

~歡迎轉寄、分享~

看見孩子的亮點

在家庭及學校中

運用阿德勒鼓勵原則

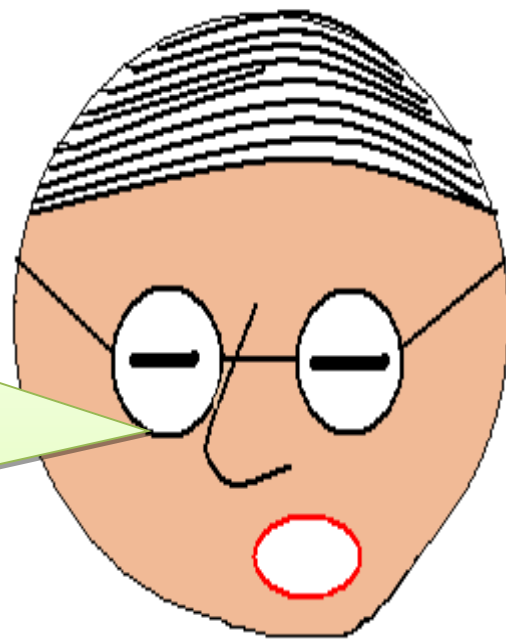
製作：張英熙

繪者：張 祈

阿德勒兒童教養專家

Roudolf Dreikurs 曾說：

孩子成長需要**鼓勵**，
正如植物成長需要
陽光及水份一樣。



孩子需要鼓勵
這話沒人反對
但管教中卻充滿了...

批評

利誘

威脅


斥責

羞辱

控制

鄙視

諷刺



良言一句三冬暖
惡語傷人六月寒

為什麼沒考滿分！

為什麼人家都會，
就你不會！

全班第一名沒什麼，
全校第一才厲害！

好，還要更好！

成事不足敗事有餘，你真的
很沒用！

你真的笨到家了！

要跟人家多學學！



我不好！

我不能！

我不想！

我不敢！

我不重要！

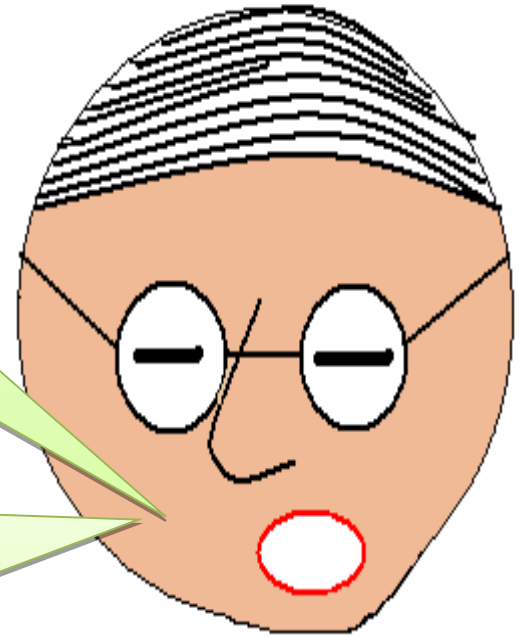
我沒有人
要！

哀莫大於心死！
孩子感到氣餒！

個體心理學創始者 Alfred Adler(1877-1937) :

