

浸信會呂明才中學家長團契

1

暴風期中的同行

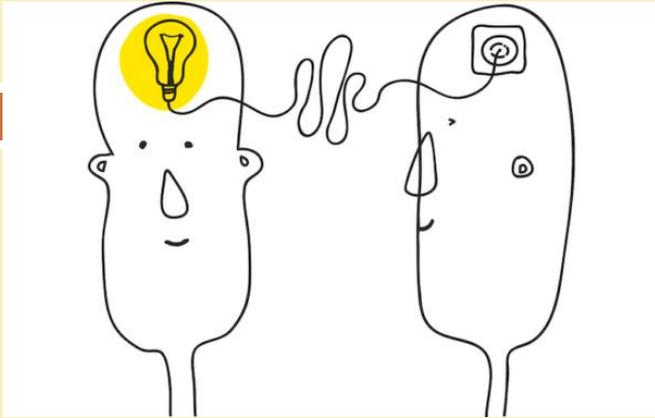
25. 2. 2019

重溫：

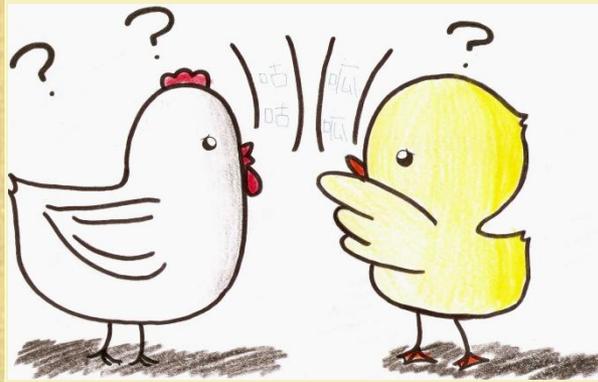
- ◆ 「青春期」是必經階段，也是成長的**本能**
- ◆ **勿駕馭**，而是幫助孩子，**找尋「肯定」和「價值」**

透過：

- ✓ **承擔責任** - 自決
- ✓ **建立自尊** - 尊重他們跨入成人行列
- ✓ **建立自愛** - 建立家庭的歸屬感
- ✓ **發掘潛質** - 接納他的強弱



我們可以怎樣與他們同行？



討論：

詠恩：.....化學科成績得25分！

媽媽：梗係啦！成日都只是傾電話，吾見你溫書...

詠恩：我成日溫習，你都睇吾倒...

媽媽：溫你個頭呀！講大話吾眨眼...！如果你真有溫習，就証明你無鬼用囉！

詠恩：我吾想同你講！（砰門）

媽媽：你仲吾勤力，將來都吾知點算.....！

討論：

詠恩：.....**化學科成績得25分**！

媽媽：梗係啦！成日都只是傾電話，吾見你溫書...

詠恩：我**成日溫習**，你都睇吾倒...

媽媽：溫你個頭呀！講大話吾眨眼...！如果你真有溫習，就証明你無鬼用囉！

詠恩：我吾想同你講！（砰門）

媽媽：你仲吾勤力，將來都吾知點算.....！

討論：

詠恩：.....化學科成績得25分！

媽媽：梗係啦！成日都只是傾電話，吾見你溫書...

詠恩：我成日溫習，你都睇吾倒...

媽媽：溫你個頭呀！講大話吾眨眼...！如果你真有溫習，就証明你無鬼用囉！

詠恩：我吾想同你講！（砰門）

媽媽：你仲吾勤力，將來都吾知點算.....！

討論：

詠恩和媽媽對焦嗎？

如何回應才能對焦？

與青春期的子女同行

A. 俘虜孩子的心

- ✓ 聽懂心底話**
- ✓ 尊重想法 和 肯定價值##

討論：

志明：.....化學科成績得25分！

媽媽：.....

詠恩：.....今天上課好「癡」！恰眼瞓比老師叫醒，D同學笑到反檯！

媽媽：.....

**** 聽懂心底話的技巧: Tracking**

討論：

志明：.....讀書吾得，我可以做地盆工作.....！

媽媽：.....

詠恩：.....我發覺卓明偷偷同第二個女仔拍拖！
...我吾能夠無左佢.....嗚嗚嗚....！

媽媽：.....

尊重想法 和 肯定價值： 讓他們自己挑戰自己

討論：

讓他們自己挑戰自己

- ✓ ...我擔心你.... / 這樣是否很辛苦.....
- ✓ ...我為你感到很不值...
- ✓ ...你這樣做，你不覺得對自己不公平嗎？
- ✓ ...你好偉大...，但他卻完全不知道...
- ✓ 我肯定你深愛她，但你的做法，你想他會感覺到愛嗎？...

與青春期的子女同行

A. 俘虜孩子的心

✓ 聽懂心底話**

✓ 尊重想法 和 肯定價值##

✓ 表達疼愛

✓ 切忌「本能反應」

還擊、訕笑、矮化、對不起

與青春期的子女同行

A. 俘虜孩子的心

當孩子的心被俘虜

他們希望得到你們的寵愛！

也希望取悅你們！

與青春期的子女同行

B. 建立合適的界線

✓ 用結果成為界線

✓ 給予合適期望

過高--放棄 / 挫敗/自卑

✓ 鼓勵承擔責任和自決

✓ 用溫柔堅持合理的「不」

練習

聆聽心底話 - 取代忿怒與忠告

1. 我一天到晚都在練習，但一點效果也沒有
X 再努力一點/沒有辦法喇，你平時又不努力
✓ 我感到你很大挫折，有點氣餒，是嗎？
2. 個個同學都拍拖喇，總之不會影響學業的
X 總之拍拖會影響學業的，將來長大後，你就可以慢慢選擇也不遲
✓ 我感到你想像其他同學，有一個知己....

練習

建立清晰的界線

3. 我考試成績差，但爸爸也不應該講那些負氣話！
- X 他是爸爸，你也要有禮貌對他的
- ✓ 我欣賞你的自省，明白自己成績不好，觸怒了爸爸！只是不想爸爸講負氣話傷害你.....

練習

建立清晰的界線

4. 為何我不可夜晚才回家？個個同學都可以喇？

X 總之不可以，你這麼細，外面又危險

✓ 你覺得父母太保護你？希望你明白，我們愛錫你，有責任關心和保護你。10pm是我們的底線.....

練習

其他

5. 我真想打他，憎死他.....

X 你是基督徒，不可.....

✓ 你似乎很生氣，他一定做了些叫你十分難受的事

6. 我甚麼也不想講，你不要問我！

X 我得罪你嗎？為何生我氣？

✓ 你髒到已經不能忍受，所以甚麼也不想講...

練習

其他

7. 我努力有甚麼用，結果還不是如此

X 不努力就真的甚麼也沒有，努力總還有希望

✓ 我感到你受了很大的挫折，想氣餒！

8. 如果同學笑我怎麼辦？我還是不去問老師了！

X 你這麼細膽，笑就由得人笑吧，當然要問啦！

✓ 我感到你好像下了決定不去問，但內心又有不安，是嗎？

總結

- ◆ 「青春期」是必經階段，也是成長的**本能**
 - ◆ 勿**駕馭**，而是幫助孩子找尋「**肯定**」和「**價值**」
- 透過：
- ✓ **家庭的愛和歸屬，俘虜他們的心**
 - ✓ **建立適合的界線**