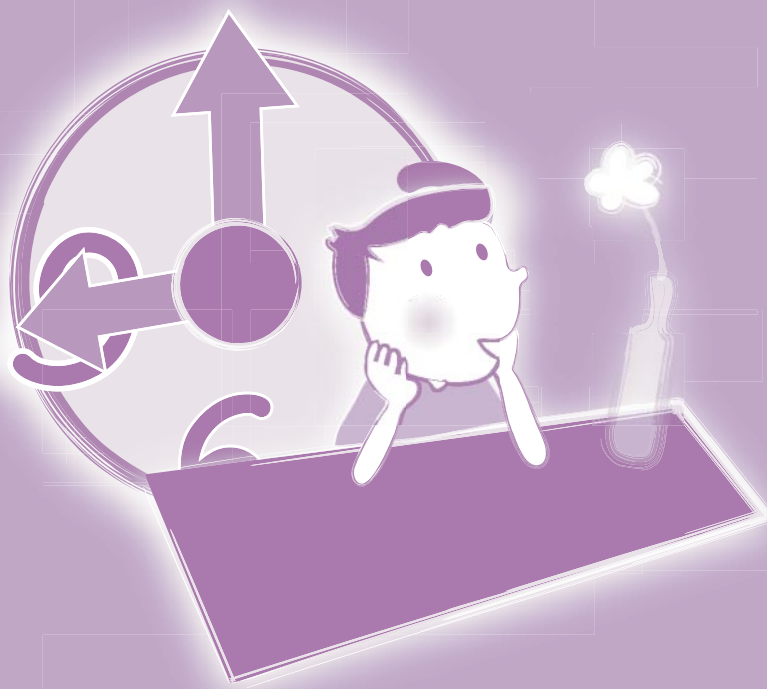




# 第五課 管教之道



## 第五課 • 管教之道（一）



### 目標

1. 協助組員反思管教的意義和目的。
2. 協助組員理解管教的基礎和原則。
3. 協助組員認識避免孩子作不當行為的方法。



### 內容

| 目的             | 程序                             | 預計時間           |
|----------------|--------------------------------|----------------|
|                | 1. 複習                          | 10 分鐘          |
| 反思管教的意義和目的     | 2. 分享練習一：無邊無界                  | 15 分鐘          |
| 認識管教的基礎和原則     | 3. 分享練習二：關係為本<br>4. 分享練習三：以身作則 | 15 分鐘<br>15 分鐘 |
| 認識訂立規則的效用和應用原則 | 5. 分享練習四：有規有矩                  | 40 分鐘          |
| 認識環境控制的效用和應用原則 | 6. 分享練習五：防患未然                  | 20 分鐘          |
|                | 7. 家居練習                        | 5 分鐘           |
|                | 總共                             | 120 分鐘         |



### 物資

習作 5.1 至 5.6      筆記 5.1 至 5.7

三根橡皮圈和三張白紙（供分享練習一用）



## 內容

導師請組員分享鼓勵和尊重孩子的方法，目的是讓孩子感到自己有價值和能力。並請他們講述當孩子感覺被尊重時，會作甚麼的反應。

## 分享練習一：無邊無界（15分鐘）



### 目的

反思管教的意義和目的。



### 內容



#### 小組活動

1. 導師請組員發表對管教的看法，包括何謂管教、管教包含甚麼元素、是屬於正面還是負面的親職工作等。綜合討論之後，導師講解恰當的管教其實包含**約束**和**教導**兩大元素，兩個元素相輔相成，缺一不可，是一種正面和關心的做法，只是，有時過分權威的管教會帶來負面效果。
2. 導師帶領組員探討訂定約束對孩子的意義。導師拿出三根橡皮圈和三張紙，並把紙張喻作孩子，而橡皮圈則喻作父母的約束力，請組員細心觀察三個示範。導師先把一根橡皮圈鬆散地套在紙卷上，紙張沒有因此被緊束。導師作第二次示範，把另一根橡皮圈隨意繞了數圈並套在紙卷上，紙張被束得太緊而皺起來。最後，導師因應紙卷的大小，小心翼翼的將最後一根橡皮圈打圈並套上，結果把紙張適當束好。
3. 透過剛才導師的示範，請組員詮釋**簡報5**內容。**簡報5**有兩位孩子，一位站在無邊無際的空間裡，一臉茫然；另一位則被困在斗室內，貌似喘不過氣來。究竟兩者是受到何種程度的約束所影響。導師由此指出父母放縱孩子（毫無約束或引領）固然令幼兒無所適從，沒有安全感覺，因而亂走亂碰；相反，父母的過分約束，會令孩子反感，作出頑強對抗，甚至身心受到傷害。
4. 導師總結父母對孩子的恰當約束，有助他們建立安全感、方向感及社會化行為，並請組員留意自己有否隨著孩子的成長發展及需要，相對調整約束，從而提醒父母要注意彈性的約制。

