話，期望可以提升志明的鬥心和效率，爭取良好表現。可惜，事與願違，父母的催逼越多，志明越退縮，越怕出錯，越想逃避……。

# 不能經歷接納：

志明內心的焦點是甚麼？

怕輸，不想面對

父母內心的焦點是甚麼？

推動他，他就可以發揮動力，達到父母預期的效果

他們可以對焦嗎？父母可以接納他的感受嗎

# 不能經歷接納：

- 怕輸 → 不敢嘗試 → 找不到自己的潛質
- 怕指責 → 沒有安全感 → 親子關係疏離
- 找不到自我價值 → 人際關係疏離

# 不能經歷接納：

不能經歷接納



沒有潛質、沒有安全感、沒有價值、關係不好



得不到欣賞

# 經歷接納：

➤ 尋找潛質/興趣 ➡ 肯定價值 ➡ 創造明天

孩子可以發展獨特的性格、氣質、能力、  
善長.....，成為獨特的個體。

# 經歷接納：

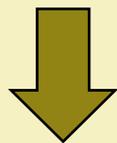


可以與孩子建立「具安全感的真切關係」

讀寫障礙的媽媽

# 經歷接納：

經歷接納



肯定潛質和價值、有安全、建立和諧關係



得到欣賞

# 怎樣讓孩子經歷接納

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 1. 箴22: 6

教養孩童，使他走**當行的道**，就是到老他也不偏離。

## 2. 西3:21

你們作父親的，**不要惹兒女的氣**，恐怕他們**失了志氣**。

## 弗6:4

你們做父親的，**不要惹兒女的氣**，只要**照著主的教訓和警戒養育**他們。

## 3. 父母對孩子的**愛與接納** -- 浪子比喻

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 1. 接納上帝的創造

- 他的特質
- 他的性格
- 他的強/弱

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 2. 反思期望

# 怎樣讓孩子經歷接納

班主任對他的表現感到好奇，家長日細問志明媽媽，得悉他的**表哥在學業成績上表現出色，表姐在運動方面表現超卓**。志明媽媽常用表哥和表姐的表現，勉勵他追求卓越。爸爸更常用「無鬼用」、「唔爭氣」、「慢吞吞」等反話，期望可以**提升志明的鬥心和效率，爭取良好表現**。可惜，事與願違，父母的催逼越多，志明越退縮，越怕出錯，越想逃避.....。

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 2. 反思期望

A. 父母「特別」的期望

B. 孩子的獨特性、優點及限制

**B > A**

# 怎樣讓孩子經歷接納

3. 謹慎使用肯定或批評的字眼

# 怎樣讓孩子經歷接納

班主任對他的表現感到好奇，家長日細問志明媽媽，得悉他的表哥在學業成績上表現出色，表姐在運動方面表現超卓。志明媽媽常用表哥和表姐的表現，勉勵他追求卓越。爸爸更常用「無鬼用」、「唔爭氣」、「慢吞吞」等反話，期望可以提升志明的鬥心和效率，爭取良好表現。可惜，事與願違，父母的催逼越多，志明越退縮，越怕出錯，越想逃避.....。

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 「最 HURT 的說話？！」

小學生與中學生認為父母對自己所講『最 HURT 的說話』

| 小學生               | 中學生              |
|-------------------|------------------|
| 1. 死蠢 / 無腦        | 1. 睇人哋幾叻，你學吓人啦   |
| 2. 睇人哋幾叻，你學吓人啦    | 2. 咁多人死唔見你死      |
| 3. 讀書又唔見你咁叻       | 3. 死蠢 / 無腦       |
| 4. 衰嘢你就學足，好嘢又唔見你學 | 4. 讀書又唔見你咁叻      |
| 5. 咁多人死唔見你死       | 5. 粗口            |
| 6. 讀屎片            | 6. 衰嘢你就學足，好嘢唔見你學 |
| 7. 生舊壽司好過生你       | 7. 駁咀你就叻         |
| 8. 駁咀你就叻          | 8. 大人講嘢幾時到你出聲    |
| 9. 大人講嘢幾時到你出聲     | 9. 讀屎片           |
| 10. 去做乞兒          | 10. 賤骨頭          |

( 參考資料來自 [http://www lovebankingod.com/like\\_and\\_hurt.htm](http://www lovebankingod.com/like_and_hurt.htm) )

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 3. 謹慎使用**肯定**或**批評**的字眼

- ✓ 你的父母，有否對你說過這樣的說話嗎？  
當時你的感受如何？
- ✓ 如果孩子聽到這樣的說話，他們有何感受？

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 3. 謹慎使用肯定或批評的字眼

否定的言語令人難受，負面的批評，挫折孩子的心靈。儘管習慣了，但也會傷害關係。

正面的肯定，可以建立孩子的自信。

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 4. 檢視原生家庭的接納程度

個案 - 英國女孩

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 4. 檢視原生家庭的接納程度

父母不接納 → 沒有價值 → 不接納自己  
→ 不容易接納孩子 → 批評/操控  
→ 孩子不能肯定自己 → .....

**不能終結的循環**

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 4. 檢視原生家庭的接納程度

用接納打破這不能終結的循環

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 5. 具體表現

- ✓ 容讓孩子有犯錯的權利，而不一味責備。
- ✓ 避免帶有攻擊性輕蔑的話傷害對方，如：  
你很蠢，你真沒有用。
- ✓ 要說造就的話：我明白你的感受... 我知道你的想法，與我不同...。

# 怎樣讓孩子經歷接納

## 5. 具體表現

- ✓ 邀請他們幫忙
- ✓ 鼓勵他們做回自己，無須與別人比較。
- ✓ 認真聆聽孩子的話而不打岔。  
打岔反映你的不接納
- ✓ 只期望孩子能盡責任做好，不要吹毛求疵

# 總結

**接納** -- 建立安全感和自我價值

不能經歷**接納** --

- 找不到自我價值
- 沒有安全感
- 親子關係疏離
- 人際關係疏離
- 可以得到欣賞

# 總結

接納 -- 建立安全感和自我價值

經歷接納 --

- 尋找潛質
- 肯定自我價值
- 安全感
- 親子關係密切(接受管教)
- 得到欣賞

# 總結

## 怎樣讓孩子經歷接納

- 接納上帝的創造
- 反思期望
- 謹慎使用肯定或批評的字眼
- 檢視原生家庭的接納程度
- 具體表現

## 經文(馬太福音七24-27)

「所以凡聽見我這話就去行的、好比一個聰明人、把房子蓋在磐石上。

雨淋、水沖、風吹、撞著那房子、房子總不倒塌。因為根基立在磐石上。

凡聽見我這話不去行的、好比一個無知的人、把房子蓋在沙土上。

雨淋、水沖、風吹、撞著那房子、房子就倒塌了。並且倒塌得很大。」



Appreciation 讚賞  
Acceptance 接納