



PO LEUNG KUK  
ACADEMY  
OF PROFESSIONAL EDUCATION  
保良局專業教育書院

協康會康苗幼兒園

日期9/12/23 (六)

早上10:00-11:30



協康會康苗幼兒園

管教模式  
如何幫助孩子建立安全感

日期: 9/12/23 (六)

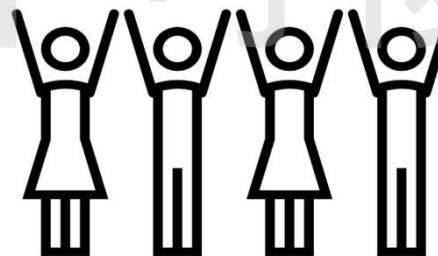
時間: 早上10:00- 11:30

地點: 九龍旺角海富苑海欣閣地下部分及1樓

講員: 柯雁鳳

## 內容：

- ▶➤ 家長認識四種管教孩子的模式
- ▶➤ 家長認識不同管教模式  
    對孩子成長的影響
- ▶➤ 如何透過管教模式建立  
    孩子安全依附的關係



## 是日流程

- ▶ 1 介紹與破冰
- ▶ 2 聽聽說說
- ▶ 3 片段與解難
- ▶ 4 智慧錦囊
- ▶ 5 總結與提問



PO LEUNG KUK  
ACADEMY  
OF PROFESSIONAL EDUCATION  
保良局專業教育書院

你我做得到-



PO LEUNG KUK  
ACADEMY  
OF PROFESSIONAL EDUCATION  
保良局專業教育書院

▶勿擅自錄音錄影

版權所有 不可複製

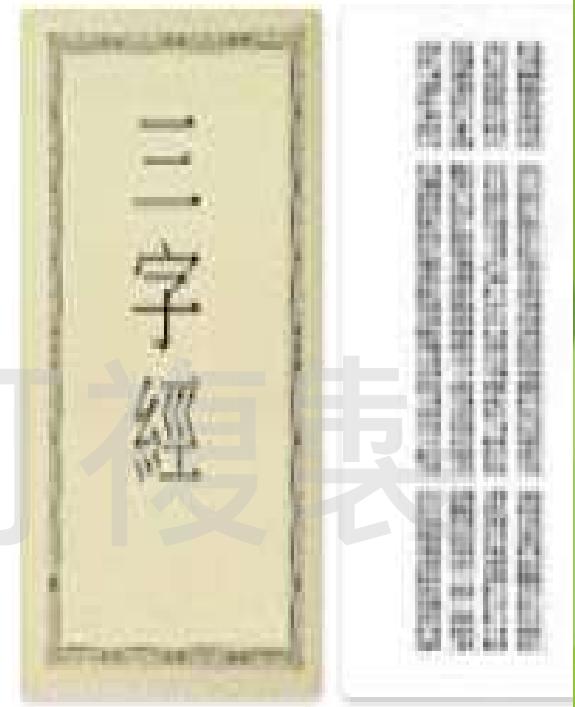
▶有問有答有回應



## 古語有云

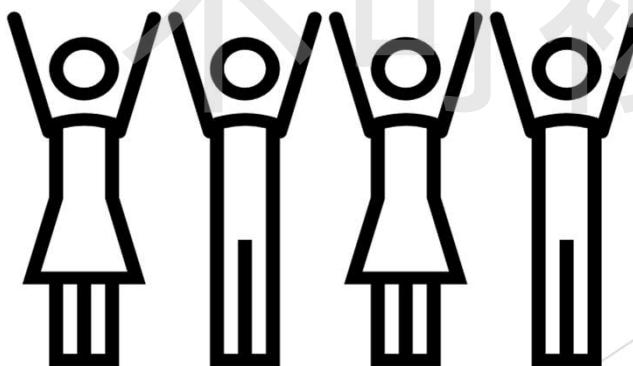
►三字經說：“養不教，父之過”

