

# 6 A的力量

## 第二節工作坊





# 「學習接納」的家課

- 1. 傷害小朋友的說話／態度／行為絕不出口
- 2. 發現小朋友有偷懶／不禮貌／未盡責／可改善之處，能心平氣和地與小朋友商議解決／改善之法
- 3. 每天最少一個由衷的讚賞



# 跳蚤故事的反思？



- 我們的一言一行對孩子影響深遠  
（自信向上VS自卑放棄）

# 第一課總結



- 每個生命都是獨特的，不同的
- 培育生命是一門高深的學問與藝術
- 成長需要時間
- 接納＝接受人的瑕疵／不足／限制  
／軟弱／情緒（如：貪玩／賴床／  
馬虎／無責任／自私）
- 接納有些問題／習慣是改不到的

# 6A的關係



- 接納 + 讚賞 + 關愛 → 建立良好關係
- 有良好關係，才能建立權威（權威不是建立在強權上，如：老師的權威）
- 有良好關係，孩童就願意被管教
- 有權威，孩童更容易被管教
- 要教，針對重要的來教（如：品格）



# 故事一則



- 幼稚園畢業見老師：你個仔好頑皮
- 小學畢業見老師：你個仔好懶散
- 初中畢業見老師：你個仔不是讀書人
- 考公開試前見老師：你個仔肯定入不到大學
- 大學畢業：「媽咪，……」





## 2. 讚賞

### A. 讚賞對孩童的成長有何重要性？



# 讚賞的重要性



- 讚賞可使人克服懼怕，建立獨立精神，慷慨、積極、合群和學會欣賞。
- 當孩子經過努力仍失敗，讚賞會重燃他的勇氣。
- 得到讚賞時，將樂意做更多事情，也會做得更好。
- 四句積極的話，才能彌補一句消極的說話對孩子所造成的影響。



# 讚賞的重要性



- 美國哈佛大學心理學家威廉·詹姆士：一個沒有受到激勵的人，僅能發揮其能力的20%—30%，而當他受到激勵時，其能力可以發揮至80%—90%。
- 同樣一個人，在通過充分激勵後所發揮的作用相當於激勵前的3至4倍。

# B. 要如何讚賞孩子？

- 先有接納才有讚賞
- 能欣賞自己才能欣賞人
- 多讚好過唔讚
- 唔會讚多或讚壞
- 快快地讚賞，慢慢地教導
- 要真誠地讚賞
- 讚賞事實



# B. 要如何讚賞孩子？

- 讚賞其過程而不是結果  
（如：讚賞勤力而不是考第五）
- 讚賞良好品格／習慣／強項（自理能力／責任心／禮貌／兌現承諾／幫助他人／公平）



# C. 讚賞孩子容易嗎？

- 做功課寫生字出晒界
- 忘記帶書被老師寫手冊提醒
- 負責掃地，但掃得不干淨
- 行路時不小心跌落地
- 若要教，不要執著某點來教，要從整體看，究竟想培育什麼（如：責任／自律自控）？



# 小女的例子



- 學能慢一些（背書慢，不懂計數）
- 有自己做功課的時間表（睡前）
- 做功課時不准家長在側（要自由）
- 成績剛合格但不肯補習（不肯付出）
- 不肯多做（只做老師要求的）
- 要教：讀書方法／飯前完成功課／多一分耕耘，多一分收穫／奮鬥心





Name 樂恩獎勵紀錄簿

Class 2/5/2002 ~

Subject SMILE ALWAYS





父母回家前完成功課  
對人有禮 / 愛護家人 / 尊重哥哥  
樣樣都吃  
每天最少看十頁故事書

樂恩 小立 考試(報分試) 最新 11/7/07

86或以上 (A) \$20  
 76-85 (B) \$15  
 70-75 (C) \$10

睿義 中三 考試(報分試) 最新 11/7/07

85或以上 (A) \$20  
 76-85 (B) \$15  
 70-75 (C) \$10

2012  
 上週  
 25

操行:

B- \$3  
 B \$4  
 B+ \$5  
 A- \$10  
 A \$15  
 A+ \$20

優點 \$15

升班 \$5

獎狀 \$5

1-100名 \$15

100-150名 \$10

150-200名 \$5

200-320名 \$3

操行:

B- \$5  
 B \$8  
 B+ \$10  
 A- \$13  
 A \$15  
 A+ \$20

優點 \$15

升班 \$5

獎狀 \$5

全級頭二十名

\$10

全級頭拾 \$15

A Minutes on 28.1.08  
Time to bed / stop using computer  
Sun 11:00 pm

Mon - Thurs. 10:30 pm

FRI - SAT 11:45 pm.

B. Finish all the ~~basic~~ work before  
playing on the computer.

# 媽媽給女兒的一封信

- 小學六年班12月7日，女兒想升讀原校中學（band 2才有機會抽籤）
- 279名(band 3)(249名是band 2最尾一個)
- 四級鋼琴試放榜合格





# D. 如何令自己更易讚賞？

- 問自己：我希望被人讚嗎？
- 經常提醒自己讚賞的威力（四句積極的話，才能彌補一句消極的說話對孩子所造成的影響。）
- 接納＋讚賞＋關愛→建立良好關係／建立權威→孩童才肯被教／才願意被教



# 分組問題

- 1. 上次功課做得怎樣？
- 2. 我是一位容易讚賞別人的人嗎？若以1-10分（10分表示完全讚賞），我會給予自己多少分？為何給予自己這個分數？
- 3. 向組內家長分享五個孩子值得讚賞的地方
- 4. 有何方法讓我更能讚賞？



# 第二次工作坊家課

- 1. 每天最少一個由衷的讚賞
- 2. 以一件按平日來說你會責備／批評／指正孩子的事，將其轉化為讚賞，並將其記下回來分享
- 3. 找出孩子一個最大的弱項／最想培育的(最好能與「品格」連上關係)