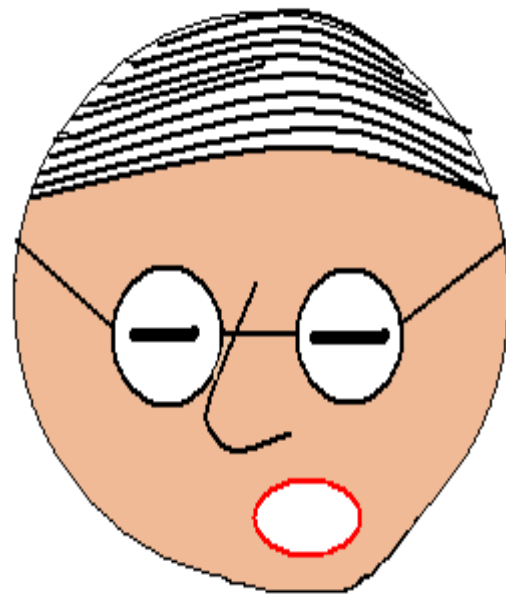
氣餒是孩子
不良行為的根源。

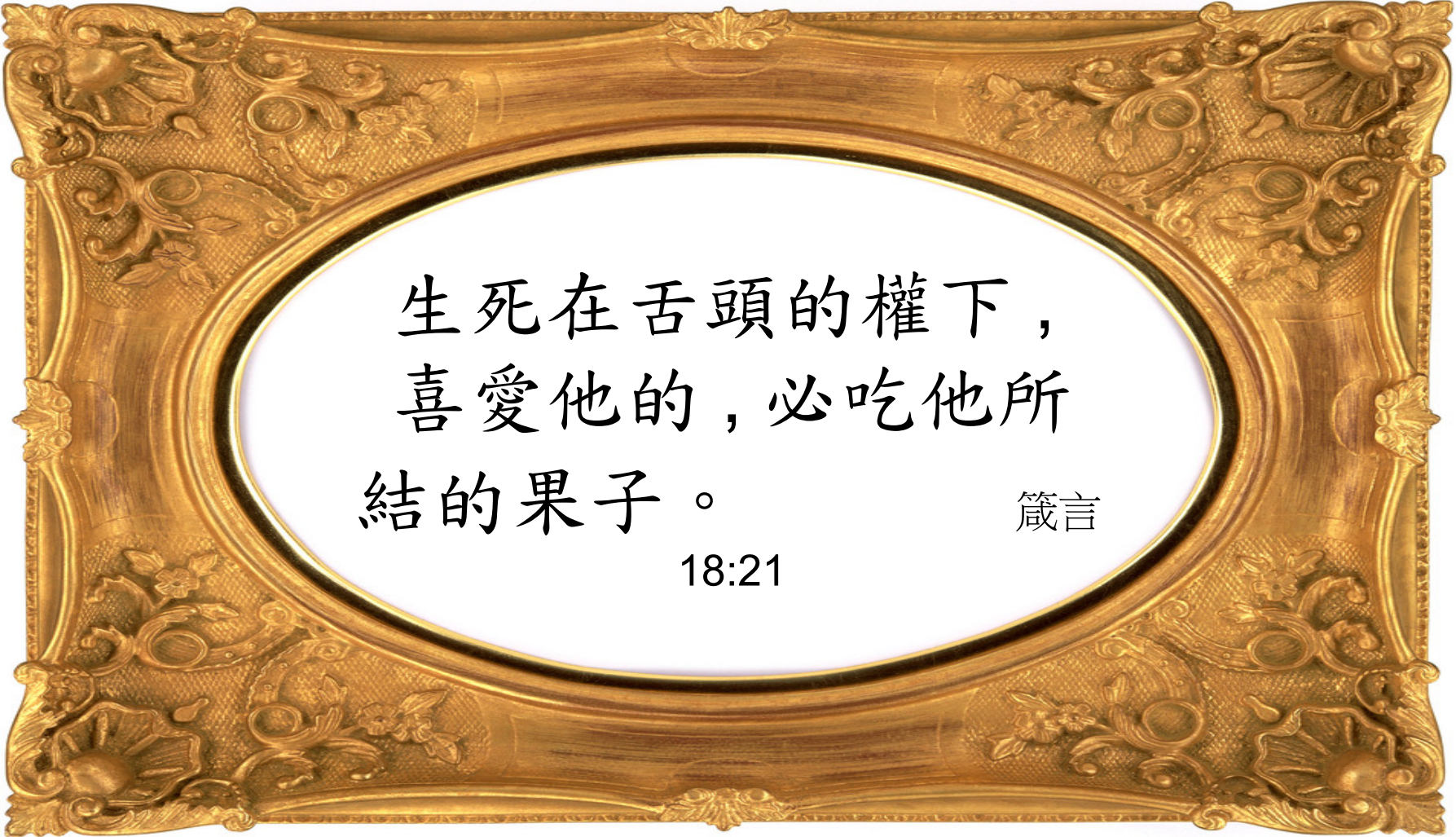
心理治療的每一步
，都不能偏離鼓勵
這條路徑。



學習鼓勵要兼顧兩個 方向才算完整：

- 一方面是減少讓孩子感到挫折氣餒
- 另一方面是鼓勵孩子





生死在舌頭的權下，
喜愛他的，必吃他所
結的果子。

箴言

18:21

你會鼓勵孩子嗎？

孩子未獲鼓勵 的十大原因

善批評的
管教傳統

成人標準高
要孩子更好

成人以挑錯
為己任

成人不能
接納孩子

成人認為
鼓勵很假

成人缺乏
鼓勵技巧

擔心孩子
自滿不上進

擔心孩子
變得驕傲

成人未曾
獲得鼓勵

成人疲累
無心鼓勵



鼓勵的重要，
人人皆知！

