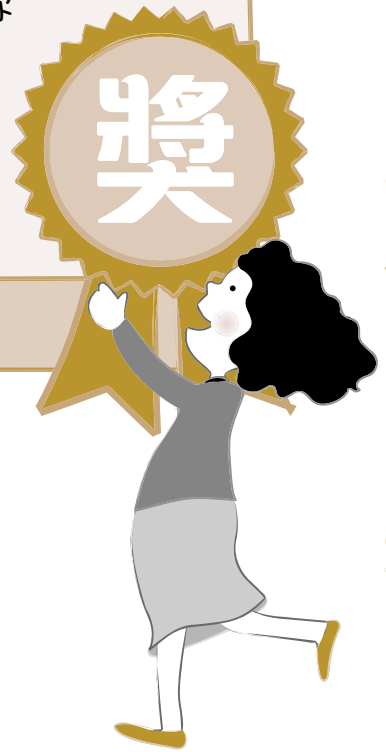
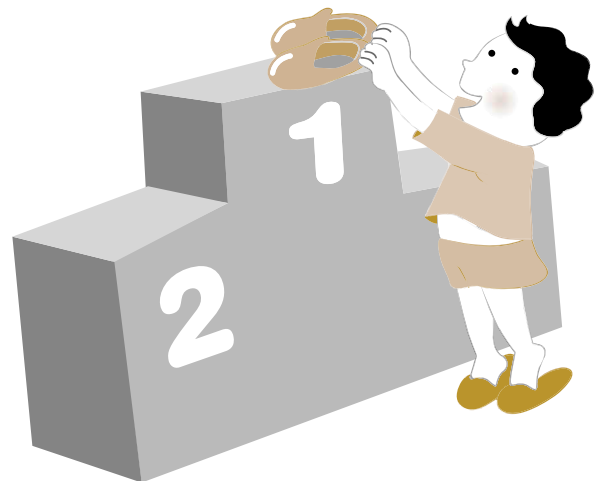


情境	具體的口頭獎賞
1. 孩子給媽媽展示剛砌好的拼圖。	「你相當有耐性啊！由始至終都毋須媽媽協助，自己就能砌好整幅拼圖。」
2. 孩子與媽媽逛街，沿途孩子都安守本分，沒有嚷著要買玩具。	「媽媽今天很开心，因為剛才跟我逛街時，你看到喜歡的玩具，也沒有嚷著要買。」
3. 孩子臨睡前，自動自覺去刷牙。	「我沒有提醒你，你也懂得自動自覺的刷牙，我感覺你真的長大了。」



- ❖ 我很高興你這麼愛錫婆婆，畫了這幅生日卡送給她。
評語：具體的讚賞，並表現誠意。
- ❖ 這次你記得洗手，真醒目！不像以往般大意，希望你下次也不會忘記。
評語：具體的讚賞，惟有點挖苦孩子，會令他覺得你在翻舊賬。
- ❖ 你收拾得真整齊，把所有玩具都放回架上。
評語：具體的讚賞，並表現誠意。
- ❖ 你把咀抹乾淨，這才像樣，似個女孩子嘛！
評語：具體的讚賞，但含有貶意，似取笑她平日不像個女孩子；同時，也在無意間詆毀了男孩子。
- ❖ 好乖啊！
評語：讚賞未夠具體。
- ❖ 今早你和妹妹輪流玩玩具，我忘了稱讚你倆。現在可否如早上般乖呢？
評語：遲來的讚賞，減低效用。
- ❖ 你只做錯了三題，以你平日的水準，這次成績算是不錯了。
評語：具體的讚賞，但含有貶意，似乎看不起他的能力。



物質獎賞

何謂物質獎賞？

物質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。例如：「你這麼乖，安坐這兒等候媽媽，待會我買雪糕你吃。」「你剛才非常守秩序，獎你多玩機械人十分鐘。」

該注意甚麼？

- ★ 物質獎賞的大小程度應視乎行為的重要性和困難程度而定。若孩子付出很少努力，便得到很大的獎勵，以後父母便需要給予更吸引人的物質獎賞，才能鼓勵他做出理想的行為。當獎賞不斷升級，不但父母最終會負擔不來，且會加強孩子的物慾，扭曲了物質獎賞的意義。相反，若要孩子付出很大的努力，才獲得微小的獎賞，亦會失卻激發孩子改善的效果。
- ★ 物質獎賞屬於外在形式的獎賞，父母適宜有限度使用，以免助長孩子的物慾。若過度運用，孩子的成長目標會有偏差，日後的努力改善只為爭取物質獎賞，而非為獲得箇中的滿足感。初期，父母可同時應用口頭讚賞和物質獎勵，然後再逐步減少物質獎勵。
- ★ 透過口頭獎賞和社會性獎賞，讓孩子感受到別人的認同，逐漸減少對物質獎賞的依賴，加上孩子在實踐中獲得內在的滿足感，會更願意主動作出改善。