►孩子沒教好，都是爸媽的錯？



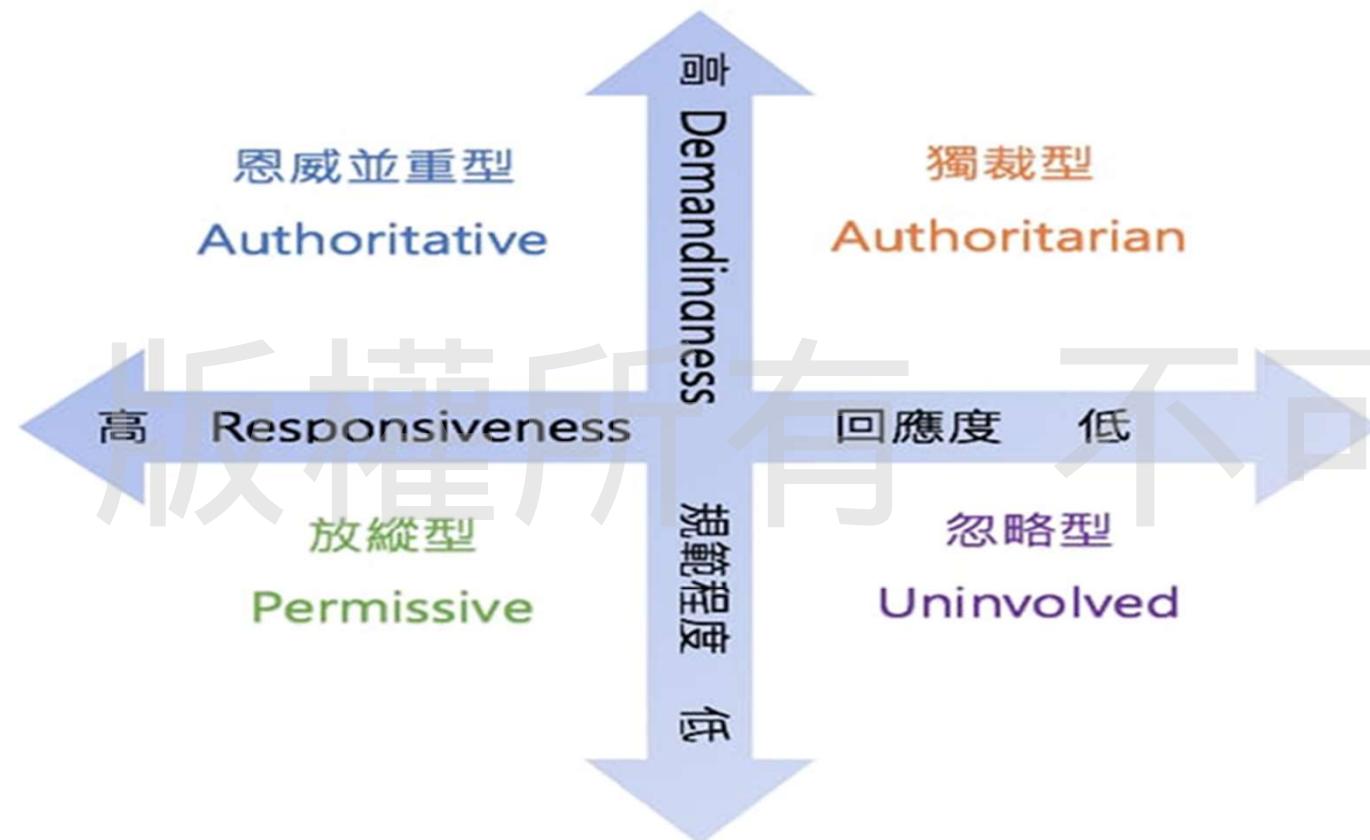
# 你是何類模式的家長

- ▶ 嚴父慈母型
- ▶ 慈父嚴母型
- ▶ 直升機家長
- ▶ 自由開心大細路型
- ▶ 其他



# 管教模式 - 規範和回應程度

星昇教育 gem Education 網上資料 2018



類型	權威	關愛
1專制型	高	低
2放任型	低	高
3冷漠型	低	低
4恩威並施型	高	高

# 各種教育模式

表 2 4 種教養模式，你是哪一種？



## 四類型管教模式

心理學理論家戴安娜·鮑姆林德 (Diana Baumrind) 1960

類型	權威	關愛
1專制型	高	低
2放任型	低	高
3冷漠型	低	低
4固威並施型	高	高

# 齊齊講 - 你是用那種教育模式

忽視型	放任型
版權所有	
專制型	恩威並重型

不可複製



# 教養子女模式

	低度責任感	高度責任感
要求嚴厲	<b>獨裁型</b>	專制型
要求寬鬆	<b>忽視型</b>	<b>放任型</b>

# 分辨出四種不同的教養模式

## 想去夜街

- ▶ 父母A會說：「隨便你，你想點就點。」
- ▶ 父母B會說：「好啊，玩得開心些。」
- ▶ 父母C會說：「你得在晚上九時前回來，否則你會被禁去街一個星期，零用錢也會被沒收。」
- ▶ 父母D會說：「我希望你在九點之前回來，因為我覺得九點之後還待在街上並不安全，如果你真的有困難，請在九點之前打電話給我。」



<https://youtu.be/vsiVJClhdAM>

兩個因素，決定你是哪種父母！



# 四種管教模式，你會選擇哪種？

Janis Tsoi 2019年6月13日

黛安娜·鮑姆林德 ( Diana Baumrind, 1927 - 2018)

紐約發展心理學家，

她於1960年代提出了四種管教模式

( Parenting Styles ) 以及對子女的影響

四種管教模式  
你會選擇哪種？



參考資料：Ormrod, J. E. (2011). 教育心理學——學習者的發展與成長(白惠芳、林梅琴、陳慧娟、張文哲，譯)。台北市：洪葉文化(原著第六版出版於2008年)。

## 民主型(authoritative)

家庭氣氛：充滿關愛與支持的家庭  
對子女的期望：高

行為準則：解釋是非及原因，會讓孩子參與作決定的過程，  
給予孩子學習獨立的機會。

- ▶ 子女特徵：通常是快樂的、有活力的、有信心的及自立的，具有良好社交能力，並且尊重他人，因此容易交到朋友，同時對於校內事務充滿動力，因此經常有優異的表現。



忽視型	放任型
專制型	恩威並重型

## 權威型(authoritarian)

### 家庭氣氛：欠缺情感表達



對子女的期望：高要求

行為準則：子女的想法及需求並不在建立家規的考慮因素，要求孩子無異議地遵守規範。

子女特徵：經常不快樂、焦慮、自信心低落、不主動、依賴他人、缺乏社交技巧與利社會行為，且在與人打交道時，容易使用脅迫的方式，或者對外界產生反抗。

忽視型	放任型
恩威 專制型	並重型

## 放任型(permisive)

家庭氣氛：有著愛與支持

- ▶ 對子女的期望：沒有特定的期望與標準
- ▶ 行為準則：不會處罰孩子的不當行為，任由孩子決定許多事情。
- ▶ 子女特徵：經常表現自私、不積極、倚賴他人、不守規矩、衝動，並且會希望獲得他人的注意。



