

親職教養檢測

文/督導員賴芳漪、社工員高嘉蔚

近年常聽到虎媽、鷹爸、狼爸、直升機父母等針對父母教養方式而出現的特殊名詞，另媒體揭露華裔小提琴家陳美曾提及其母親是虎媽，因為母親嚴厲與限制的教養方式，小時候的陳美從未單獨出過門或從事自己喜歡的事物，成年後的陳美卸下母親的經紀人身分，且兩人至今已十多年未見面…。華裔服裝設計師吳季剛，因為美國總統夫人穿著其設計的禮服而廣為人知，吳季剛感謝母親的支持，讓從小喜歡洋娃娃的男孩，成為著名的服裝設計師，其母親分享自己的教養方式表示「順著孩子的本性發展」…。從上述兩則名人小故事，發現為人父母教養子女的辛勞，也看到親子關係後續的變化，那麼應如何拿捏教養方式與親子關係之間的份量？

您是個稱職的父母嗎？這份問卷可以讓您檢核自己教養子女的態度是否正確。

項目	內容	是	否
1	您常擁抱孩子來表示自己很愛他？		
2	您樂於在別人面前提到自己的孩子？		
3	您的管教態度和配偶一致？		
4	孩子喜歡和您說話？		
5	您經常徵詢孩子的意見？		
6	您有興趣聽孩子說話？		
7	您發現孩子有很多優點？		
8	您認為孩子應該分擔家事？		
9	您對孩子有所要求時，會先反省自己做到了嗎？		
10	您為了孩子讀書而放棄看電視？		
11	您有耐心為孩子檢查作業？		
12	您經常檢討自己教養子女的態度？		
13	孩子認為您不關心他？		
14	您認為孩子不如人？		
15	您在火冒三丈時指正孩子的錯誤？		
16	您在管教孩子時會一再提起他以前所犯的錯？		
17	孩子認為您是個嘮叨的父母？		
18	您認為孩子只須聽話而不必給予發表意見的機會？		
19	孩子認為您為他所做的事都是應該的？		
20	您的決定會因孩子耍脾氣而改變？		
21	您認為孩子從小要樣樣都學才能高人一等？		
22	您在孩子身上發現了一些缺點而歸罪於家裡的某個人？		
23	您認為假日是休息時間不該受到孩子打擾？		
24	您特別偏愛家中某個孩子嗎？		
25	您認為「打」是最有效的管教方式嗎？		

左列題目1~12題選擇「是」的得1分，13~25題選擇「否」的得1分，計算您的得分。

◎25-21分：您是一個模範好爸媽！繼續保持下去喲！

◎20-13分：為了讓孩子更好，您可以再多些付出與努力！

◎12分以下：多注意孩子的想法，給孩子一個健全的成長環境。

資料來源:教育部父母教養子女態度問卷

特殊名詞補充站



虎媽、鷹爸：教養以嚴厲、強迫、限制、命令、貶抑孩子的管教方式。

直升機父母：過度介入與過度焦慮的父母，像直升機般在孩子上空盤旋，無時無刻守望孩子的一舉一動。

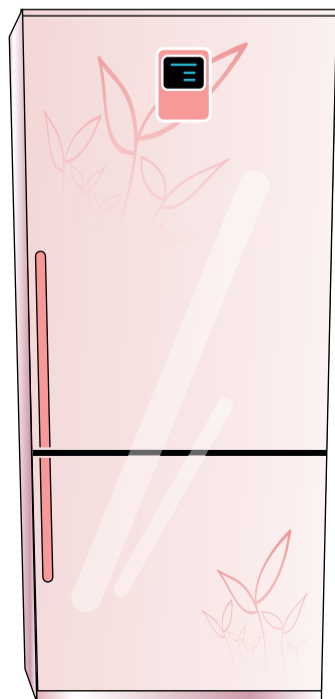
狼爸：不打不成器的觀念，運用體罰棍棒的管教方式。

資料來源:親子天下

圖片來源: Yahoo、Google

親職廚房上好菜~親子動(井)

日本料理親子丼的美味關鍵，在於主要食材雞與蛋搭配得宜。然而，父母與子女間的互動，透過表情、音調、肢體動作等影響著親子關係的變化，所以身為父母(雞)和子女(蛋)之間，應該如何互動出美妙的味道??就讓我們一起來找找「好食材」吧!!



好食材：

關心、專注、傾聽、
接納、理解、尊重



美味親子丼

腐食材：

指責、冷漠、拒絕、
不信任、貶抑、暴力



走味親子丼

1. 理解與接納孩子的個別差異。
2. 傾聽孩子心裡的想法，不要因為心急或好奇而失去耐心。
3. 同理孩子的狀態，表達意見時，對事不對人，只描述具體可見的行為，說出自己的感受，而不是指責孩子或趁機說教。
4. 肯定與鼓勵孩子，讓孩子對自己有自信，幫助孩子建立自主能力。
5. 經常自我評估管教之影響。

1. 指責與貶抑，讓孩子對自己沒自信、出現退縮與自我放棄行為。
2. 冷漠與拒絕，孩子被愛的需求不滿足，容易結交不良友伴或過早進入兩性關係。
3. 不信任的管教方式，孩子會有過度討好或說謊行為。
4. 暴力的管教方式，孩子會出現攻擊、破壞行為、自我傷害、逃學、逃家等等行為。