4

5



5. 導師邀請組員討論管教的最終目的，綜合各人意見後，強調自律的重要。導師解說時可參考以下內容：

管教是協助子女學習和鞏固合適的行為，以及減少不合適的行為。最終目的是教導孩子自律 (self discipline)，獨立地規劃自己的生活，對本身行為負責，由依賴父母的階段過渡至自主獨立的階段，最終長大成人。

## 分享練習二：關係為本（15分鐘）



### 目的

認識管教的基礎是建構於良好的親子關係和情緒管理。



### 內容



#### 個人習作

1. 導師依簡報7的思考題目，請組員回想以前父母或長輩如何管教自己，並邀請部分組員作出分享。討論子女在和父母關係良好還是交惡壓抑的情況下，願意遵從父母的教導，與父母合作。
2. 導師綜合組員的分享，指出在良好的家庭關係下，孩子更願意學習和合作，加速學習成效。父母協助他們建立自尊感，促使孩子有能力幫助和管束自己，這樣，父母的管教工作就能得心應手。
3. 導師請組員建議如何與子女建立和保持良好關係，綜合各人意見後，參考筆記5.1「與子女建立良好關係」作總結，並邀請組員檢討自己與孩子目前的關係，提點他們可以改善的地方，學習有效的管教。



#### 短講

4. 導師由親子關係的重要性引申到組員情緒的穩定性，強調父母若要有效運用各種管教技巧，情緒管理是最重要的。冷靜可以提升解決問題的能力，憤怒則容易令人失控，甚至不能達到管教的預期效果。父母能妥善管理怒氣，對管教孩子會事半功倍。
5. 導師請組員在家抽空參考筆記5.2「管理怒氣的建議」，多認識及嘗試管理的方法。並提醒組員情緒管理需要時間學習，鼓勵有興趣者不妨參加坊間有關學習情緒管理的課程。

## 分享練習三：以身作則 (15分鐘)



### 目的

認識身教是管教的基礎。



### 內容



#### 短片

1. 請組員欣賞短片「身教原來咁重要」，然後大家討論身教的重要性。導師歸納組員意見，參考筆記5.3「身教榜樣」，道出父母的言行舉止會不期然地影響著孩子的德行，若想管教有效，父母必須先以身作則，為子女樹立榜樣。



#### 個人習作

2. 導師依習作5.1「一面鏡子」，請組員先自行評價有否為孩子作好榜樣。若組員發覺做得不妥善，再問他們是否須要改善目前情況，調校固有的管教觀念，以及應否要求自己努力去成為孩子尊崇及模仿的對象。若時間許可而組員又願意的話，導師可請組員和大家分享。



## 分享練習四：有規有矩（40分鐘）



### 目的

1. 學習為子女訂定目標行為。
2. 學習給予子女清晰的指示。



### 內容



#### 短講

1. 導師講解父母對環境的控制是管教的另一個基礎層面，以防患於未然，提醒組員不要期望年幼子女懂得自動自覺或表現恰當。實際上，孩子需要成人的教導和引領，才能逐漸學習到恰當的行為，以及與成人合作。所以，家長有責任為孩子訂下明確的行為規範，並給予清晰的指示，逐步協助孩子實現「目標行為」，讓他們享受成功的喜悅，並建立管束自己的信心。在這個分享練習中，組員宜先學習為孩子訂立明確「目標行為」和給予清晰指示的方法。



#### 短片

2. 導師請組員觀看短片「Over-Over收得唔清楚」，然後討論片中哪位母親較能清晰地指導孩子合適的行為？她的方法如何？



#### 短講

3. 導師綜合組員對短片的意見後，參考筆記5.4「訂定目標行為」作歸納，指出父母要求孩子的合適行為，所定標準應該要合乎孩子的年齡特徵和個別能力，並要清晰和具體。這樣，孩子做事才能有所依循，避免作出不當的行為。

