



如何有效稱讚孩子

文正康先生 (Chris Man)



家長的魅力語言



你的一句說話，一個用字
影響你的孩子一生！

魅力語言

- DESC 說話技巧
- 身體語言
- 正向語言



分享正面訊息 (Capitalizing & ACR)

主動 – 建構式回應 (S. Gable et al)

例：我考試有95分呀！

	主動	被動
建構式	V: 很好呀！你一定付出了很大的努力，才有這成績呢！ NV: 有眼神、正面情緒	V: 很好呀！ NV: 很少/沒有主動的情緒表達
破壞式	V: 都未係100分，到時再同我講啦！ NV: 負面情緒	V: 我今日比老闆罵我！ NV: 很少眼神接觸，甚或把頭轉開或走開

能提升與子女之溝通能力



高效稱讚法

能提升與子女之溝通能力



正向激勵

快樂，目標，理想，有方向，可努力



負向激勵

不快、控制，不好結果、不安



能提升與子女之溝通能力



能提升與子女之溝通能力

正面溝通 - 「我的訊息」

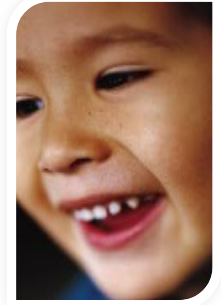
- 表達時以「我.....」開始，描述事情
- 強調我的感受
- 好處
 - 較易接納家長意見
 - 減低孩子反駁機會
 - 家長較易管理情緒
 - 讓孩子明白別人感受



能提升與子女之溝通能力

正向語言

- 避免負面說話 - Negative Command
 - 例：「唔好咁做！」
 - 例：「唔好嘈！」
- 引言技巧 - Quoting Technique
 - 例：「陳老師話你近來D數學唔錯，我相信你係其他科目都可以學得咁好！」



能提升與子女之溝通能力



*Don't worry that children never listen to you;
worry that they are always watching you.*

~Robert Fulghum

別擔心孩子不聽你的話，
你應該擔心的，是孩子時時望著你的一舉一動！

能提升與子女之溝通能力

收取最新 親子教養文章及資訊



能提升與子女之溝通能力