

與家長溝通策略之探討

Rex Wu

正向家長學院創辦人及院長

正向家長支援中心主席

正向管理學院創院院長

正向心理學會創會會長

國家認可心理諮詢師

中國成人教育協會兒童及心理發展講師

美國NFNLP認可NLP心理學資深高級導師及發證導師

英國PGNLP及INLPI認可NLP心理學導師

美國應用心理學會認可兒童財商教練

美國ABH認可高級催眠治療師

美國ABNLP及NFNLP認可NLP心理學高級執行治療師

美國時間線治療學會認可時間線治療師

美國NFNLP認可NLP心理學啟導教練及發證導師



透過超過20年的輔導經驗及心理學知識，助人建立出
四大正向關係：親子關係 · 夫妻關係 · 自身關係 · 人際關係



資深心理諮詢師

家長教育專家

正向關係顧問

要說服家長改變， 容易嗎



三高家長

高傲 自以為了不起而看不起別人

高估 對自己及孩子的期望過高

高危 被過去負面經歷所主導

【CP課程版】CP85 Penny Fong

課程已完成了8星期的CP課程，雖然疫情開始由线下轉到了線上，zoom課室仍然繼續延續對的內容和價值。當初擔心要在線上上課會很單調，其實有很多事情可以分心，不能專心。原來zoom都可以分組討論，又有留言板可以作互動。當有問題又可以即時發問及得到解答。這個zoom體驗令到3個鐘的課堂如下面就完了。加上我與朋友主動參與的溝通，有時特別吸引d仔女坐埋同一頁課，真係唔知道快唔快。還有指導師的課後的跟進，同學課後的討論區留言，我只達到一個 <正> 字樣形容。

課程中學到各個階段的兒童心理發展，認識到不同的教育模式和情緒處理的技巧，更中練了書法上的知識。更大的得著是自我的檢討與反思。這與我們問“點解會咁嘅？”明白到好多事情原來係咁，小童心理發展都到心理發展左。厘定又與朋友。

十分推薦大家報讀課程，了解小朋友心理發展和需要，建立正向家長文化。9月會開最後一班CP85，之後就轉轉正式上課。

CP86 Kwali

我原本上課的班，是傳統面授課程，中途因為疫情停課了，之後再以zoom的形式復課。兩種課堂方法都都未必會嫌。其實面授課程的優點考驗自己是能夠與堅持完成上課課堂。因為匆忙下班，匆忙吃點簡單晚餐，就匆忙趕去課堂上課。但是對流來說，這是一個很好的機會考驗自己的決心。面授課程時，能夠聽到大家的即時反應和分享，感覺更溫暖。zoom 課堂看又有另一番體會。首先多謝院長和學團上下各人，準備了很好的設備和器材用在zoom 課堂上，完美和流暢的拍攝和收音，分組討論，令到幾十分鐘上課的>小時，非常滿意，不得不讚。在家上課，確實節省了很多交通時間，亦令孩子知道，媽媽也愛學習，我的孩子每星期十分鐘將在電腦上見到院長，有一次，他聽到院長說，孩子需要多做運動，之後他每次做運動，都提醒我說，院長教他怎麼做的。總括來說，兩種的上課方法，我都好喜歡。

CP85 Lawrence Char

過去八個星期透過zoom上課，參加正向家長學院的CP課程，讓我了解教育0-12歲孩子成長的K.A.S.H(Knowledge, Attitude, Skills, Habits)上好基礎，在家上網學習，讓我不用匆忙下班趕去上課，也不用下課後拖著疲倦的身軀回家，有這假期，令我報讀的動力大增。透過zoom上課，亦為醫生的太太也可一起重溫，在學的東西上互相提問。我們上課時，除了能在家中看書外，也聽到院長的分享，甚至會叫我有興趣就讀沒有錯下。在課堂互動方面，因為怕怕的心理，怕浪費時間上課時，願意主動答問題的學生比例會較低，但在zoom上課，透過“聊天室”，同學們答問和提問都供主動。院長使出“十二成”功力，講到理想甚高。在這些基礎上，同學們在Whatsapp群組都表主動分享和互助。加上指導師每週的個人跟進鼓勵，讓我在小組的分享，整體的學習經驗都表豐富。無論面授課程或視上學習，我都很感謝我認識的夫婦參加正向家長學院的課程。

CP85 Estli Leung

時間過得好快，反覺便過了八堂CP課程，雖然因應疫情，未能到學院上課，但用zoom這形式上課，感覺也不錯，可以說是節省時間，節省了金錢，卻賺了更多知識和與人共處的時間。而且，令我開心的是孩子偶爾也能與我一同上課，感受

