

聖公會油塘基顯小學
家長講座

唔吼唔打--
教出好孩子

香港基督教女青年會
樂華綜合社會服務處
張燕紅姑娘(單位主任)

2024年1月10日



你會如何形容「管教」這回事？

甜蜜溫馨？



不停追趕？



煩燥不安？

無止境的
掙扎？



一啖__一啖__？

最令你惱火的是當孩子.....

- 要家長陪伴在旁才肯做功課
- 拖延
- 求其、馬虎、無心機
- 不專心
- 少少事便發脾氣大吵大鬧
- 容易喊
- 未試就話難
- 掛住打機
- 一言九“頂”



日常生活中，當你希望孩子跟從你的指示時，你會怎樣做？

稱讚孩子的行為？

解釋行為背後的後果？

耐心指導？

高聲呼喝孩子？



表達你的感受或期望？



不斷批評？



打罵孩子？

請在下列的行為列表中，順序選出你估計孩子認為最能破壞親子關係的五個父母行為，並以✓作表示。

破壞親子關係的家長行為		破壞親子關係的家長行為	
1	以侮辱性說話傷害我的自尊心	12	侵犯私隱
2	體罰	13	擅自幫我做決定
3	用說話或行動故意貶低我	14	不容許我流露負面情緒
4	不關心我的感受和需要	15	不容許我表達個人意見
5	刻意地拿我和其他比我優秀的人作比較	16	未得我同意下便丟棄我的個人物品
6	冤枉我	17	在公眾場合打罵我
7	偏心	18	父母過於情緒化
8	沉迷不良嗜好(例如:賭博、酗酒等等)	19	父母講一套做一套
9	講過唔算數	20	父母忽視家庭需要
10	迫我做我不喜歡做的事	21	因父母爭吵而責怪我
11	不問理由便先責罵我	22	其他(請註明：)

請在下列的行為列表中，順序選出你估計孩子認為最能增進親子關係的五個父母行為，並以✓作表示。

增進親子關係的家長行為		增進親子關係的家長行為	
1	每日一個擁抱或親吻	12	給我讚賞及鼓勵說話
2	帶我往外地旅行	13	與我一同觀看電視節目
3	樂意聆聽我的心聲	14	接納我個人的不足
4	送禮物給我	15	主動與我一同外出用膳
5	主動與我一同遊戲	16	向我說一聲：「我最錫你」
6	加零用錢	17	早點回家陪我
7	帶我參與家庭聚會	18	信任我
8	購買我喜歡的物品	19	接納我的意見
9	包容我的犯錯	20	容讓我自己做決定
10	與我一同玩電腦遊戲	21	教授我書本以外的知識
11	關心我的感受	22	其他(請註明：)

