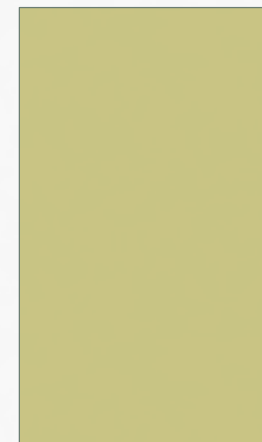


【孩子的學習與成長需要】 幼兒家長講座系列(二)

加強親子溝通，與孩子「傾心事」
教育心理學家 麥芷萱博士



內容

- 提昇家長與幼童溝通的要訣

1. 與幼童溝通的重要性

- 幼童的發展能力會限制他們表達思想和慾望的方式
- 與幼童交流對他們的人際關係和發展非常重要
- 良好的溝通包括傾聽和交談，讓幼童感到重要和被重視
- 與幼童建立良好溝通，有助於培養與他人溝通的技巧

2. 父母的良好溝通元素

- 建立良好的親子關係 (Attachment Theory, 1907)
- 能讓孩子作主導 OWL (Observe, Wait and Listen)
- 擁有積極回應的技巧 (Respond through Active Listening)

建造良好的親子關係

- 依附理論 Attachment Theory, 1907
- 幼童與主要照顧者的親近關係及長大後人際關係發展的影響
- 讓孩子感到安全，更有自信地探索世界及與他人的聯繫
- 孩子能透過我們說話的內容而明白他人是如何思考、理解事情、與人交流、表達感情等等
- 讓孩子舒適地表達自己，從而獲得安樂的感覺



- 微笑的媽媽vs面無表情的媽媽，孩子會有什麼反應
- 短片：微笑的媽媽 vs 面無表情的媽媽，孩子會有什麼反應？

<https://www.youtube.com/watch?v=LoYOGdlnWJo>



心理學家 John Bowlby (1907-1990)

能讓孩子作主導

- The OWL method (Observe, Wait and Listen)
- 父母需要仔細觀察孩子，密切注意他/她的言行。同時完成這三種技能，成為一個好的談話夥伴。

OWL 貓頭鷹

Observe 觀察

Wait 等待

Listen 聆聽

擁有積極回應的技巧

1. 理解接受

- 提供身體姿勢作回應, 讓孩子知道你正在聆聽。
- 向孩子表達你對他們情緒的諒解和接納:
- 給予擁抱/安撫作回應

2. 描述感受

- 情緒辨識
- 情緒反映
- 感同身受

3. 解決問題

- 先與幼童溝通和討論, 繼而提出意見或解決方法
- 協助幼童思考問題的解決方法
- 協助幼童選擇或一起選擇解決方法



短片：積極聆聽

<https://www.youtube.com/watch?v=SrW3NWi7KYE>

3.如何識別溝通機會？

- 預留特定交流時間
- 透過不同經歷與孩子分享或了解各種感受，包括憤怒、喜悅、沮喪、恐懼和焦慮，是一個溝通的好機會
- 留意孩子的肢體語言，例如 當他們需要安慰時
- 讓您的孩子參與日常對話

Reference 參考

Bayley, R., & Margetts, K. (2011). *Exploring emotions: How you can help children to recognise and talk about their feelings*. Albert Park: MA Education.

Faber, A., & Mazlish, E. (2012). *How to talk so kids will listen and how to listen so kids will talk*. New York: Simon and Schuster.

Toby Stephan, T. &, Instructor, H., and Stein, T. (2016). *The Waiting Game: An Essential Skill for Parents of Children with Language Delay*. The Hanen Centre. www.hanen.org.