忽視型	放任型
專制型	恩威並重型

## 疏離型(uninvolved)

家庭氣氛：少有情緒上的支持，不關心孩子的生活，總是只關注自己的問題。

對子女的期望：沒有特定的期待與標準

- **子女特徵**：經常表現出不守規矩、要求多、難以伺候、自制力薄弱、不會應付挫折、沒有長期目標等行為。



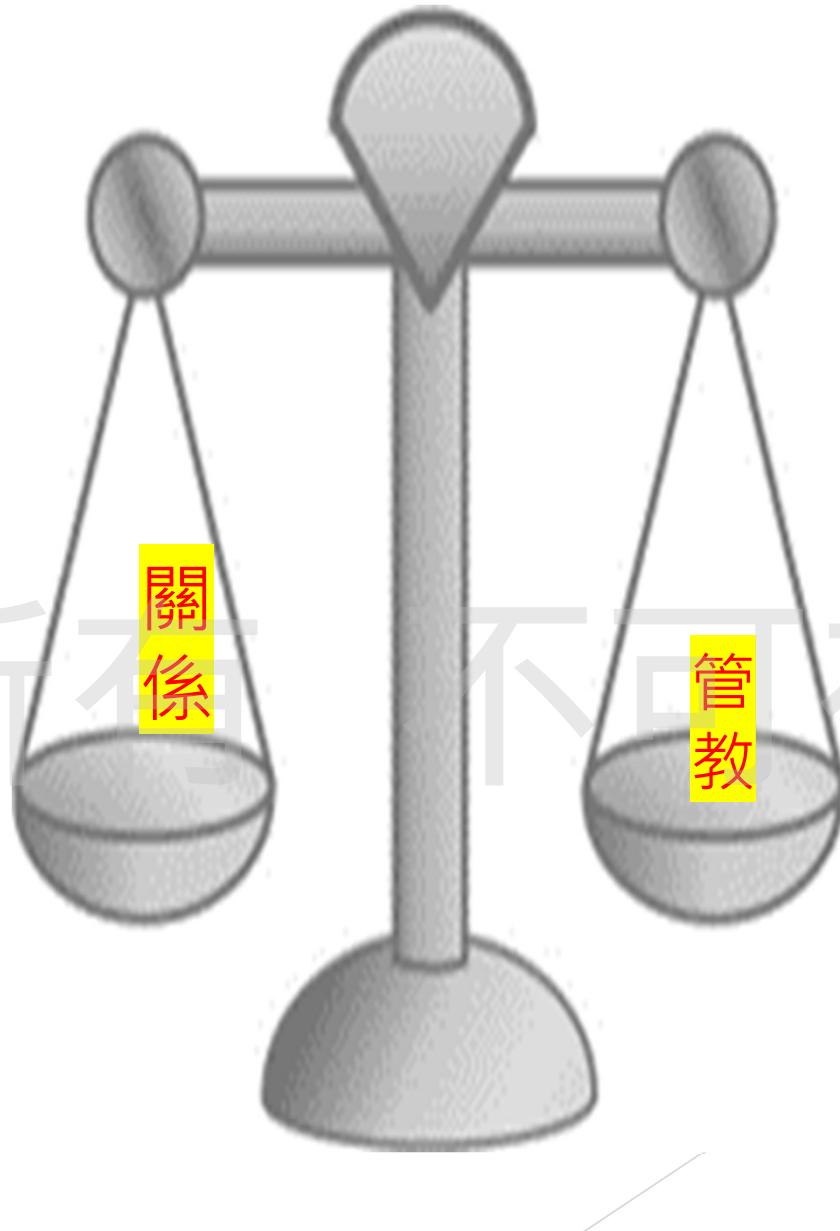
忽視型	放任型
專制型	恩威並重型

<https://youtu.be/WRndi3WmV7I?si=COOCCwW3xEI-CVCJ>

3種影響子女身心成長的管教模式 (由社會福利署中西南及離島區辦事處贊助)



# 恩威並施好比 關係與管教的平衡



## 冷模型管教

- 對孩子彷如陌路人，任何事都漠不關心
- 即使子女提出一些合理的要求，父母也會拒絕或不理會
- 父母對孩子缺乏情感上的交流及管教
- 孩子未能學會分辨是非對錯，決策能力較弱，缺乏自信
- 孩子心理上較缺乏安全感，不懂得甚麼是愛及如何表達愛

賽馬會你我家長培力計劃  
Jockey Club Project IDEAL



## 威權型 - 欠安全感。

- ▶ 父母為主導，地位高，主權大。父母控制強。
- ▶ 幼兒地位低，權力少，服從大。信心小，怕做錯，被父母責備，欠安全感。

## 四類型管教模式 恩威並施型(權威高、關愛高)。

- ▶ 父母在有限度新周內又給予孩子自由選擇的權利。
- ▶ 對孩子有合理期望、賞罰分明，不斷給予愛和支持  
孩子既有自信，又能自我約束，敢於冒險探索當  
面對逆境時，他們更懂得調節自己的負面情緒，
- ▶ 抱著樂觀的態度面對不同挑戰，積極正面地擁抱人生。



