



6 A的力量

第三節工作坊



「繼續讚賞」的家課

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. 關愛

A. 關愛的重要性？



孩子沒有愛，會變成怎樣？

A. 關愛的重要性？

- Dr. William Glasser：精神病的出現，是人將生命裡兩個基本需要混亂了的結果。這兩個需要就是「愛」和「被愛」。
- 在棄嬰護理院裡的嬰兒，由於只有「十分之一個母親」的照顧，大約有百分之三十嬰孩在一歲前就會死去。

A. 關愛的重要性？

- 每個孩子內心的深處最渴望的是愛，沒有任何禮物可以將它取代。



A. 關愛的重要性？

- 愛並非只是童年的一種裝飾，它乃是孩子找到自我形像的重要途徑。
- Dr. John G. McKensie：愛和被愛會給人有歸屬於某人的感受。人要有這種安全感才會有自信心，建立自我形象；而沒有自信，我們就不能面對人生。

缺之愛的孩子會怎樣？

- 不懂去愛

我們愛孩子多少，孩子對人的愛又有多少。

- 難以和別人建立親的關係



缺乏愛的孩子會怎樣？

- 透過任何方法吸引人注意

- 反社會行為

如果我們沒得到父母的關愛，會從錯誤的地方去得到。

● ● ● ● ● ● ● ●

缺乏愛的孩子會怎樣？



2014年5月21日台北捷運上發生了21歲青年殺人事件，造成4死24傷

B. 應如何去愛？

我們的愛是哪一種愛？

- a. 溺愛：縱容孩子不當的行為
- b. 嚴愛：嚴中有愛，愛中要嚴
- c. 關愛：培養孩子正向的人生觀

【溺愛世代的七宗罪】

- 驕傲（自我中心）
- 妒嫉
- 憤怒
- 懶散（缺乏進取動機）
- 貪婪
- 暴飲暴食
- 陷溺（缺乏自制）…

觀看：「家長溺愛港孩現象嚴重有小六生不懂綁鞋帶及洗頭」
短片。 http://www.youtube.com/watch?v=k8k9eyJO_EY

《愛的五種語言》

蓋瑞·查普曼 (Gary Chapman) (1995)

1. 肯定的言詞 (表達你的讚揚和接納)
2. 身體接觸 (身體的親密接觸)
3. 時間 (留給對方的專注時光)
4. 給予服務 (為對方服務，表達愛意)
5. 接受禮物 (禮物是愛的象徵)

C. 孩子能從何處學習去「愛」？

1. 父母彼此相愛

2. 父母對孩子「愛」的示範

a. 怎樣對自己父母（照顧
祖母）、朋友

b. 日常生活的細節，例如：
打招呼、聆聽、言行等



反思



1. 你和另一半相愛嗎？ . . .

「你可以去騙一個騙子，也可以去愚弄一個傻子，但你絕對敷衍不了一個孩子。」（旁觀者清）

2. 大家是如何愛另一半的？

4. 時間

- 過去一天，你與子女一起做過什麼？
- 時間付出了多，與子女關係的一定會增進嗎？

2010年父親節問卷調查

- 訪問了317名父親
- 33%的父親與子女溝通的時間少於5分鐘
- 多於30分鐘的則有25%
- 顯示親子關係溝通不足，父母亦無從了解孩子的想法及感受
- 有50%的受訪者與妻子溝通少於15分鐘
- 有18%更少於5分鐘
- 逾30分鐘者則約有38%

A. 什麼是優質的時間？

- 給予對方全部的注意力
- 專注傾聽對方講話，讓你真正理解對方的心意，不隨意批評和給與意見

B. 優質時間的重要性？

- 一個孩子的兩歲只有一次，不可能永遠都有一個兩歲的孩子。
- 如果我們多花時間給孩子，將來長大，他們也願意花時間和我們在一起。

B. 優質時間的重要性？

- 「沒空」只是傳遞給孩子一個信息：「你不重要」。
- 不願意花時間陪孩子，就算有偉大的愛也毫無意義！

C. 優質時間如何能出現？

- 要有質量必須先有數量。
你運用時間的優先次序是怎樣的？
- 沒有計畫，就不會有優質時間，那甚麼事都不會發生！

家長小組問題討論

- A. 我對小孩的愛是哪一種愛？
- B. 我如何對小孩表達愛？
- C. 我給予小孩的時間有多少是優質的時間？

「優質時間」的家課

1. 在未來一星期，設計並實行一個能增進與小孩關係的精心時刻。

2. 學習聆聽孩子的心聲，問問孩子：
「你最喜歡與我一起的活動是什麼？」

如今常存的有信，有望，有
愛這三樣，其中最大的是
愛。



哥林多前書13章13節

Share with