CP86 Angel Wong

zoom 節省了很多交通的時間，尤其是上夜晚班課，正值下班時間十分塞車，所以經常遲到，如果小朋友過學的日子，一放學就發覺到趕到班與媽媽功課，七點其實都已經遲。在家zoom可以在家一邊從屋企人食飯一邊上課，同時可以處理下小朋友需求，亦節省一個好好心轉轉比平時趕到班來大人都不耐煩，大人都是上zoom，原來課程上並不要專心和緊張也。我家裏有兩個小孩，因為疫情推廣電腦室，所以除去這些軟件擔心我自己上唔到，現在在家zoom軟件可以一掃而空的一樣上堂！喜歡與zoom 都有好意，是一個不同電腦，但與未有得轉，我實得在線上堂。

CP85 Digi Le

過去八個星期參加了正向家長學院的CP課程，由於疫情關係，課程由實體課堂轉到網上學習，起初以為網上學習會是很單向的事宜，但原來網上學習也可以很互動，大家可以分組討論，可以隨時提問。在網上學習完全無阻學堂氣氛和氣氛，更好的是網上學習可以有彈性，例如：可以一過上堂一過和家人吃飯，這時可以播兩個小朋友，教學就可以立即和小朋友交流或學習。這八個星期的課程讓我重新認識自己和自己的小朋友，剛念不同年齡的兒童有不同的心理發展和需要，要根據他們的年齡用不同方法去教養他們，更上了自己一些關於習慣和方法。課程涵蓋兒童心理學，兒童心理發展，正確教育方法和心理學等，內容非常充實和實用，真心推介給每一位家長。

CP85 Eunice Wong

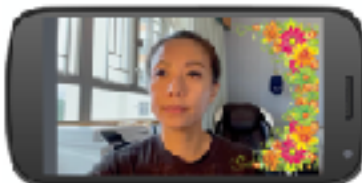
這個課程令我更了解自己和孩子，明白現在的世變因何而形形成現在的他，明白過往自己的教育思維的錯地方，今次用zoom上堂令自己可以用靜靜的心情去上堂，另外加上加上個人好爽，怕唔夠精神，但因為在家上課，整隻環境身軀都對家人一連歡歡一連美而自己上堂。吃好天的時間令自己立即有精神繼續上課。而且好容易放工都睇到，因為可以換坐位上上上。好喜歡這種上課方法。

CP85 Rochelle

我覺得你們安排得很好，因為學生得比較讀所以在家中上堂令我更加安心上堂，請需要擔心放學後返交通break out room 亦都安排得很妥當，但擔心你們有多年經驗去run 這個course，我覺得值得我專業，我覺得疫情復存都可以考慮安排一兩Zoom class，給家長多一個選擇。

CP86 Elizabeth Yuans

報讀 CP 課程是現場上課模式的，但開課前收到通知要 zoom 上課。初頭也擔心會不會影響學習，上完第一堂後所以疑慮也全消。正向家長學院非常熟悉 zoom 的操作，有工作人員看著住留言板，幫我們有問題亦可以隨時發問互動。跟現場上課一樣，我們亦可分組跟指導師做小組討論。不用外出增加風險，亦節省了時間，可以更多時間陪伴小朋友。如以後也有 zoom class 選擇也不錯啊！可以讓大家更容易補課，重溫知識。除了聽院長的教學，聽師兄師姐的分享亦是一個很好學習方式！希望科技帶來的方便可以令更多朋友接觸正向家長學院。8個月大的Aaliyah 媽媽。



Knowledge
知識

Attitude
心態

KASH

Habit
習慣

Skill
技巧

Knowledge 知識

- 建立家長對孩子成長的正確認知
- 建立家長對孩子的合理期望
- 建立家長與校方協助孩子成長的共識

Attitude 心態

- 是對手還是拍擋
- 未見先怕
- 接受家長還是抗拒家長

Skill 技巧

我 **見到 / 聽到 / 知道** 你為了_____ (事情) ，
你 **做了** _____ (行為) ，
你 **真是一個** _____ (形容詞) ，
我 **覺得** _____ (稱贊) ！

我**見到**你為了更了解你孩子的成長，
你**先後**出席了學校四次家長工作坊，
你真是一個**很有決心的**媽媽，
我**覺得**你的孩子一定會感受到媽媽對他的愛！

Habit 習慣

- 設定每年系列式的家長教育系統，
令家長能不斷溫故知新

與家長溝通策略之探討

Rex Wu