## 百度百科資料

▶ 安全感是一种从恐惧和焦虑中脱离出来的信心、安全和自由的感觉，是满足一个人现在和将来各种需要的感觉，安全感是心理需要中的第一要素（饮食、睡眠、性需要等都属于生理需要），是人格中最基础、最重要的成分。安全感的建立是在幼年，特别是一岁之内的时候，这时安全感的建立是从父母特别是母亲那里获得的。



## 安全感 - 保護 秩序 穩定

- ▶ 保護- 有屋遮頂 有人照顧
- ▶ 常規 秩序
- ▶ 穩定 不常改變

我在這裡，  
我保護你！



讓孩子感受到安全感  
與舒緩緊張，特別是  
在他們情緒失控，處  
於高度緊張害怕時！

要讓嬰兒得到安全感，必須要在嬰兒面臨危機時，滿足下列三個條件：

- ▶ 適時出現  
敏感覺察  
給予支持



- ▶ 圖 / 作者製作，icon來源flaticon

## 依附關係類型介紹與意涵

### 安全型依附

心態積極正向，情感成熟  
願意與人社交建立聯繫

### 逃避型依附

不輕易分享自己的感受  
也比較不容易相信他人

### 焦慮型依附

希望與人交流，但又怕受到  
傷害或傷害他人，容易妒忌

### 混亂型依附

受到刺激時情緒起伏較大  
無法輕易相信他人

( 圖 / MindDuo親子共讀提供 )

## 小錦囊

### 善用良好關係 - 受授理論

- ▶ -喜愛老師時，會喜歡教科目
- ▶ -喜歡老師時，會特別留心/記憶老師的話
- ▶ -喜愛家長時，會尊敬及服從指示
- ▶ -喜歡家長時，會特別留心/記憶家長的話





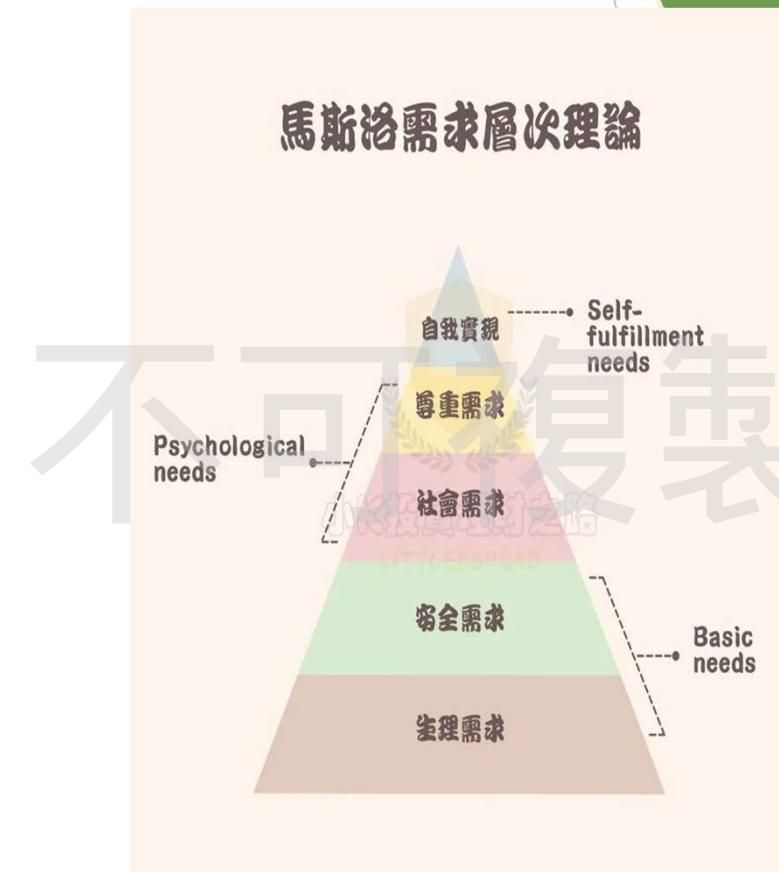
PO LEUNG KUK  
ACADEMY  
OF PROFESSIONAL EDUCATION  
保良局專業教育書院