但，問題是…
要怎麼鼓勵才有效？！



某日孩子心血來潮
把客廳打掃了一番


你會向他說什麼？

1. 你好棒！好厲害！
2. 這才乖！媽媽好愛你！
3. 太陽打從西邊出來啦！
4. 你比姐姐好多了！
5. 很棒哦！桌子也順便整理一下啊！
以後都要這樣哦！





這才乖！
媽媽好愛你！




如果沒打掃媽還
會愛我嗎？



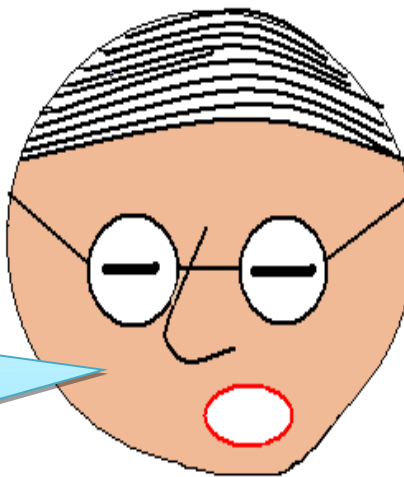
孩子怕失去愛！
鼓勵應是無條件的愛！



你好棒！
好厲害！




每次都說這句！
根本沒注意我！



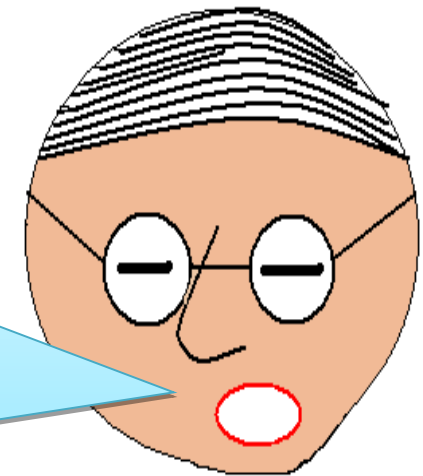
孩子覺得被敷衍！
鼓勵應該具體特定描
述孩子的行為！




你比姐姐好多了！




我贏了！
哼！



