

恩典聖經神學院
心理輔導選修(歡迎其他同學修讀)
正面管教課程 (1.5 學分)
(合辦機構：恩典聖經神學院和美國正面管教協會)



簡介：正面管教 (Positive Discipline) 是由美國教育學家 Dr. Jane Nelson 及 Lynn Lott，根據奧地利個體心理學 (Individual Psychology) 創始人阿德勒 (Alfred Adler、1870-1937) 的學說創立，以不驕縱、不懲罰，和善而堅定的方法，有效地解決孩子日常生活的挑戰和問題，讓孩子得到真正的價值感和歸屬感，成為自信、自律、合作、尊重、自行解決問題和負責任的人。此科強調體驗式學習，以及學員的彼此互助。修讀此科者，更可學習在輔導家長和管教兒女的過程中，提供家長有效的教養工具和方方面面的體驗式學習，讓家長自行體驗、實踐、反思和更新成長。

日期：2023 年 2 月 3, 10, 17, 24 日和 3 月 3, 10 日 (逢星期五，共六次)

時間：晚上 7:30-9:30 (ZOOM 上課)

日期、主題大綱及活動：

日期	主題及活動	備註
3/2	<p>課程簡介</p> <p>1. 家長對孩子的期望，但現況又是怎樣？懲罰有何後果？</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 熱身：感恩文章；我是我的小孩 ● 管教工具：正面管教工具/五個標準；錯亂的舞步(文章) ● 體驗活動：分工；兩列清單；能力巨人；懲罰的後果 ● PHP 初步介紹(家長幫助家長的 14 步) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 預備 PHP(一)：提供一個與子女相處的真實問題 ● 掌中大腦演示 (2) ● 嬌縱讓孩子變得軟弱(文章) (1) ● 憤怒 (文章)
10/2	<p>2. 認識、承認和管理情緒的重要(包括家長和小孩)？</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 熱身：開始瞭解你 ● 管教工具：掌中大腦；憤怒選擇輪；正面管教情感臉譜；阿德勒的基本概念；嬌縱讓孩子變得軟弱(文章)；憤怒 (文章) ● 體驗活動：憤怒：照顧好自己；憤怒與 3A；積極的暫停 ● PHP(一)： ● 短片(一)：Children see children do 	<ul style="list-style-type: none"> ● 預備 PHP(二)：提供一個與子女相處的真實問題 ● 皮亞傑認知理論演示 (1)

17/2	<p>3. 瞭解孩童行為的成因，以及其背後信念的重要？</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 熱身：用提問熱身；塗塗畫畫 ● 管教工具：錯誤目的表 ● 體驗活動：叢林；冰山深處：錯誤目的行為的鼓勵方式 ● 短片(二)：不要做剪蛹的人 <p>4. 父母應對事情的模式對孩子性格或處事的影響？</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 管教工具：皮亞傑認知理論演示 ● 體驗活動：動物王國、人生格言 ● PHP(二)： ● 影片(三)：皮亞傑認知能力實驗 	<ul style="list-style-type: none"> ● 預備 PHP(三)：提供一個與子女相處的真實問題 ● 我需要一個擁抱(擁抱的故事)
24/2	<p>5. 什麼是正面管教？在管教上，和善而堅定有何重要？什麼是有有效的溝通？</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 熱身：要與不要 ● 管教工具：孩子的爭鬥與 3B 原則、替代嘮叨的方法 ● 體驗活動：和善和堅定並行；我愛你而答案是不；傾聽：有效與無效的；啟發式問題、鼓勵與表揚；我需要一個擁抱(擁抱的故事) ● PHP(三)： <p>短片(四)：鼓勵要具體</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 預備 PHP(四)：提供一個與子女相處的真實問題 ● 堅定的話語(講義) (1)
3/3	<p>6. 父母認識自己領導和養育風格有何重要？放手有何重要？</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 熱身：握拳；照我說的做 ● 管教工具：放手 ● 體驗活動：領導風格；三種養育風格；依賴關係 ● 影片(五)：The Human Spark-Kids are Naturally Altruistic <p>7. 什麼是關注解決方案？重要性何在？</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 管教工具：錯誤是學習的好機會；堅定的話語 ● 體驗活動：關注解決辦法、從錯誤中恢復的 4 個 R ● PHP(四)： ● 影片(六)：媽媽之歌 	<ul style="list-style-type: none"> ● 預備 PHP(五)：提供一個與子女相處的真實問題 ● 解決打孩子的問題(講義) (1) ● 在複雜的世界裡培養自立自強的孩子(講義) (1 位)
10/3	<p>8. 其他有效的正面管教工具？</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 熱身：對自己的積極想法 ● 管教工具：選擇輪；家務活；出生順序；21 個傳達愛的信息 ● 體驗活動：決定你怎麼做並跟進執行；有效家庭會議 9 個步驟；變化的連續性；鼓勵的花束 ● PHP(五)： ● 影片(七)：Boy seeking attention through tantrum ● 分享課程得著及具體計劃 	<ul style="list-style-type: none"> ● 出生順序(講義) (1) ● 每位學員輪流分享課程得著及具體計劃