何謂象徵性獎賞？

獎賞以象徵性的物品(代幣)，去記錄孩子的恰當行為，及嘉許其良好表現。當象徵性獎賞達預定數量後，孩子便可領取實質獎賞，以鼓勵他再接再厲。例如：「若你能一個早上不跟姐姐爭吵，我便獎你一張星星貼紙；如累積三張，我就請你吃兒童餐。」

何時適用？

待孩子初步建立目標行為後，便可以利用象徵性獎賞，以鞏固行為的持續性。

象徵性獎賞的好處

- * 父母無須逐一對目標行為給予物質獎賞，只須利用代幣或標記，再輔以讚美，以示獎勵，省時又省力。
- * 為孩子提供一個努力的方向，以達到持續改善的效果。

該注意甚麼？

- * 訂立明確的獎賞機制，包括何種行為目標、怎樣得到象徵性獎賞、如何換取物質獎賞、甚麼樣的物質獎賞等，令獎賞指引清晰，促使孩子盡力完成目標。
- * 使用有趣味的象徵性獎賞，如贈送波子、哈哈笑貼紙、星星摺紙、用「✓」號、蓋公仔印、畫心型圖案，或印上唇印，花樣百出，才容易吸引孩子的興趣。
- * 孩子偶爾未能做到目標行為，不要批評，也不要收回過去的獎賞，而應該給予適當的鼓勵。孩子錯失獲獎的機會，已受到足夠的懲罰，假如父母為懲罰孩子，收回已給予的象徵性獎賞，只會打擊孩子的決心，令他覺得不合情理，也起不到勉勵的作用。
- * 若要有系統地記錄孩子的恰當行為，家長可考慮運用行為記錄表(參考筆記6.10「行為記錄表」)，讓孩子清楚了解自己的進度，家長亦可具體確認孩子所付出的努力，增強鼓勵的作用。
- * 象徵性獎賞方法要求獲獎勵者有一定的自制力，可以延遲滿足個人的慾望，所以較適用於四歲或以上的孩子。


何謂行為記錄表？

行為記錄表是一種有條理地記錄孩子行為的工具。


為何使用？

行為記錄表能清楚記錄孩子的恰當行為，既可讓孩子了解本身的進展，促使他繼續完成目標，亦方便父母評估獎賞機制的效用和進展情況，並在需要時作出調整。


該注意甚麼？




- * 清楚向孩子解釋獎賞機制的運作，以便履行承諾。




- * 按獎賞機制編製恰當的行為記錄表，見筆記6.11「行為記錄表（範例）」。



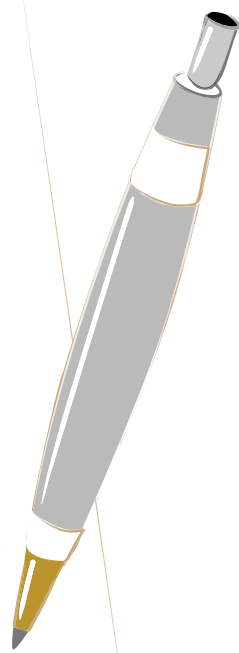
- * 使用有趣味的記錄方式，並選取富吸引力的獎賞，推動孩子向目標進發。



- * 替行為記錄表命名，如「我做得好！」「禮貌的明明！」「小華好勇敢！」等，提高孩子的興趣。




- * 預先準備好記錄的物資（如貼紙、蓋印等），當目標行為出現，即可給予象徵性獎賞。



行為記錄表（範例）

行為目標：吃飯前，自行洗手。

獎賞：每次做到，就有一張貼紙。若貼滿四張貼紙，贈送玩具一份。如能集齊七張貼紙，便可獲得大獎 - 觀看卡通片三十分鐘。

次數	記錄
1	貼紙
2	貼紙
3	貼紙
4	貼紙
獎！	
5	貼紙
6	貼紙
7	貼紙
大獎！	