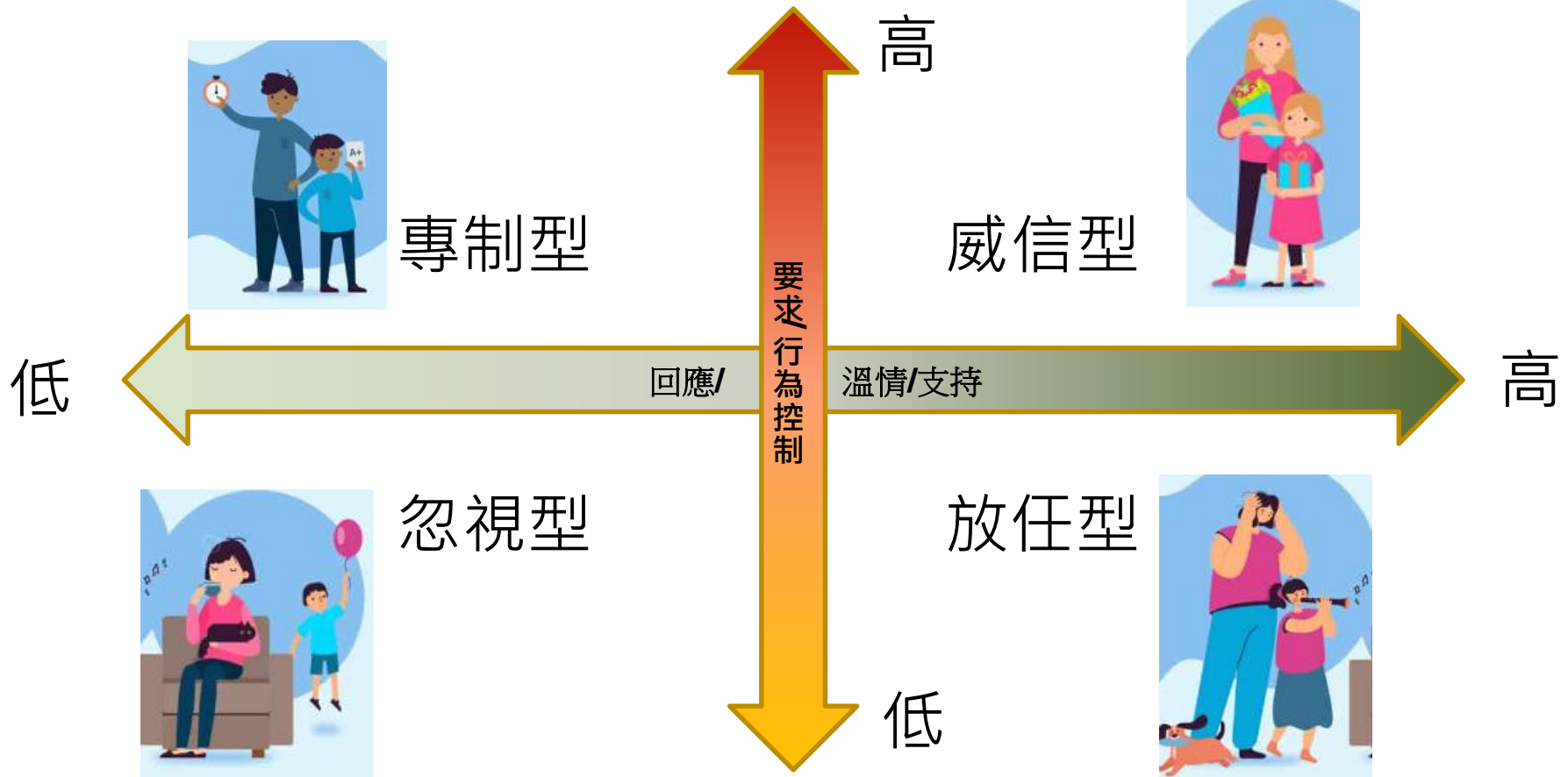
你的答案與調查結果的答案一樣嗎？

	破壞親子關係的家長行為	增進親子關係的家長行為
第1位	刻意地拿我和其他比我優秀的人作比較	關心我的感受
第2位	講過唔算數	信任我
第3位	以侮辱性說話傷害我自尊心	給我讚賞及鼓勵說話
第4位	迫我做我不喜歡做的事	樂意聆聽我的心聲
第5位	不問理由便先責罵我	包容我犯錯

你認為自己是哪種家長？



BAUMRIND'S 家長管教方式



忽視型家長



- 漠不關心
 - 不會認為管教孩子是自己的責任
 - 拒絕子女
- 不能負荷自己的壓力和問題
 - 沒時間和精力用於教養子女

家長管教方式對孩子的影響

忽視型家長



- 自我
- 缺乏安全感
- 冷漠
- 對人缺乏信任
- 衝動/自制能力差
- 情緒管理/共情能力較差

專制型家長



- 高要求、多限制
 - 要孩子遵守許多規則
 - 對孩子控制得很嚴
- 要求孩子達成自己期望
 - 很少向孩子說明原因
 - 孩子無法商量、選擇
- 強硬策略、嚴厲懲罰
- 家長是話事人，強硬
 - 孩子感受不到溫暖和支持

家長管教方式對孩子的影響

專制型家長



- 焦慮、退縮
- 情緒化
- 缺乏自信、安全感
 - 為他人認同而努力
- 對人缺乏信任
 - 易生不滿、報復心理、攻擊性
- 兩面表現
 - 在家拘謹
 - 出外放任

代表人物：鋼琴王子 李雲迪



放任型家長



- 很多愛，卻缺乏規範
- 害怕破壞親子關係
 - 允許孩子自由地表達感覺和衝動
 - 縱有不對也不忍心責備
- 將問題怪罪孩子身邊的人
- 妥協、就範、賄賂
- 家長要做孩子的最好朋友
- 孩子是公主王子
- 只要孩子開心