## 失去安全感

- ▶ 家中 父母 / 親人死亡，照顧者離開 / 更換
- ▶ 學校 更換老師 / 轉校 /
- ▶ 搬屋 / 噪音 / 換擺設

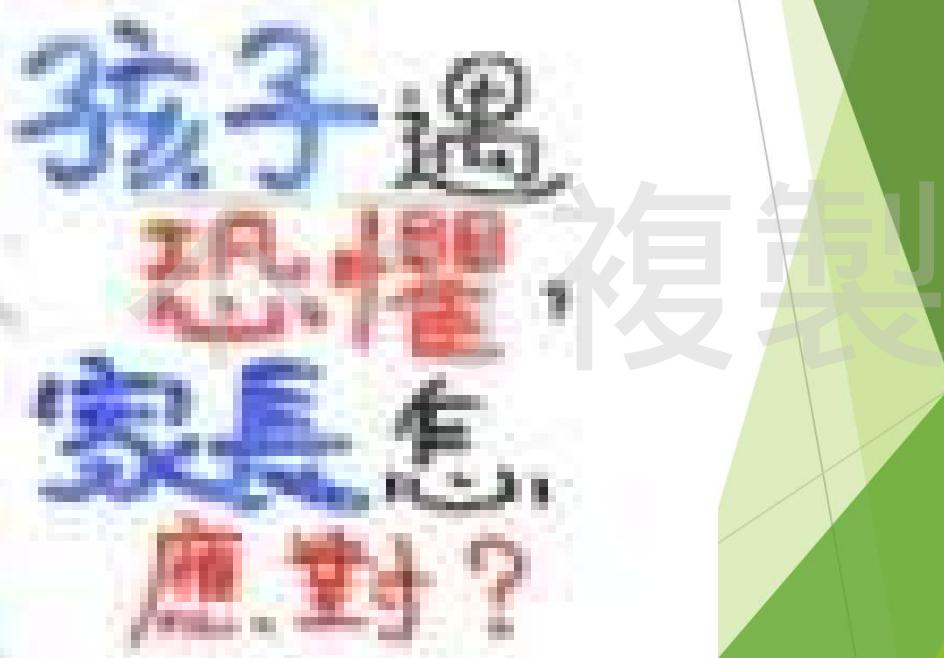
例子：孤兒院嬰兒-習得無助感

目前多因父母離婚，影響較大



## 孩子遇恐懼，家長怎應對？

POPA <https://youtu.be/uySKg1QXtwk?si=gD7vohCmDrPxkwcO>



## 親子依附關係

- ▶ 當孩子哭鬧時，若父母表現出忽視、責罵，或是以錯誤的方式回應他的需求，孩子就會感受到被拒絕，並根據這樣的情緒發展出他與父母之間的依附關係。
- ▶ 透過適當的互動培養孩子正確的情緒認知，可以從共讀繪本開始做起，有趣又富有教育意義。



# 如何透過管教模式建立 孩子安全依附的關係

## 親子依附關係是什麼？

- ▶ 「親子依附關係」的定義為：孩子在幼兒階段，會對照顧者(一般為父母)產生依賴、眷戀的情緒，更準確地來說，也就是發展出所謂的「依附關係」。
- ▶ 依附關係由依附理論發展而成，最早由英國心理學家約翰·鮑比(John Bowlby)提出：當每一次孩子以哭、行為或是片段語句表達自己的需求時，照顧者的回應和照顧，會影響孩子感受到自己是被接納或是被拒絕，經驗累積下便會發展出他對於自己、他人以及環境的想法，轉換為他思考和行動的模式，並持續影響孩子未來人格發展以及適應社會的能力。



## 1. 安全型依附(Secure Attachment)

- ▶ 安全型依附的嬰兒，約有50%到60%的孩子是屬於這個類型，當媽媽離開時，嬰兒會表現出適當的哭泣，但當媽媽回來後，嬰兒受到**媽媽安撫**後能快速平復情緒並且繼續探索環境。
- ▶ 安全型依附的嬰兒即使是遇到陌生人，**只要媽媽在身旁**，都**不容易對外來者感到緊張害怕**。
- ▶ 安全型依附型嬰兒的父母通常**會積極與孩子互動**，**理解孩子想傳達的訊息**、回應孩子並適當鼓勵他們。帶孩子認識不同的情緒，其實有許多繪本都有介紹不同的情緒，傷心、生氣、感謝、緊張等，都可以在情緒繪本書單裡面找到。



## 2. 非安全型依附-焦慮型依附(Resistant Attachment)

- ▶ 焦慮型依附的嬰兒則是當媽媽離開後，會表現出強烈的負面情緒，並且十分焦慮。
- ▶ 這類型的孩子又稱抗拒型或矛盾型依附，大概佔了整體的10%。
- ▶ 焦慮型依附的嬰兒就算在媽媽回來後，仍無法停止負面情緒，甚至會對媽媽表現出攻擊性的行為。
- ▶ 焦慮型依附型嬰兒的父母雖然也願意積極與孩子互動，但容易誤解孩子想表達的情緒或是訊息，無法與孩子產生共鳴，比較是依照家長的情緒來回應孩子，讓孩子會有不知所措的反應。





