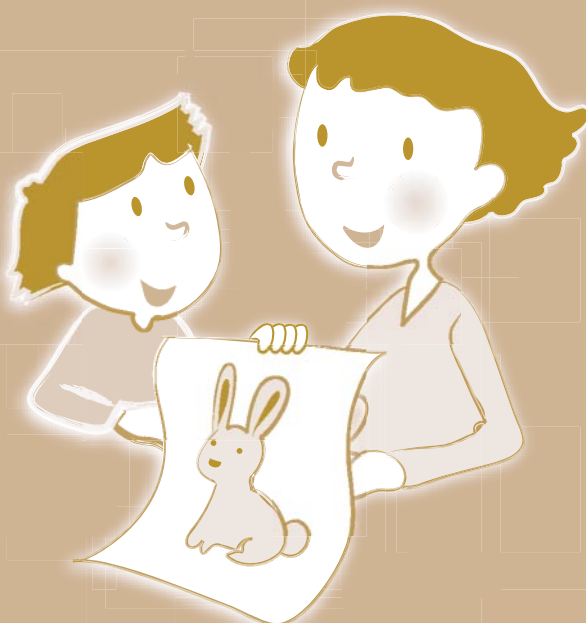


第六課 管教之道

(二)



第六課 • 管教之道 (二)



目標

學習建立和鞏固孩子恰當行為的方法。



內容

目的	程序	預計時間
	1. 複習	10 分鐘
認識行為管理的原則	2. 分享練習一：管教妙法	20 分鐘
認識不同獎賞方法的效用和應用原則	3. 分享練習二：獎賞有道	30 分鐘
	4. 分享練習三：好嘴巴和好面容	30 分鐘
	5. 分享練習四：物質和象徵性獎賞	30 分鐘
	6. 家居練習	5 分鐘
	總共	125 分鐘



物資

習作 6.1 至 6.6

筆記 6.1 至 6.11



內容

導師請組員分享在過去一星期內，如何給子女明確、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。導師就組員經驗到的困難，作出建議，並鼓勵組員繼續嘗試。

分享練習一：管教妙法 (20分鐘)

目的

認識行為管理的原則。

內容

短片

1. 導師播放短片「欣賞孩子」供組員觀賞，完結後，請組員討論片中誰人的方法，可以更有效鼓勵孩子重複再做合乎理想的行為(唸故事書和幫忙修剪盆栽)。導師指出片中的父親利用「多灑香水」的方法，不太費力就能達到目的；反之，母親花上更多時間去教訓孩子，卻未能收到預期效果。由此看來，管教要用得其法，便先得了解支配行為的原則，才可掌握增加子女做出恰當行為的方法，以及減少不當行為的出現。

短講

2. 導師向組員講解行為管理的理論：說明人的行為是受著後果所支配，若行為的後果如己所願，就會加強這行為的出現；相反，若後果非如己所願，這行為再次出現的可能性便會減低。導師可用例子再作簡單解釋，譬如說：母親花心思弄了糕點，家人全部吃掉並讚不絕口，母親感到廚藝受到欣賞，下次再炮製美食的動機亦會增強。假若相同舉動得不到賞識，家人對糕點不感興趣，相信母親也沒心情再作嘗試。
3. 導師再進一步向組員解釋行為管理的竅門，就是**控制行為的後果**，因為行為出現後，……
 - 若讓人嚐到愉快、滿足的後果，就能鼓勵他往後繼續做出同樣的行為。
 - 若讓人得不到預期的後果，甚至有不愉快的經驗，就會壓抑他往後繼續做出同樣的行為。



個人習作

4. 導師請組員完成習作6.1「後果支配行為」，研究個案的行為後果，以及估計這類行為在日後再次發生的可能性。導師參考筆記6.1「後果支配行為（建議答案）」，與組員討論相關內容，並特別提醒組員避免在不自覺間獎勵了孩子的不恰當行為。

分享練習二：獎賞有道 (30分鐘)



目的

1. 幫助組員明白獎賞的重要。
2. 幫助組員了解運用獎賞的原則。



內容



短講

1. 導師向組員重申，無論是正面或負面的行為，若出現後受到獎勵，就會增加該行為再次發生的可能性。所以，要掌握最有效的管教方法，組員須學會在日常生活中適當地獎賞孩子，以鞏固孩子繼續做出恰當的行為，以及鼓勵他建立良好行為的習慣。
2. 導師請組員分享自己獎賞子女的方法，歸納出四種獎賞方法：社會性獎賞、口頭獎賞、物質獎賞和象徵性獎賞。導師於隨後的分享活動中把各種方法，作重點討論。
3. 導師參考筆記6.2「認識獎賞」，講解獎賞的定義、目的、種類和運用原則。



小組活動

4. 導師把組員每三位分為一組，請每組完成習作6.2「賞得有效果？」。活動後，導師參考筆記6.3「賞得有效果？（建議答案）」，與組員一起討論。

10

11-15

16-18

分享練習三：好嘴巴和好面容 (30分鐘)