家長管教方式對孩子的影響

放任型家長



- 難與人相處
 - 自我中心
 - 喜歡支配人
- 自我管理能力低
 - 易發脾氣
- 欠自律、努力動機
 - 學業成績不理想

威信型家長



- 恩威並重
 - 有要求及期望，同時了解及慈愛孩子
- 給予有限制但充足的自由
- 著重溝通引導
 - 清楚表達期望
 - 解釋限制的理由，不遵守的後果
 - 了解孩子的想法、感受
- 對成長最有利的管教方式

家長管教方式對孩子的影響

威信型家長



- 自信、有安全感
 - 樂觀面對挑戰
- 能正視自己和別人的感受
 - 有良好社交關係
- 抗逆力強
 - 懂得調節負面情緒

幾種不同管教方法，大家最常用
那些方法？

說教

恐嚇

讚賞

責罵

後果

體罰

幾種不同管教方法，大家覺得哪個最有效？

說教

恐嚇

讚賞

責罵

後果

體罰

無效管教的負面影響

1. 身體上的傷害
2. 模仿錯誤行為，影響人際關係
3. 影響大腦發展，繼而影響整體發展，
包括學習能力、社交和情緒調節能力
4. 損害自我價值和形象
5. 破壞親子關係，形成反叛心理，與家
長進行權力鬥爭
6. 可能觸犯法例

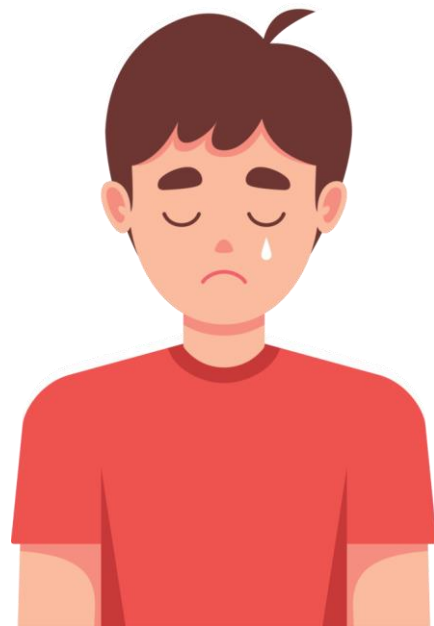


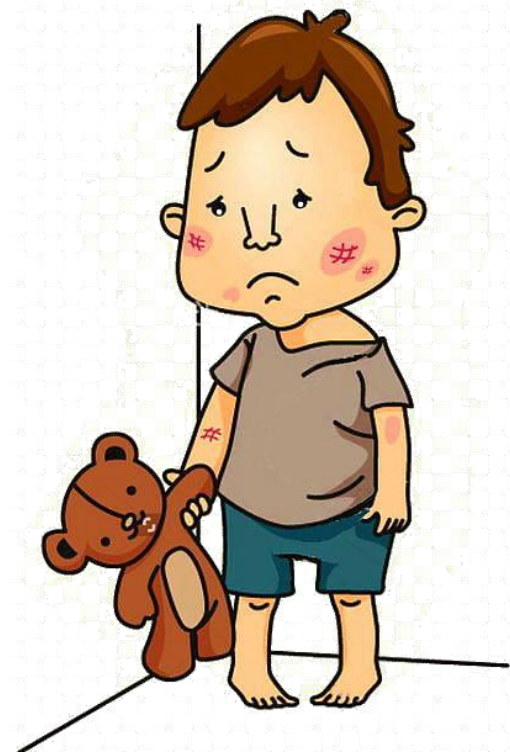
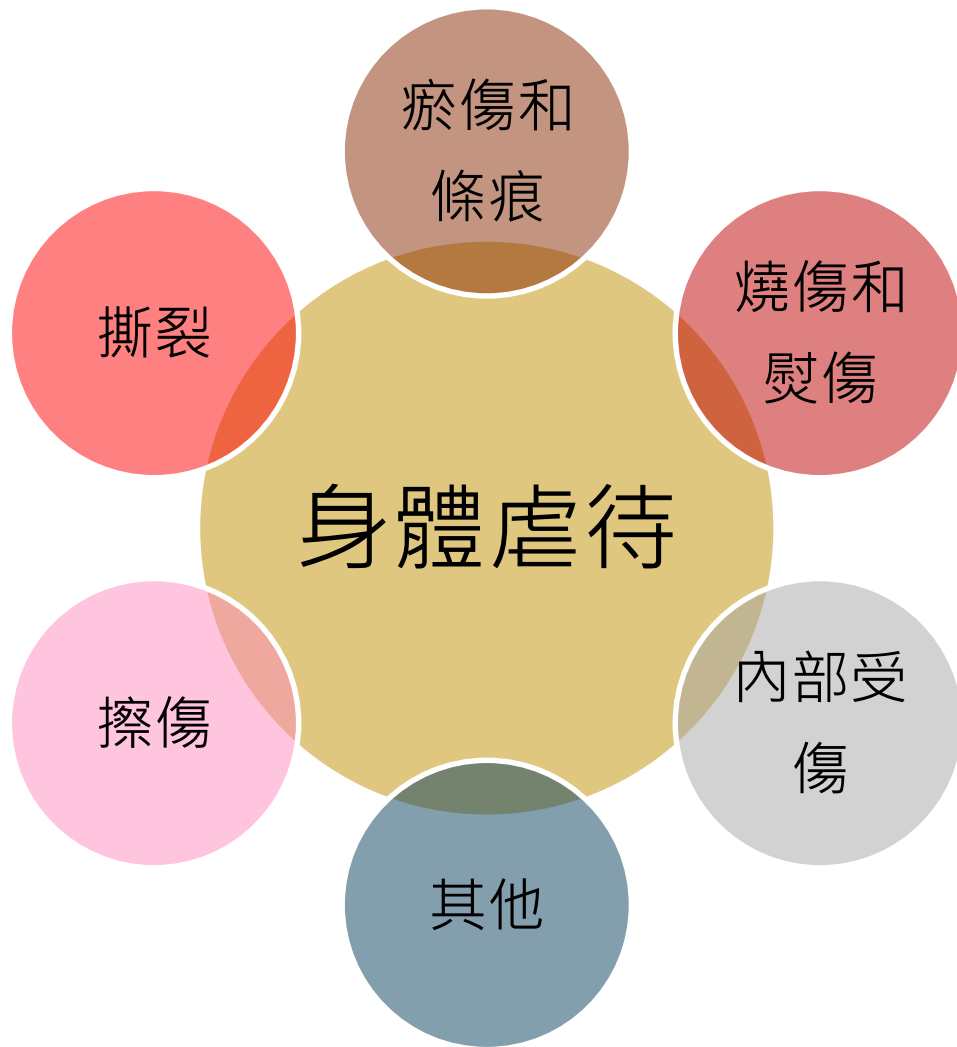
《保護兒童及少年條例》（第213章）

