



賞識教育：讓孩子看得起自己

講者：薛漢強（註冊社工）

〈感恩社會服務資源中心〉



影響子女自信心的因素

1. 性格
2. 家庭成長經驗
3. 家庭安全感
4. 父母教養模式及態度
5. 孩子的能力和成就感
6. 良好的人際關係
7. 自我形象的接納



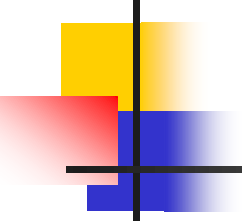
父母如何影響子女自尊自信

1. 教養方式
2. 教養態度
3. 父母情緒、說話語氣及面容
4. 父母關係



你曾經做過嗎？

1. 讓孩子覺得自己什麼都不行
2. 拿他與其他孩子比較
3. 使孩子產生罪惡感、內咎感
4. 與孩子說話欠缺耐性/常向孩子發脾氣
5. 孩子的「一切」要由你來決定
6. 破壞性批評或譏笑孩子
7. 父母經常吵架

- 
-
8. 對孩子作無理要求
 9. 當眾責罵孩子，令孩子出醜
 10. 將孩子作為出氣袋
 11. 不信任孩子
 12. 懲罰孩子的方式不恰當
 13. 強迫孩子做他不願做的事
 14. 有條件的愛



毀掉孩子自信心10種行為

1. 拿自己的孩子和別人比較
2. 孩子不能讓父母滿意的時候，便責罰辱罵孩子
3. 數落孩子的不是，預言孩子沒出息
4. 使孩子產生罪惡感/內咎感
5. 讓孩子覺得自己什麼都不行



毀掉孩子自信心**10**種行為

6. 凡事代替孩子做選擇、決定
7. 過份擔心孩子/不相信孩子
8. 追求完美，對孩子要求過高/過多
9. 人前教子、當眾令孩子出醜
10. 不信任孩子



賞識您的孩子

1. 每個孩子都是獨一無二
2. 每個孩子各有不同潛能
3. 孩子需要父母的了解接納
4. 孩子需要父母的支持鼓勵讚賞
5. 自信是由成功感而來



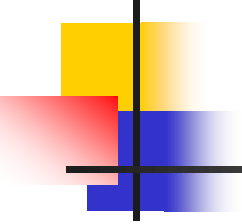
賞識教育的 7 個信念

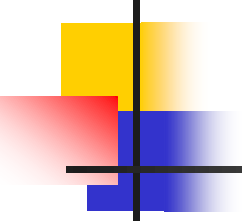
1. 每個孩子與生俱來都擁有潛能
2. 孩子的每個小進步, 就是將來的一大進步
3. 只看孩子所有的, 不看孩子所沒有的
4. 肯定孩子的自我價值
5. 讓孩子看得起自己
6. 讓孩子找到成功感覺
7. 讓孩子有好心情

讓孩子看得起自己：

幫助孩子建立自信的21個方法

1. 給孩子一份真誠的讚美。
2. 讓孩子有正面的自我評價。
3. 不要在別人面前批評孩子。
4. 常對孩子說「請、唔該、謝謝」
5. 讓孩子從生活活動中建立自信。
6. 讓孩子感到被尊重
7. 讓孩子覺得受重視。

- 
-
8. 為孩子訂定生活常規。
 9. 培養孩子自理能力
 10. 教導孩子自制能力
 11. 正面身教
 12. 盡可能回答孩子的問題。
 13. 鼓勵孩子問問題。
 14. 盡可能告訴孩子你這樣做的理由。

- 
-
15. 讓孩子教你一些「新」事物。
 16. 幫助孩子為第一次的經驗預作準備。
 17. 幫助孩子學習如何面對失敗。
 18. 教導孩子為自己的行為負責。
 19. 重視孩子的新發現。
 20. 勇於向孩子說「對不起」。
 21. 擁抱孩子, 告訴他「我愛你」。