PO LEUNG KUK  
ACADEMY  
OF PROFESSIONAL EDUCATION  
保良局專業教育書院

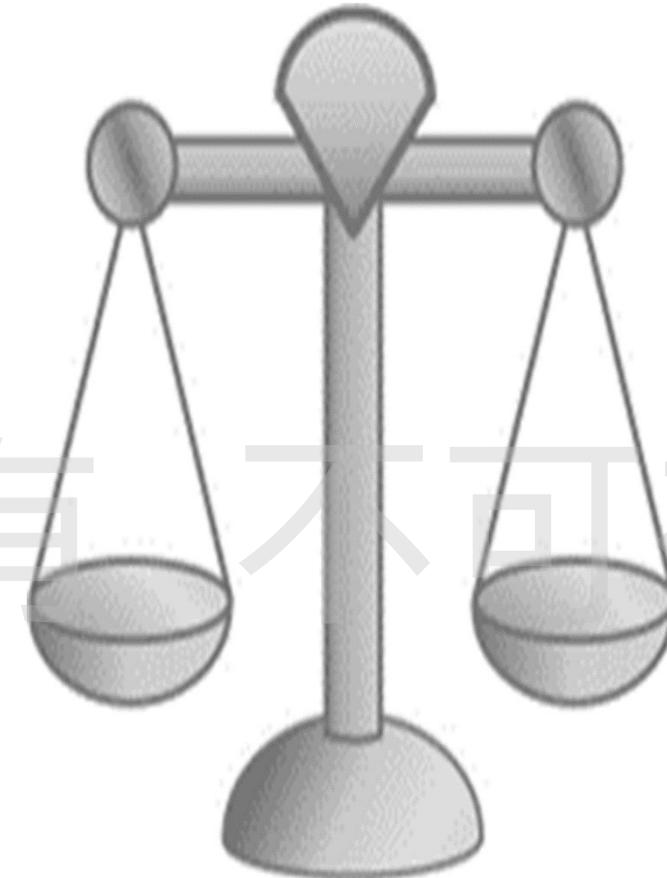
## 馬斯洛需求層次理論

- ▶ **安全需求 (Safety needs)**，同樣屬於低級別的需求，其中包括對人身安全、生活穩定以及免遭痛苦、威脅或疾病等、錢。
  
- ▶ **缺乏安全感的特徵**：感到自己對身邊的事物受到威脅，覺得這世界是不公平或是危險的。認為一切事物都是危險的、而變的緊張、徬徨不安、認為一切事物都是「惡」的。



## 如何實踐「恩威並施」

- ▶ 先情後理
- ▶ 對人軟，對事硬



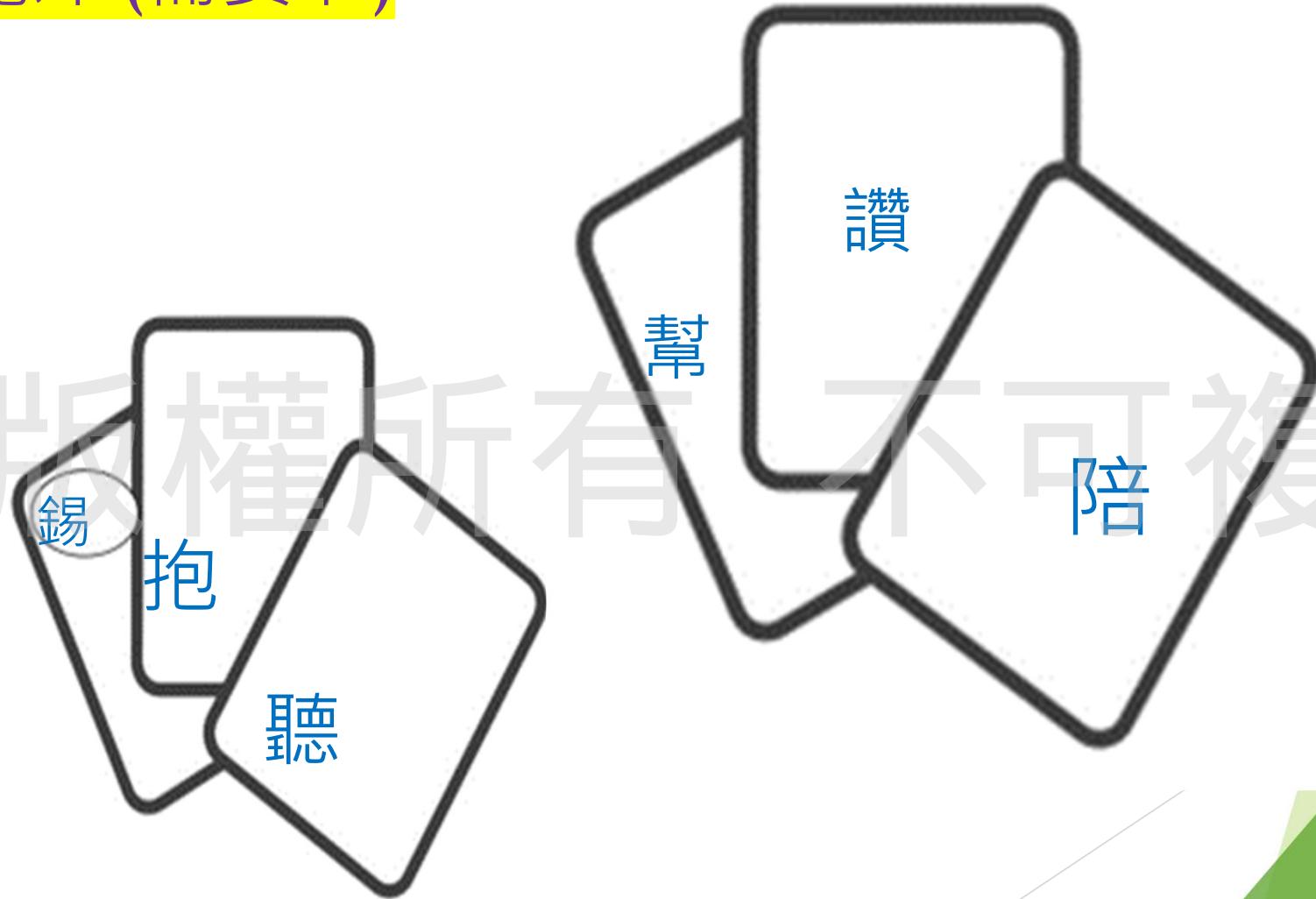
# 與孩子建立親密關係的要訣

- ▶ 五種愛的語言
- ▶ 接受禮物 - 接納
- ▶ 服務行動 - 特別地位
- ▶ 精心的時刻 - 特別慶祝
- ▶ 肯定的言詞 - 你比我預期進步
- ▶ 身體接觸 - 擁抱