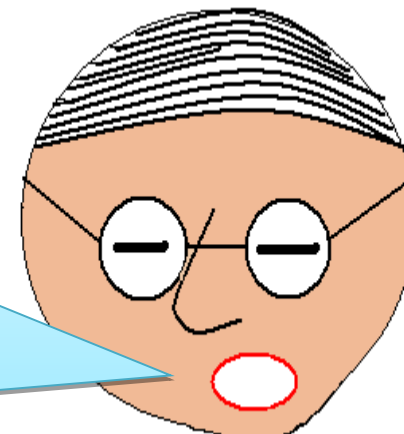
以比較來肯定孩子
強化手足競爭與衝突
鼓勵強調跟自己比較，
不與人競爭



很棒哦！桌子也該順便整理一下啊！以後都要這樣哦！



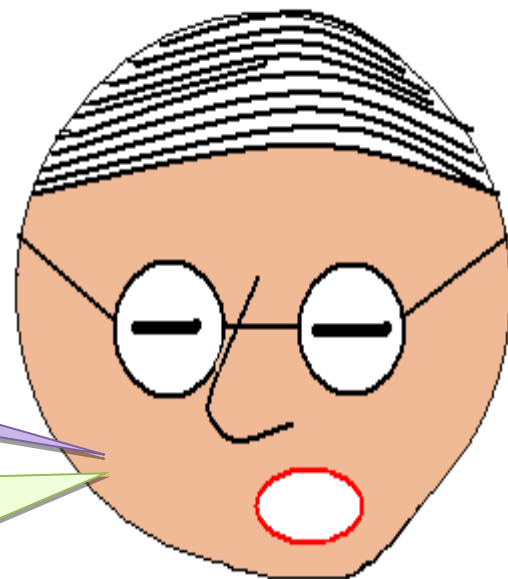
真倒霉！
愈做愈多！




高期待，
鼓勵變壓力！
鼓勵應是欣賞接納
而非高要求的糖衣

鼓勵成效不彰
是因人們**誤解**、**誤用**

鼓勵的技巧與態度
可透過**學習**獲致！





人心憂慮，屈而不伸。
一句良言，使心歡樂。

箴言 12:25

1. 肯定特質與能力

2. 指出貢獻
表達感謝

鼓勵
五種語法

3. 看重努力與進步

4. 表示信心

5. 傳達接納與認可

1. 肯定特質與能力



你是勤勞愛乾淨的孩子，
客廳整理得很乾淨！