(以上各次主題內容和活動，將因應學員程度和時間或有加減)

功課要求：

1. 出席課堂(最少5堂)，不遲到，不早退，積極並投入參與課堂活動和分享（由於是網課，上課時學員必須全程開著鏡頭）(20%)
2. 閱讀完**指定教科書**。(20%)
3. 撰寫2頁閱讀報告。(10%)
4. 完成課堂指定功課（其中一份功課是交一個3分鐘的個案，第三堂時交word電子版本）。(20%)
5. 課程得著及具體計劃（文憑至學士程度：約1500字；碩士程度：約3000字）：A. 整個課程，有什學新的知識、理論和技巧學習到？B. 整個課程，印象最深刻的內容和收獲是什麼？為什麼？C. 未來會有什麼具體行動和具體計劃？(30%)——第九堂前一晚交電子版功課（WORD本），第九課時輪流分享(每人3分鐘)。

指定教科書：

尼爾森(Jane Nelson)著，玉冰譯，《正面管教：如何不懲罰、不嬌縱地有效管教孩子》，修訂版，北京：北京聯合出版公司，2017。

同學可進一步深化本課程的書目：

尼爾森(Jane Nelson)著，玉冰譯，《正面管教：如何不懲罰、不嬌縱地有效管教孩子》，修訂版，北京：北京聯合出版公司，2017。

尼爾森等著，正面管教家長講師指南翻譯組譯，《正面管教家長講師指南》，第七版，北京：北京聯合出版公司，2020。

尼爾森等著，王霄譯，《正面管教：家長課程教材》，廈門：鷺江出版社，2015。

尼爾森等著，鄭淑麗譯，《正面管教：教師指南 A-Z》，北京：北京聯合出版公司，2017。

尼爾森等著，張宏武譯，《正面管教教師工具卡》，北京：北京聯合出版公司，2017。

尼爾森等著，林展等譯，《正面管教養育工具》，北京：北京聯合出版公司，2017。

尼爾森等著，花莹莹譯，《0-3 歲孩子的正面管教》，北京：北京聯合出版公司，2015。

尼爾森等著，娟子譯，《3-6 歲孩子的正面管教》，北京：北京聯合出版公司，2015。

尼爾森等著，尹莉莉譯，《十幾歲孩子的正面管教》，北京：北京聯合出版公司，2014。

尼爾森等著，甄穎譯，《特殊需求孩子的正面管教》，北京：北京聯合出版公司，2016。

尼爾森等著，楊淼等譯，《單親家庭的正面管教》，北京：北京聯合出版公司，2017。

尼爾森等著，陳玫奴譯，《跟阿德勒學正向教養：解決日常教養問題 1001 種方法》，台北：大好書屋，2020。

尼爾森等著，比爾修爾繪，姚以婷譯，《傑瑞的冷靜太空》，台北：遠流出版社，2021。

尼爾森等著，葉霖譯，《溫和且堅定的正向教養》，台北：遠流出版社，2018。

廖金輝，《孩童美德培育手冊》(博士論文、未出版)，香港：建道神學院，2020。

交功課電郵：

stephenmingyan@gmail.com (手電：98701992)

講師：廖金輝博士牧師（教牧學博士（輔導）、文學碩士（專業輔導學）、道學碩士、基督教研究碩士、社會科學碩士、理學士、社會科學學士、社會學文憑、教育證書；美國正面管教認證家長講師及導師候選人、美國正面管教認證學校講師、美國正面管教認證早期兒童(0-6 歲)講師、Prepare/Enrich 婚前/婚後成長認證輔導員、FOCCUS 婚前/婚後認證輔導員、T-JTA 性格分析工具授權訓練師及認證輔導員、專業輔導員、國家二級心理諮詢師、國家三級婚姻家庭諮詢師、國家中級兒童遊戲治療師、認證戒癮治療師、認證認知障礙症照顧策劃師）