賽馬會 開創家長計劃  
Jockey Club Project IDEAL  
**IDEAL**

## 心意卡(需要卡)



## 小錦囊 建立安全感

重承諾

- ▶ 應承孩子的事要完成而不是推搪

建規律

- ▶ 建立規律而不是隨意安排

樂於聽

- ▶ 富同理心的聆聽而不是管教任務至上

勇於認

- ▶ 謙卑承認自己的不足而不是死撐

對人寬

- ▶ 疑中留情而不是嚴厲執行管控

善溝通

- ▶ 溝通不是對罵或發洩

# 安全感 - 孩子沒有安全感怎麼辦？

## 四關鍵打造孩子安全感

2022年3月10日 / 分類：家庭與親子, 最新文章 /  
作者：天才領袖團隊

### 孩子缺乏安全感行為表現

沒安全感行為	外在因素	內在心理
① 過度黏人討抱	環境改變 不舒服感覺	需要安撫 趨避觀察
② 容易緊張哭鬧	不如預期 表達不成熟	擔心結果 求救訊號
③ 不聽話不配合	無法溝通 自我中心	尋求成就感 沒有滿足
④ 故意破壞行為	情緒宣洩 規範變多	吸引注意 怕被忽略

# 透過管教模式建立 孩子安全依附的關係 -愛與關懷

## ► 有利幼童的成長條件

- • 外出活動 - 鍛鍊身心 (如: 去公園、戶外活動)
- • 較穩定的日常生活安排 - 刺激腦袋不同部分  
(如: 遊戲、塗鴉繪畫、踢球、拍球、踏單車等)
- • 讓子女執行自理活動 - 不依賴，增自信  
(如: 自己用餐具吃東西、拿杯喝水、穿衣服、執拾玩具、學校已學習的活動等)
- • 在家幫忙執行小任務 (如: 拿取、擺放東西、把書包收拾、掛外衣等)
- • 小心使用智能產品 - 合理規範，有規有矩(如: 規限使用時間、小心使用內容等)



# 透過管教模式建立 孩子安全依附的關係

## -了解能力協助發展

- ▶ 家長對幼兒在各個成長階段  
身體及心理發展的認知

李安妮姑娘 教育心理學22.1.2022

3-6歲精細動作技巧				
	3歲	4歲	5歲	6歲
剪紙	剪斷紙條	剪直線、圓形	剪方形、三角形	剪各種圖形
運筆	仿畫直線 橫線、圓形 1-○	仿畫正方形 +字 口+	仿畫三角形 長方形、叉叉 □ X	仿畫重疊的 兩個形狀 ☆
寫字	尚未發展	畫數字 嘗試仿畫名字	寫自己名字	仿寫國字
畫畫	塗鴉結合線條 、圈圈 ○×	畫出臉、眼睛 鼻子、嘴巴 □	畫人至少包括 6個部位 ○ 手	畫出不同年紀 與性別的人 ○ ○
餐具	前三指拿湯匙 叉子 ○	用湯匙吃 大而硬的食物 ○	會抹果醬 會端碗吃飯 ○	用筷子吃飯 用刀子切斷食物 ○

- **動作協調** - 動作靈活性 及 準確度
- **發展興趣** - 美勞、情緒表達
- **運用工具** - 處事
- **自我管理** - 能力、責任
- **學習概念** - 形狀、寫字等

## 小錦囊

### 身體肌能發展及其他好處

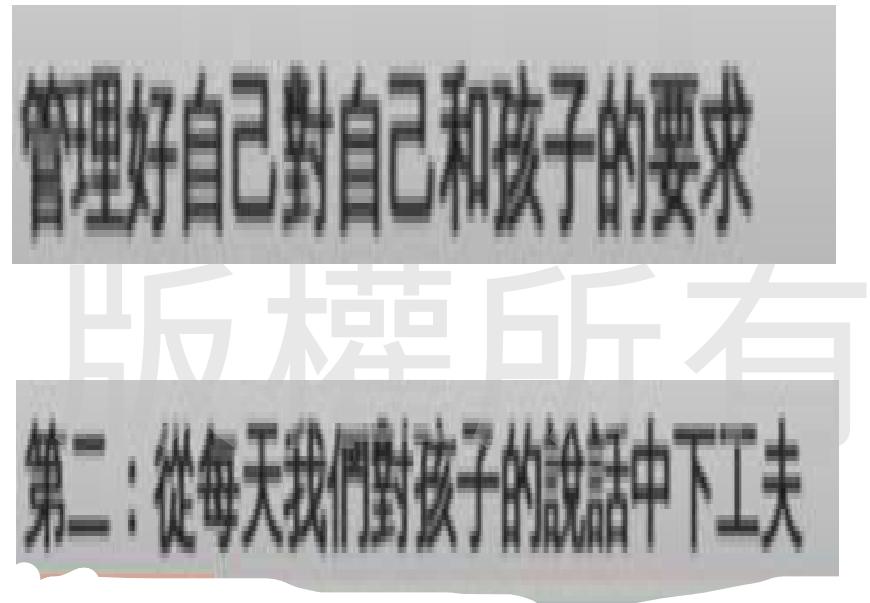
李安妮姑娘 教育心理學22.1.2022

- ▶ 1. 強健體能、心肺功能發展
- ▶ 2. 穩定肢體增加精細動作能力
- ▶ 3. 興趣及發展強項
- ▶ 4. 消耗多餘精力
- ▶ 5. 減緩挫折與緩解壓力
- ▶ 6. 建立學習基礎
- ▶ 7. 促進大腦發展
- ▶ 8. 自尊與自信的建立
  