我很勤勞！
我還能做！




好行為連結好品格
建立正面自我形象

2. 指出貢獻表達感謝



客廳好整齊！一進門
就好舒服，謝謝你！



我有能力！
樂於貢獻！

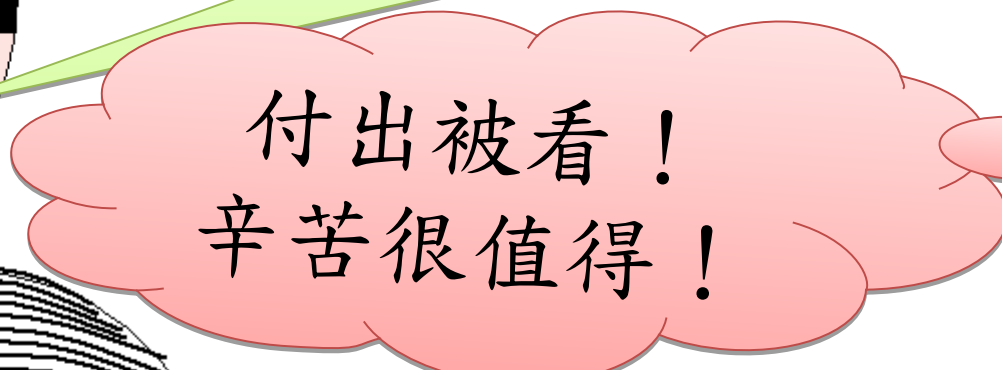


建立歸屬感
培養社會情懷

3. 看重努力與進步



你一定花了很多時間！辛苦了！




付出被看！
辛苦很值得！



孩子被了解
也被看重


4. 表示信心



我就知道你做得到！




被看好、看重
、信任！

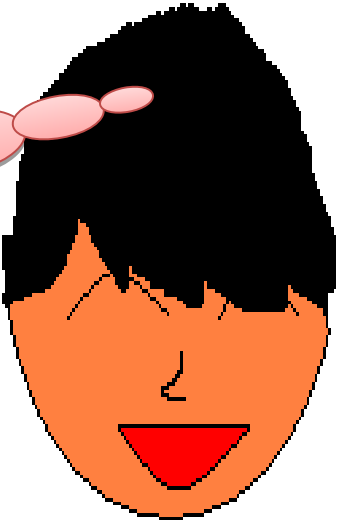


孩子獲得肯定
因成人的信賴
建立自信


5. 傳達接納與認可



所有雜物都歸位了！
看得出來你很用心！



我的用心被
理解、認可！



孩子被了解、接
