



## 先懂孩子再懂教

現今家長往往四出找尋不同管教子女方法，以務求能夠擁有奇妙法力讓孩子變得貼貼服服、聽教聽話。在工作中卻經常聽到家長分享，即使學了多少管教子女及親子溝通方法，知識只能夠停留在腦袋裡，所學的技巧完全未能應用於現實生活中。其實，大多數子女管教與教育方法都本著對孩子的接納，與相信孩子有能力的理念，當家長只掌握了技巧而理念沒有轉變的話，就好像一個新型顯示器配上一個舊式電腦一樣無法發放色彩豐富的影像。

### 接納孩子 調節期望

曾經試過向一位母親表示，她四歲的女兒能夠在小組活動中「坐定定」超過三十分鐘，那位母親卻反問為什麼女兒不能在其他時間都「坐定定」。顯然很多家長每每期望有一天子女會變成天使般一樣。但試想想在一般情況下，我們會期望一個普通的孩子能夠每次考試一百分嗎？如果不會的話，那更不可能期望一個正在發燒的孩子能夠在考試中表現得很出色。而且，每當孩子感受到我們的不接納時，孩子的表現只會更差。因此，家長必須先了解孩子的情況，然後調節自己的期望。假若孩子的專注力平均只有五分鐘，我們期望他有兩分鐘的進步。當孩子感到我們的接納及他有能力達到我們的期望時，他才有信心期望自己有更大的進步。

### 「將勤補拙？」「取長補短？」

在中國傳統文化影響下，我們都慣於集中短處而且凡事跟別人比較。因此，家長都忙於為子女提供「將勤補拙」的訓練而忽略了協助孩子發掘他的長處。曾經看過一位自閉症青年的精彩沙畫演出，演出後媽媽分享她兒子年紀尚少的時候，雖然語言表達能力很差，但在藝術方面卻很有天份，所以一直讓兒子在藝術方面學習。演出最精彩的部份在於青年能在演出後流利及自信地分享自己在藝術上發展的心路歷程，並分享自己在語言能力方面的進步，全因有很多機會在不同場合演出及與不同人交流與分享而鍛鍊的成果。因此，「取長補短」未必只是代表「取他人之長，補己之短」，其實也可以「取己之長，補己之短」。家長若能夠發掘孩子的長處，協助孩子建立成功感，自然能夠「將勤補拙」。

### 先抒壓 才能了解孩子

面對管教子女各種挑戰很容易會壓力「爆煲」，負面情緒與負面思考更直接影響子女的健康成長。如家長不讓自己有停下來時候，便無法給自己思想清晰與客觀的頭腦去了解孩子的需要。曾經帶領親子戶外活動，有家長因為兒子在草地上奔跑而大動肝火，最終當然哭鬧收場。每個人也需要有放鬆與運動，孩子更加需要在戶外跑跑跳跳的機會。但當家長的情緒去到失控的地步，就很容易被情緒控制而未能從孩子的角度去了解孩子。有需要時尋求家人或朋友協助照顧孩子，

讓自己放鬆一下，能夠有效減低壓力，但情況嚴重時便需要盡早尋求專業人士協助。

## 活動推介

活動名稱：「先懂孩子再懂教」家長小組：自閉症/亞氏保加症篇

舉辦機構：保良局劉陳小寶家庭及兒童綜合服務中心

日期：3/11-8/12 (逢六，共六節)

時間：上午11:00-12:30

對象：3-7歲懷疑及有特殊教育需要兒童之家長

地點：香港銅鑼灣禮頓道66號保良局

內容：1. 認識自閉症及亞氏保加症

2. 情緒管理技巧

3. 提升社交溝通

4. 提升適應能力

5. 自我身心鬆弛法

查詢電話：2277 8272

網址：[www.poleungkuk.org.hk](http://www.poleungkuk.org.hk)

保良局家庭支援熱線：8103 2338
---------------------