14

15

16-20





### 小組活動

4. 導師把每三位組員分成一小組，依習作 5.2「目標行為的訂定」實習如何訂立明確的「目標行為」。之後，導師參考建議答案跟組員進行討論。

建議答案：

|          |                       |
|----------|-----------------------|
| 要準時上床睡覺。 | 唸完故事就要關燈睡覺。           |
| 要有禮貌。    | 見到管理員叔叔該說聲早安。         |
| 要快些把飯吃完。 | 時鐘的長針搭上 6 字，就要把這頓飯吃完。 |



### 短講

5. 導師指出：一如短劇中的母親，父母許多時給予子女「否定式」的指示，以為已把規則清晰地傳達，怎料孩子只意識到自己的行為不被父母接納，不懂得應該如何做才好，所以未能作出適當的反應，甚至會重蹈覆轍。導師請組員反思一下，平日是否運用了否定的語句去教導孩子而不自知，例如向子女說：「不要大吵大嚷！」「不可把玩具亂放。」「不准駁咀！」等。導師再向組員說明應該給予孩子肯定的指示，譬如說：「請輕聲點說出你想怎樣。」



## 小組活動

6. 導師把每三位組員分成一小組，依習作 5.3「肯定的指示」實習如何給予孩子肯定的指示。組員提供答案後，導師可參考建議答案跟小組進行討論。

建議答案：

|            |                              |
|------------|------------------------------|
| 不要用衣袖來抹咀。  | 請用手帕／毛巾抹咀。                   |
| 不要把玩具亂丟。   | 玩具要收拾好，並放回玩具箱內。              |
| 不可與表妹爭盪鞦韆。 | 大家輪流一起盪鞦韆，先讓表妹盪三十次，然後到你盪三十次。 |
| 不要偏吃。      | 縱使你不愛吃豆腐，也要吃兩塊，身體才會健康呀！      |



## 短講

7. 導師參考筆記 5.5「提防誤導孩子」，向組員講解如何對子女發出直接而清楚的指示，令孩子更清楚父母的要求，並易於遵從所訂立的規則。



## 小組活動

8. 導師把每三位組員分成一小組，請組員依習作 5.4「有效的指示」練習運用肯定的指示方式。練習後，導師參考筆記 5.6「有效的指示（建議答案）」，跟組員進行討論。

## 分享練習五：防患未然（20分鐘）



### 目的

認識環境控制的效用和應用原則。



### 內容



#### 短講

1. 導師講解父母要預先考慮環境、評估情況，以及衡量活動的性質，避免孩子因感到沉悶、害怕、煩躁和過分刺激等，而出現不適當的行為，並提醒組員注意某些可能會誘發孩子作不當行為的「高風險」的情景或活動，事前必須妥善安排，配合清晰的指示和適當的獎賞，讓自己和孩子做好準備，避免出現情緒失控或作出不適當的行為。



#### 小組活動

2. 導師把三位組員分為一個小組，請組員依習作 5.5「評估風險、安排活動」內第 1 和 2 的指示，每組建議三個對孩子構成「高風險」的情景或活動，並分析成因。導師可參考下列例子：

例子：

- ▲ 沉悶、無所事事。例如：孩子在晚宴中需要安坐三小時、跟孩子到診所看病需要長時間輪候。
- ▲ 時間與需要不配合。例如：孩子疲倦時要做功課、孩子睡眠惺忪時友人到訪。
- ▲ 活動的轉換。例如：父母要求孩子關上電視立即就寢、父母要求孩子離開遊樂場返家。
- ▲ 陌生的經驗。例如：孩子首次到牙醫診所檢查牙齒、與孩子出席親友舉行的大型生日會。
- ▲ 不能抗拒的誘惑。例如：往返學校途中的玩具店、屋苑附近的連鎖快餐店。



3. 導師參考筆記5.7「防患未然－預先安排」，講解父母該如何因應事件的不同情況和性質，從而作出妥善的準備。
4. 導師請各小組選取一個「高風險情景」，參考筆記5.7「防患未然－預先安排」，完成習作5.5「評估風險、安排活動」第3個指示，並與其他組員分享答案。



## 內容

請組員在課後一星期內，嘗試給子女明確、具體和正面的指示，幫助孩子更清楚父母對其行為的要求，避免做出不當的行為。組員完成習作5.6「家居練習—合適的指示」後，於下一課跟組員分享答案。