小学家长教育资源套

建立稳固的发展基础：

如何建立正面的亲子关系？

主动鼓励练习工作纸

**目的：**家长与子女聊天时，可以运用主动鼓励去响应子女的好消息。  
  
**活动时间：**约8分钟  
  
**内容指示：**

1. 步骤：主动鼓励包含三个步骤：多发问、描述赞赏和表现雀跃。
2. 例子：
   * 子女分享说：「爸爸你看﹗今日我画了一幅画，连老师都说我画得好﹗」
   * 家长回应说：「你是不是在画我们上星期去公园看红叶？﹙多发问﹚你一块一块的画这些树叶，每一块都用不同的颜色，真的很用心﹗﹙描述赞赏﹚树后面这几个小朋友是谁？老师怎样说？你的同学又怎样说？﹙多发问﹚你一定觉得很开心﹗」（家长满面欢笑，举起大姆指手赞好）﹙表现雀跃﹚

**练习:**

|  |  |
| --- | --- |
| 子女的分享 | 家长的回应 |
| 1. 「爸爸，今天老师赞我数学测验有进步啊﹗」 |  |
| 1. 「妈妈你看！我玩游戏机，又过一关了！」 |  |
| 1. 「今天上课的时候，老师选我做科长。」 |  |
| 1. 「今天足球比赛我入了两球呀！」 |  |
| 1. 「爸爸，今天我跟同学们一起去做义工，我觉得很有意思。」 |  |
| 1. 「妈妈，我将来打算做YouTuber！」 |  |