

給家庭的積極解決方案

第一單元 聯係起來！

由早期學習之社交與情感基礎中心原創
WestEd於2013年3月為早期學習之社交情感基礎的加州合作項目
(CA CSEFEL)而將其改編以在加州使用







1

給家庭的解決方案 六個單元



- 第一單元 – 聯係起來！
- 第二單元 – 付諸行動！
- 第三單元 – 兒童為什麼做他們所做的？
- 第四單元 – 教我該做什麼！
- 第五單元 – 面對挑戰(第一部分)
- 第六單元 – 面對挑戰(第二部分)









2

今天會發生什麼

- 互相見面並了解我們的家庭
- 討論我們組的目標與期望
- 討論與我們的孩子建立良好關係的重要性
- 討論對我們的孩子使用正面的評論和鼓勵的“威力”
- 回顧：在家裏嘗試的方法









3



認識你！

- 請分享：
 - 你的名字
 - 你有多少個孩子（名字和年齡）
 - 一個與我們“給家庭的解決方案”小組有關的目標
 - 例子
 - Gail: Lulu (15個月大): “我想做一個最好的家長。”
 - Maria: Jose (4歲)和Luis (5歲): “我想要我的兒子聽我的話。”
 - 關於你和你家庭的任何其他資料！



4

期望

- 我們友好善良
 - 這對我們組來說意味著什麼呢?
- 尊重別人
 - 這對我們組來說意味著什麼呢?
- 注意安全和健康
 - 這對我們組來說意味著什麼呢?




CA 5

有關關係的活動

練習冊中的活動 1

- 想一想某一個在你成長過程中對你來說很特別的人。
- 是什麼讓你想到這個人?
- 他們做了什麼使得他們對你來說很重要或很特別?



CA 6


“每個孩子都需要一個非常寵愛他的人。”
Uri Bronfenbrenner



CA 7

與你的孩子在一起的優質時間

- 好處?
- 障礙?



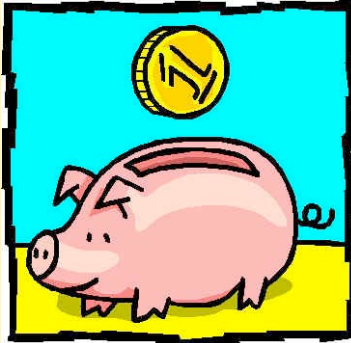
CA 8

與孩子建立良好的關係



CA 9

與孩子建立良好的關係




- 當我們專注於與孩子建立良好的關係時，就好像往他們的關係儲蓄罐裏“存款”
- 當我們嚴厲、負面或對他們生氣時，就好像我們在取款，結果我們需要不停地填充和再填充

CA 10

存款活動

練習冊中的活動 2


- 我們可以以不同的方式存款：擁抱、微笑、鼓勵性的語句、傾聽、遊戲...
- 寫、畫、記筆記或列舉**5**個方法，你下個星期會嘗試這些方法來“填充/再填充”你孩子的關係儲蓄罐。這些將是會讓你的孩子感到十分特別的事情！是將會幫助與你的孩子建立良好關係的事情。



CA 11

積極的肯定描述 就像變魔術一樣


- 另一種增加存款的方法是PDA，即是積極的肯定描述！
- 對於不恰當的行為，我們通常給予孩子指導或糾正
- 當我們開始對孩子的正當行為作出評價，他們就會知道該做什麼，並且會更經常這麼做
- 當我們對所看到的行為作具體的評價，並與我們所想要看到的期望或特性聯繫起來，這些評價就會產生最大的影響力



CA 那就是積極地肯定描述 練習冊講義 3 12

鼓勵你孩子的建議

強而有力的親子教育實踐！




- 建議 1** 獲取你孩子的注意
- 建議 2** 使用具體語言描述行為 – 說出你所看到的
- 建議 3** 加上與行為相關聯的期望/特性 – 合作、互助、注意安全
- 建議 4** 保持簡潔 – 避免把鼓勵與批評結合在一起
- 建議 5** 熱情地鼓勵
- 建議 6** 通過熱情的肢體動作使影響加倍
- 建議 7** 在別人面前對你的孩子使用積極的評價和鼓勵

CA 13

PDA記錄活動

練習冊中的活動 4

- 嘗試在這個星期至少5次使用積極的肯定描述來鼓勵你的孩子！參考練習冊中的活動 4.



CA 14

鼓勵性陳述語句的例子

- “和你一起玩很開心 – 你很懂得分享你的玩具。”
- “你幫我把東西拿進來，真是一個好幫手。”
- “謝謝你在妹妹睡覺時小聲說話。”
- “哇！你今晚很棒，把玩具撿起來，每一件都放進玩具箱裏！”

CA 15



在家裏嘗試的方法

聯係起來！

積極的親子建議

- 嘗試填充/再填充你孩子的關係儲蓄罐(練習冊中的活動 2)
- 嘗試對你的孩子使用積極的肯定描述(練習冊中的活動 4)
- 一起快樂地玩耍！



CA 16