第32條第2點

如遭受以下對待兒童，將受到條例保護：

- (a) 曾經或正在受到襲擊、虐待、忽略或性侵犯；或
- (b) 健康、成長或福利曾經或正在受到忽略或於可避免的情況下受到損害；或
- (c) 健康、成長或福利看來相當可能受到忽略或於可避免的情況下受到損害；或
- (d) 不受控制的程度達至可能令他本人或其他人受到傷害，而須受照顧或保護的兒童或少年。





精神虐待

- 危害或損害兒童情緒或智力發展的重複行為及態度模式或極端事件
- 羞辱、驚嚇、孤立、剝削/利誘、漠視兒童的情緒反應，向兒童傳遞他/她是沒有價值、有缺點、沒有人要或沒有人愛的訊息



強制舉報虐兒草案

- 建議新機制列明，社工、教師及醫護等**23**類人士列強制舉報者
- 強制舉報者未有履行責任將面臨最高三個月監禁及罰款**50,000**元

REPORT



如何能做到有效管教？



了解孩子不同階段的需要和能力

發展階段	孩子在各階段的特徵及任務	父母要幫助孩子
2-3歲	<ul style="list-style-type: none">•意識到危險，並常表達害怕擔憂•明白自己的感受，但仍需時間學習體會別人的感受	<ul style="list-style-type: none">•給予大量支持、安撫及鼓勵•尊重孩子的感受，分享自己的感受
4-5歲	<ul style="list-style-type: none">•求知慾旺盛，常問「為甚麼」•自我中心，透過玩耍學習解難、代入他人感受•渴望從幫助別人獲得認同。	<ul style="list-style-type: none">•耐心回答他們的問題，幫助找尋答案•讓孩子學習如何自行解決人際問題•鼓勵他們幫忙，從中學習生活技能
6-11歲	<ul style="list-style-type: none">•學習自理•學習管理情緒•處理人際關係中的難題	<ul style="list-style-type: none">•確立明確管教方式•多作鼓勵及指導，協助孩子了解自己及他人的想法與感受•以身作則•容許犯錯，鼓勵嘗試及經驗挫敗

