



## 自我概念的建立

發展階段	發展進程	行為表現 (例子)
兩至三歲	◆ 強烈意識到自己對環境有支配能力，也認識個人的喜好。	◆ 「不」字不離口。 ◆ 爭奪物品擁有權，如：「這是我的。」強調「我」，如：「我要……」「我玩……」

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 19

19

## 自我概念的建立

發展階段	發展進程	行為表現 (例子)
三至四歲	◆ 更加在意本身的獨特性，喜愛表現自己的能力，以別人反應作為唯一評價的標準。	◆ 認識自己的性別和歲數。 ◆ 向人顯示自己的本領，如：「你看看我……」

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 20

20

## 自我概念的建立

發展階段	發展進程	行為表現 (例子)
四至六歲	◆ 由自我認識逐漸進入自我評價的層面。	◆ 能評估自己的能力，樂於嘗試，「我不會」、「讓我試試」。 ◆ 喜歡和同伴比較，在意勝利。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 21

21

## 自尊感的建立

### ❖ 別人的評價

孩子從別人對自己的態度和評價中，認識到他的價值。孩子的自我形象，完全建基於旁人對他的態度和反應。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 22

22

## 自尊感的建立

### ❖ 自己的評價

- 孩子會把自己的表現和外界/自己所訂的標準作比較，以便自我評價。
- 若心中的標準與客觀事實不符，兩者差距愈大，自我接納愈困難，自尊感也難以增強。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 23

23

## 小英的內心獨白

- ▲ 很多人愛我。
- ▲ 我喜歡很多人。
- ▲ 我是獨一無二的。
- ▲ 我會做很多事。
- ▲ 我可以學得更多更好。
- ▲ 有時別人較勝一籌，有時我表現較為優異。
- ▲ 錯了沒關係，我會再嘗試。
- ▲ 不要緊，我已盡力而為。



教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 24

24

## 小敏的內心獨白



- ▲ 沒有人愛我！
- ▲ 我不知該喜歡哪人？
- ▲ 我很平凡。
- ▲ 我常不明白又辦不到。
- ▲ 人家總是我好。
- ▲ 我常擔心做不來。
- ▲ 今次錯了就完蛋。
- ▲ 我肯定以後都學不會的。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 25

25

## 自尊感的重要性

具備良好自尊感的孩子，會有以下表現：

- ★ 自信能學會新事物和改變周遭環境，肯主動學習，敢於嘗試，不畏懼失敗，更不輕易退縮。
- ★ 肯定個人的能力和價值，懂得尊重自己，也學習如何尊重別人，以建立愉快的人際關係。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 26

26

## 自尊感的重要性

具備良好自尊感的孩子，會有以下表現：

- ★ 了解和接納自己的能力，能夠訂立合適的準則，不會無故自責，也不過分憂慮和沮喪。
- ★ 明白失敗乃無可避免的事，即使遇到挫敗，不會慌亂或輕言氣餒，較容易在逆境中恢復過來。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 27

27

## 損害自尊感的訊息

- ★ 你乖我一定會讚賞，但你根本沒有甚麼值得稱讚。
- ★ 你只會跑跑跳跳，生字卻不會寫幾個。
- ★ 這麼小事都害怕，哪像個男孩子？
- ★ 你醒目一點，好嗎？甚麼東西都學不成！
- ★ 表弟比你年幼也曉得，你不覺得羞愧嗎？

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 28

28

## 損害自尊感的訊息

- ★ 你怎會做得到，不要浪費時間了，讓我替你穿衣服吧！
- ★ 若不是有你，我和你父親如今不知多逍遙自在。
- ★ 其他女孩都揀粉紅色，你卻選棕色，不怕人取笑嗎？

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 29

29

## 打擊自尊感的因素

- ★ 孩子缺乏他人的讚美、關懷或注意。
- ★ 孩子的成就或優點不被承認。
- ★ 孩子的意見和感受不獲尊重。
- ★ 孩子受到成人的惡意批評或傷害性的羞辱。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 30

30



## 打擊自尊感的因素

- ★ 父母經常拿孩子和他人作比較。
- ★ 孩子學習自我照顧機會不足，經常依賴別人。
- ★ 孩子缺乏友伴，沒有正常社交生活。
- ★ 父母常埋怨孩子是負累。
- ★ 家庭關係不睦，經常出現紛爭。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 31

31

## 自信心萬歲



教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 32

32

## 多一分尊重 (建議答案)

個案 | 不被父母尊重的地方 | 尊重孩子的做法

大衛剛完成生字練習，母親認為字體潦草，未能接受。她二話不說，用橡膠擦掉大部分的生字，並要求大衛重寫。

孩子的努力和判斷。

請孩子自行評量，哪個／行生字可以寫得更整齊，然後鼓勵孩子擦掉重寫。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 33

33

## 多一分尊重 (建議答案)

個案 | 不被父母尊重的地方 | 尊重孩子的做法

亞輝想保留自己心愛的物品，如故事書、圖畫、小手工等。母親因家居狹窄，認為沒必要保留，常要求亞輝把東西送走，還偶爾趁他不覺，把部分東西丟掉。

孩子的個人喜好、成果，以及對所屬物品的情感。

若情況許可，為孩子提供細小空間，讓他擺放心愛的物品。如家居容不下，父母可對孩子說明困難，請他選擇限量保留的東西，但不宜隨意替他丟掉。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 34

34

## 多一分尊重 (建議答案)

個案 | 不被父母尊重的地方 | 尊重孩子的做法

慧仔很用心把圖畫塗上較深色彩，其後向母親展示作品，並要求她把圖畫貼在牆上。母親說：「這幅圖畫色調沉了一點，人家不易看出你畫的圖案，下次再畫好些，才把作品張貼吧。」

孩子的創意和努力。

請孩子介紹圖畫，並表示能欣賞他的創作。為孩子騰出空間，讓他展示作品，並引以為榮。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 35

35

## 多一分尊重 (建議答案)

個案 | 不被父母尊重的地方 | 尊重孩子的做法

小慧為自己挑選生日蛋糕，作出選擇後，母親不認同她的口味，便游說小慧：「哪有小小朋友喜歡綠茶味蛋糕，不如買朱古力味，我保證大家都喜歡。」

孩子的選擇／意願和獨特口味。

若父母想參與決定，可先與孩子商量，然後才共同作出選擇。若要孩子自行決定，該尊重她的意願，並對她的選擇表示欣賞。

教育統籌局 家長教育推行小組 親職學習多面體 (學前篇) 36

36