納，雙方關係更
親密。

鼓勵孩子
的十大影響

建立正向
自我概念

孩子看見
自己的好

孩子學會
鼓勵別人

孩子更
無畏失敗

孩子學會
鼓勵自己


孩子更
樂於嘗試

孩子減少
不良行為

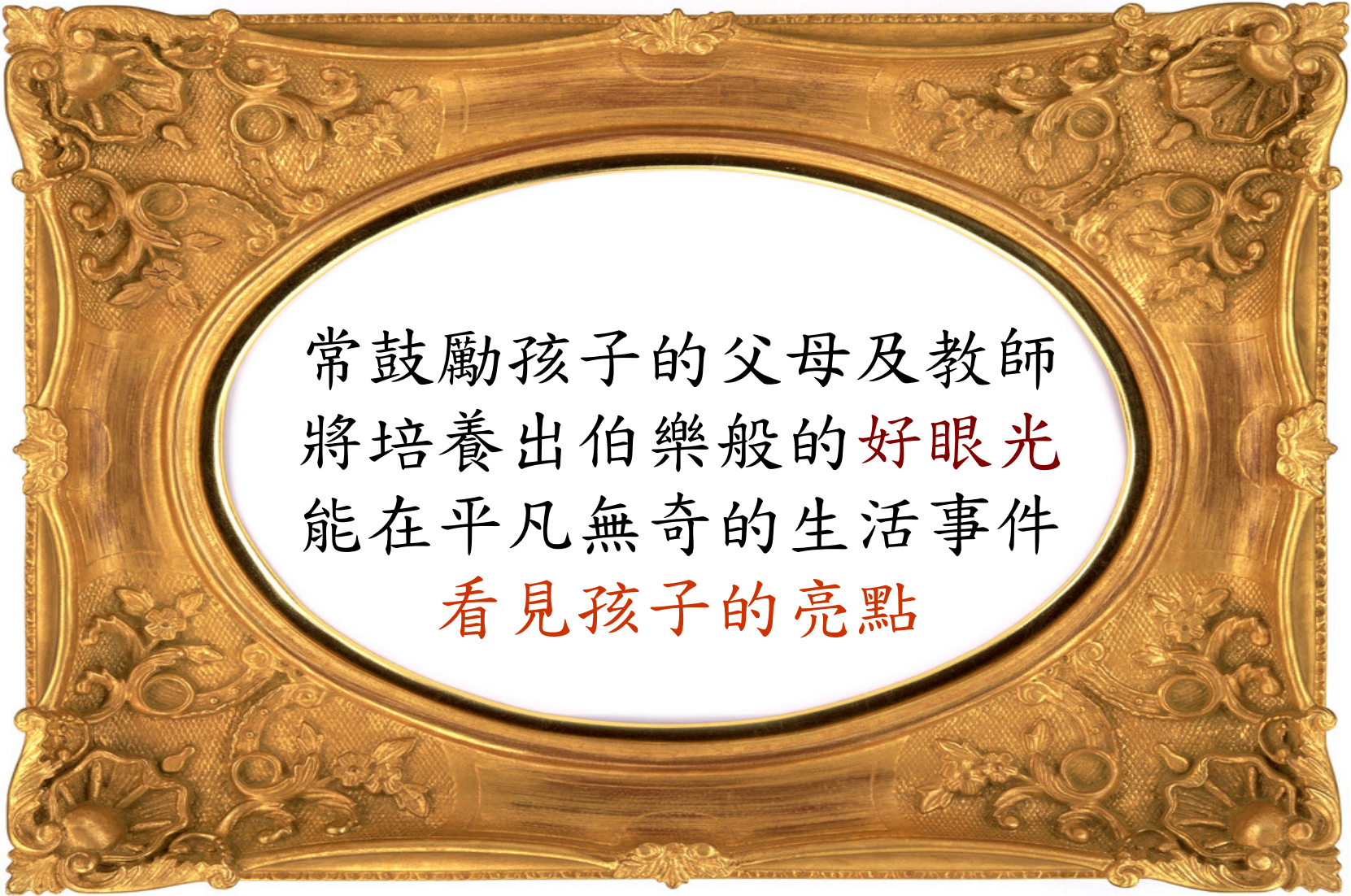
提升
歸屬感

孩子更
喜歡自己

孩子更
負責合作



被鼓勵的孩子
將獲得勇氣
更能面對挑戰
更能發揮潛能



常鼓勵孩子的父母及教師
將培養出伯樂般的好眼光
能在平凡無奇的生活事件
看見孩子的亮點

成人學習鼓勵
的十大改變

鼓勵品質
與次數提升

提升
鼓勵效能

提升成人
同理心

成人更敏於
觀察孩子

成人更深入
了解孩子

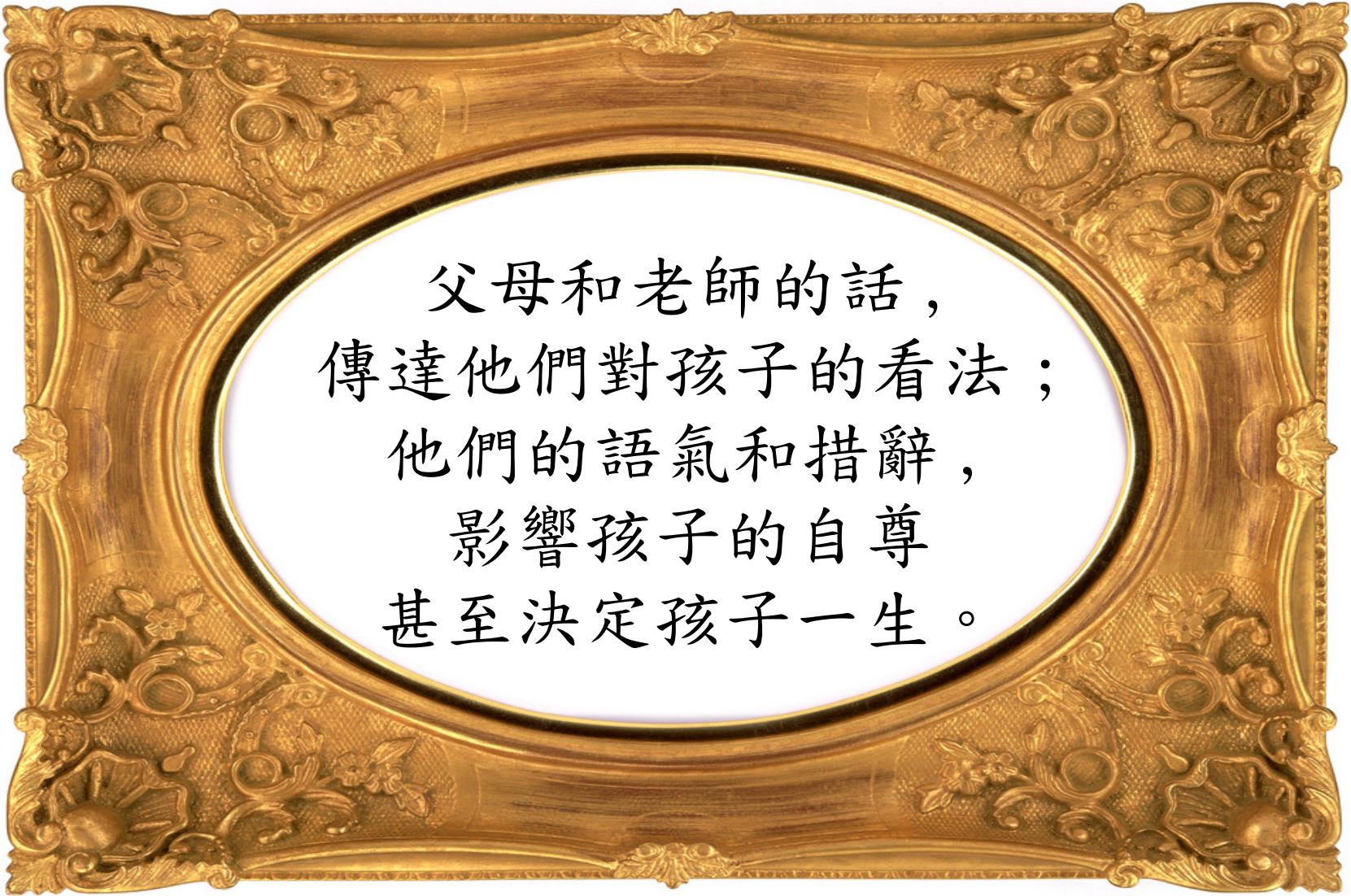
成人更欣賞
接納孩子

與孩子關係
