

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

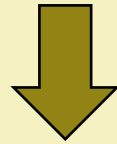
他們可以對焦嗎？父母可以接納他的感受嗎

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：

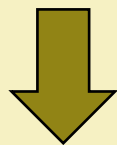


可以與孩子建立「具安全感的真切關係」

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)

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