目的

1. 學習如何運用社會性獎賞。
2. 學習如何運用口頭獎賞。



內容



短講

1. 導師重述前一節的分享活動已介紹了獎賞如何能增強孩子的恰當行為。本節重點會放在實踐各種獎賞的方法。導師隨後向組員介紹兩種獎賞方法，是利用身體語言和說話對孩子的恰當行為加以獎勵。這兩種方法是最常用和最受用的，其用法簡單，又不費分毫，且效果顯著，組員宜多使用。
2. 導師講解人是群體動物，群體的認同和接納是非常重要的，所以，社會性獎賞（如拍掌、點頭以示認同等身體語言）能收到理想的效果。導師參考筆記6.4「社會性獎賞」，向組員解釋關於社會性獎賞的應用方法和注意事項。



小組活動

3. 導師參考筆記6.5「好嘴巴」，向組員講解口頭獎賞的應用方法和注意事項，強調讚美的威力。
4. 導師請組員二至三人分為一組，完成習作6.3「口頭讚賞」。導師參考筆記6.6「口頭讚賞(建議答案)」，跟組員討論習作答案。導師重申當組員對孩子使用口頭讚賞時，語句須盡量具體，讓孩子清楚知道自己哪種行為受到父母賞識。有了這次愉快的經驗，孩子日後會樂於重複該項恰當行為。
5. 導師請組員三人分為一組，完成習作6.4「合適的稱讚」。導師參考筆記6.7「合適的稱讚(建議答案)」，跟組員討論習作答案。導師強調使用讚美的技巧，避免弄巧反拙。

分享練習四：物質和象徵性獎賞 (30分鐘)



目的

1. 學習如何運用物質獎賞。
2. 學習如何運用象徵性獎賞。
3. 學習使用行為記錄表。



內容



短講

1. 導師向組員介紹另一種獎勵孩子的方法－物質獎賞，此類獎賞以提供活動或物品為主，以激勵孩子重複相同的恰當行為。導師參考筆記 6.8「物質獎賞」，講解應用物質獎賞的原則。
2. 導師說明若組員想鞏固孩子已建立的恰當行為，可採用象徵性的獎賞物(或稱代幣)，以暫時取代實質的獎賞，待孩子積存預定數量的代幣，即可換取喜愛的物品或活動。這種獎賞方法既可確認孩子的恰當行為和努力，亦可引導孩子朝正確的方向前進，從而收到持續改善的效果。導師參考筆記 6.9「象徵性獎賞」，講解有關獎賞的應用原則。
3. 導師向組員講述運用象徵性獎賞時，須考慮使用記錄的方式，方法可以是多樣化的，只要能把目標行為記錄便可以。利用表格記載是較常用的記錄方式，導師參考筆記 6.10「行為記錄表」和筆記 6.11「行為記錄表(範例)」，向組員介紹表格記錄的方法及應用原則。

28-29

30-34

35-37

 小組活動

4. 導師請組員分組，每組三人根據簡報38，討論個案中獎賞方式的優點，以及有待改善的地方。

個案：四歲的文文每天吃飯須花上個多小時，令母親十分懊惱。為了改善這個陋習，母親跟文文定出獎賞條件：若孩子能在四十五分鐘內吃完一頓飯，就獎她一張哈哈笑貼紙，貼在「文文做得到」記錄表上。若累積到五個貼紙，便就在就寢前給她多唸一個故事。如集齊十張貼紙，星期天便帶她到海灘玩耍。

導師參考以下建議，與組員討論個案內容。

獎勵計劃的優點：

- 目標明確，也合乎孩子能力。採用親子活動而非物質獎賞，既有獎勵作用，亦會增強親子關係。

需要改善的地方：

- 孩子剛開始改變行為時，最需要父母的鼓勵。若父母要求恰當行為須持續出現一段長時間，才賞給孩子渴望的實質獎賞，似乎較難吸引他貫徹到底，孩子容易放棄實踐。故此，在試行階段，父母可考慮放寬獎賞準則，縮短孩子獲獎時段，如集齊三張貼紙便可多聽一個故事、五張貼紙便可到海灘玩耍，以推動孩子繼續改善。此外，若擔心一下子要求孩子作較大的吃飯速度調整，可循序漸進，先把目標時間訂在六十分鐘，第二或第三個星期才作四十五分鐘的要求。
- 父母自行決定選用何種獎賞，可能未必合乎孩子的意願，以致影響獎賞的吸引力。建議父母多跟孩子商量獎賞的方式，讓他有參與決定的機會，從而增加孩子實踐的動力。

家居練習 (5分鐘)



內容

1. 導師請組員完成習作 6.5「家居練習—賞得有法」，分析自己獎賞方法的合適性，下次把訂立獎賞的經驗跟其他組員分享。
2. 導師鼓勵組員在課後一星期內，給子女具體和合適的稱讚，讓他知道父母欣賞自己的地方。請組員把五句讚賞子女的說話，填寫在習作 6.6「家居練習—讚美的藝術」，下次與組員分享。