更親密

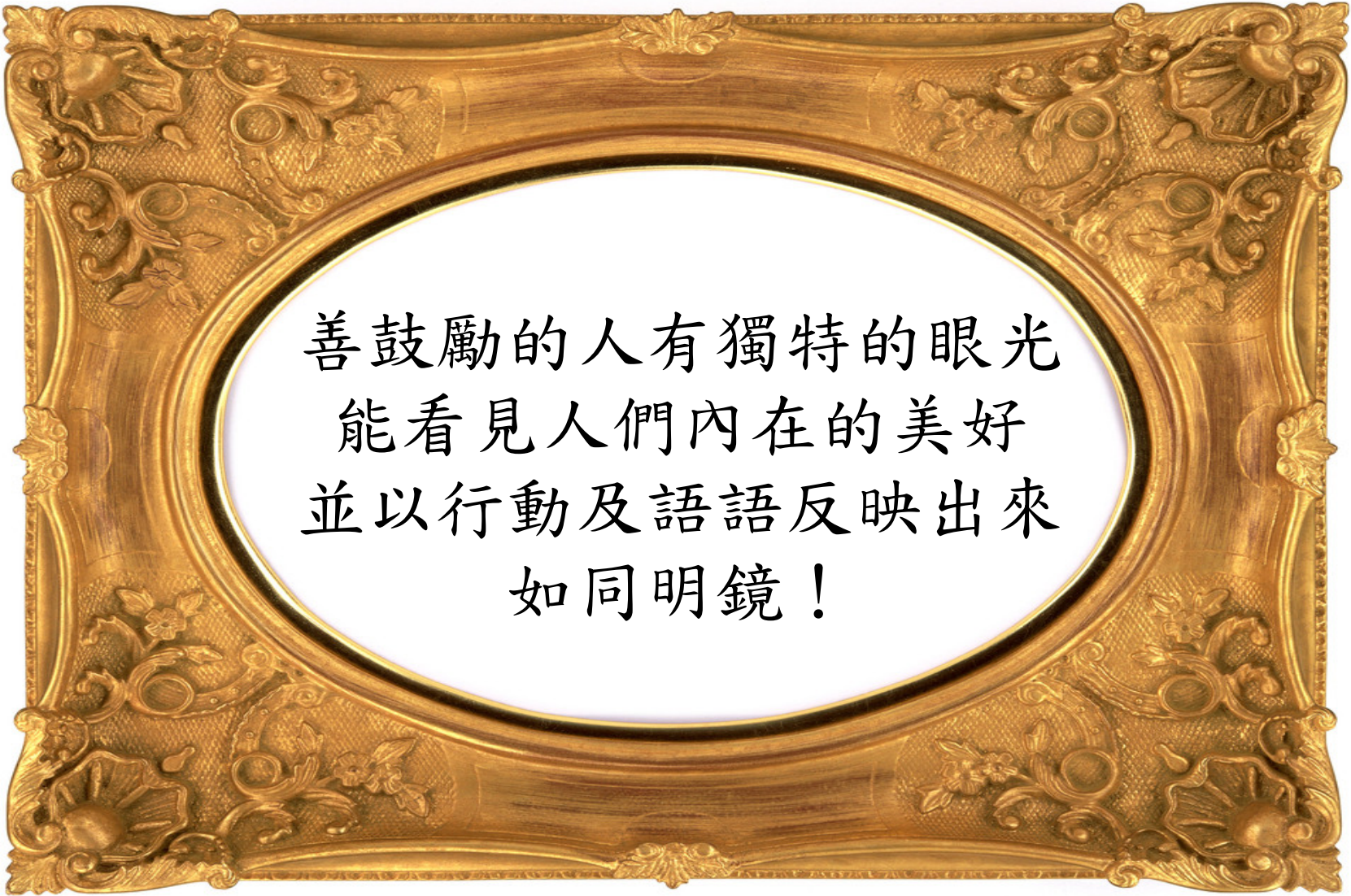
更能尊重
個別差異

更趨
正向管教

提升成人
幸福感意義感



父母和老師的話，
傳達他們對孩子的看法；
他們的語氣和措辭，
影響孩子的自尊
甚至決定孩子一生。



善鼓勵的人有獨特的眼光
能看見人們內在的美好
並以行動及語語反映出來
如同明鏡！



看見孩子的**亮點**：

阿德勒鼓勵原則在家庭及學校
中的運用

台北市立教育大學幼兒教育學系
助理教授 張英熙著

吳清山、何瑞德、林佩蓉、郭玲霜、
曾端真、曾清一、楊瑞珠、潘慶輝、
鍾思嘉等人一致推薦！（依姓氏筆劃）

更多資訊

<http://www.lppc.com.tw/ch/CH2/2818/MD/MD966763.html>

service@lppc.com.tw