如何能做到有效管教？



管教七步曲

第一步

定立好的常規

- 設定每日作息時間(功課/溫習/遊戲)
- 功課/溫習期間設定小休時間
- 讓孩子知道每個常規背後的原因
- 於特別情況下給予彈性
- 讓孩子參與訂立常規
- 訂立違反常規的後果(非傷害性)



第二步



先處理自己，再處理孩子

家長要幫助自己冷靜及有多一點耐性

第三步

了解孩子每個行為背後的原因



兒童的困擾

學業要求高 → 壓力、焦慮、枯燥

十八般武藝 → 疲倦、少見父母、少在家

循規蹈矩 → 精力無處發洩、創意被扼殺

朋輩/兄妹間的關係和比較 → 自卑、被忽略、不公平、孤單、壓力

父母的要求高 → 壓力、挫敗感、焦慮

第四步

接納及表達孩子的情緒(同理心)

「你好嬬，因為串極都唔識，
啲字都幾難串……」



第五步

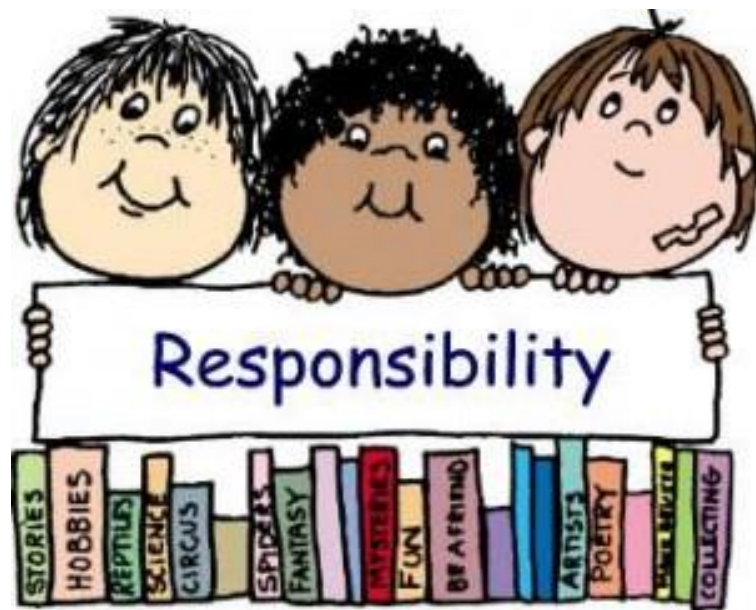
給小孩子空間(發泄情緒)



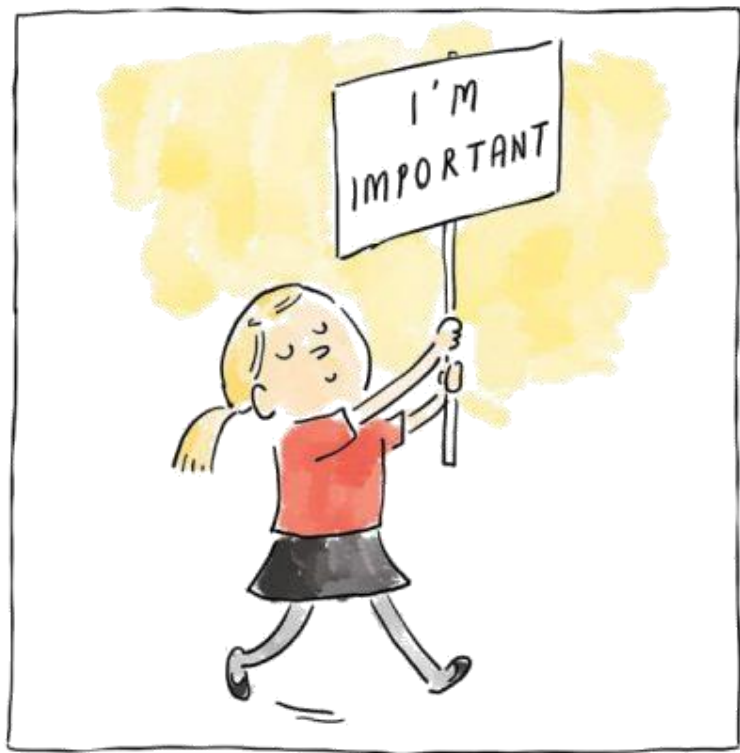
第六步

施以適當的**限制**

「知道你有玩既權利，但係亦都有責任要承擔，而你既責任就係要好好學習，對嗎？」



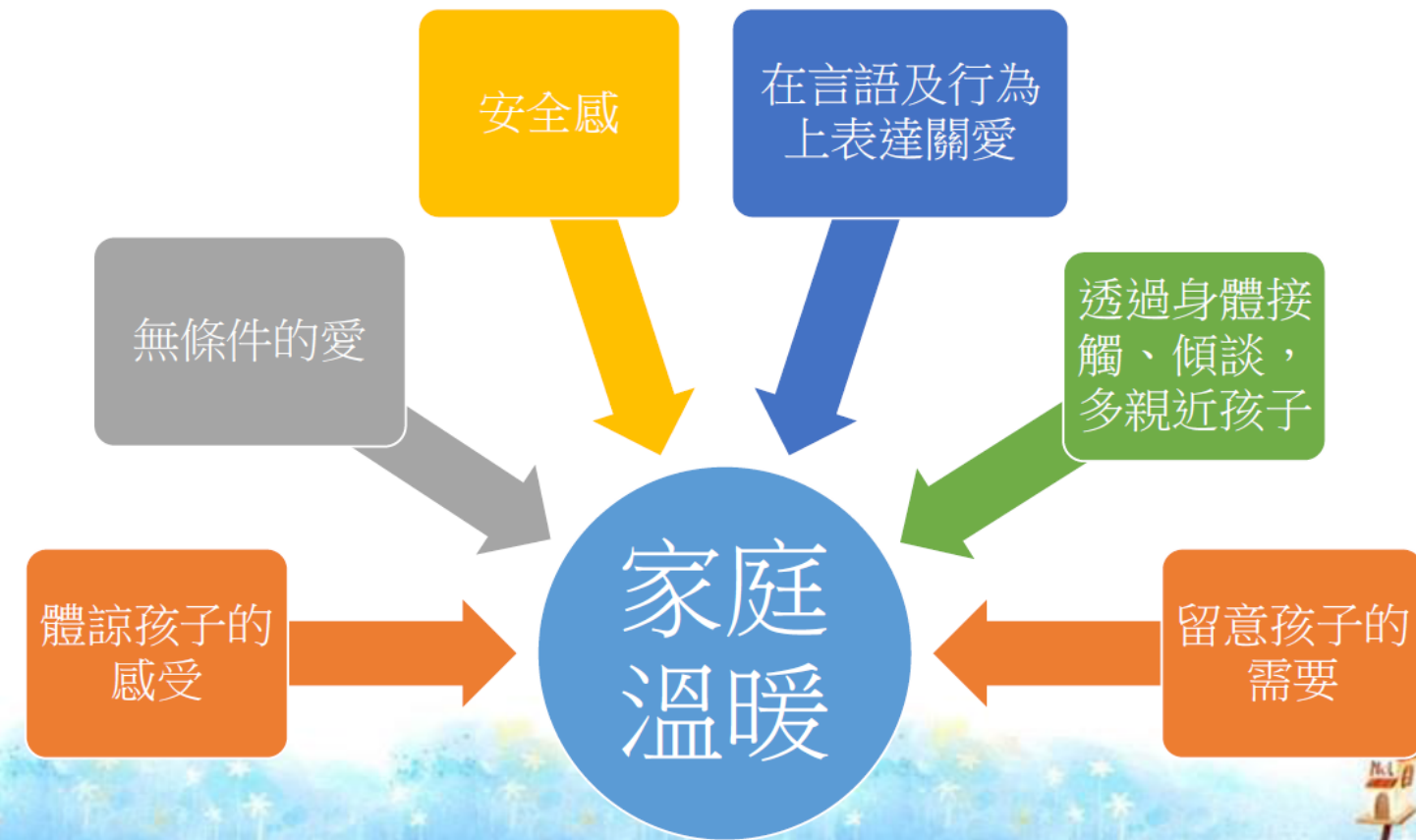
第七步



提供其他可行的選擇

「你可以選擇先休息15分鐘再做功課，或者先完成功課後再休息45分鐘。」

給予家庭溫暖



給予適當指導

- 親身示範
- 將任務拆細
- 及時讚賞、認同
- 表達樂觀
- 刻意忽視輕微的不當行為
- 了解行為背後的需要



結語：愛與管教平行定律

惡劣關係 + 管教 → 叛逆



親密關係 + 管教 → 回應