- ▶ 兒童的健康、學習及日後發展建基於肌能發展：活動及遊戲



<https://www.youtube.com/live/WDI7GaKd0AU?si=JLrEsCAzDnk6juEl>

## 如何在牛年教出有安全感的孩子



很多父母都知道從小培養孩子安全感的重要性 。但對於具體如何培養，不少父母又感到很迷茫。

缺乏安全感的孩子，常常會有以下問題：

要麼非常黏人，要麼太過獨立 ；

過度追求完美，不能接受失敗 ；

小錦囊 多溝通

學自理

共同遊戲



## 小錦囊 提提點點

父母雙方的良好意願是共同妥善地教養孩子，大家能用相同的目標，以正面的態度和方法來表達討論，即使意見南轅北轍，也不至於含怒告終。意見不同，不等同對方錯，家長可用另一個角度，讓你看到從不為意的地方。彼此要合拍教養好孩子！

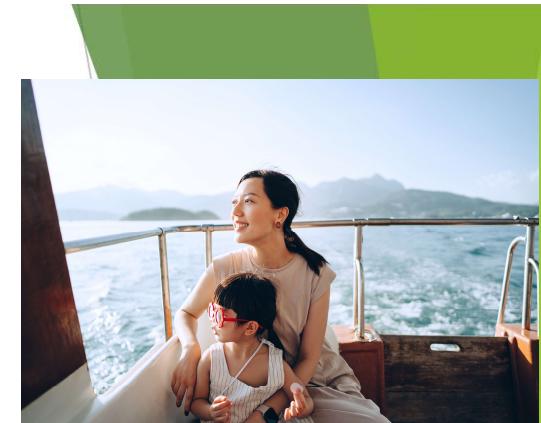


以上資料由慈慧幼苗親子學堂 資深註冊社工Jody



## 增安全感做法

- ▶ 沒有安全感的孩子容易哭鬧，  
安撫：適時給予擁抱，並以回應「怎麼了？」  
取代「不要哭！」讓孩子感到安心，並詢問是  
什麼讓他感到不安。
- 正向思考：確認孩子不安的原因後，引導他改  
變認知，例如「雖然媽媽不能陪你一起上學，  
但在學校可以交到好朋友」。



## 小錦囊 促進幼兒發展方法

►以遊戲為本，兒童為本

多抽時間陪伴(重質不重量)

親子多元活動(不是參加課餘活動)

郊遊、公園、主題公園、桌玩、  
單車、球類、電影等。



是日講內容印象最深刻的地方是：

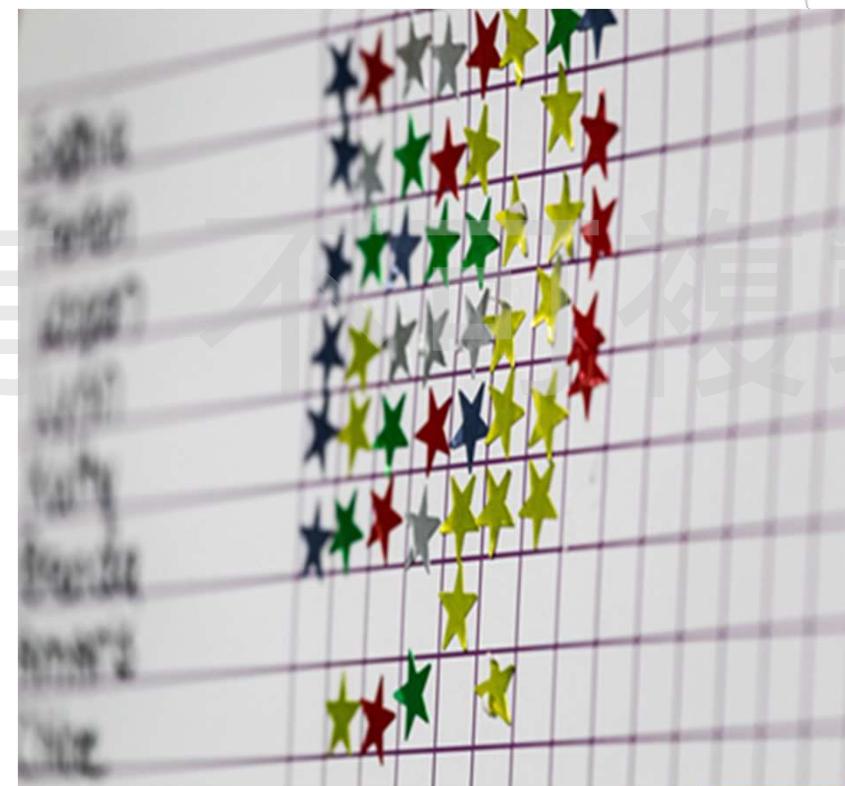


# 參考資料

- ▶ 參考資料：Ormrod, J. E. (2011). 教育心理學——學習者的發展與成長(白惠芳、林梅琴、陳慧娟、張文哲，譯)。台北市：洪葉文化(原著第六版出版於2008年)。
- ▶ 圖 / 作者製作，icon來源flaticon
- ▶ 賽馬會你想家長培力計劃-黃詩懿姑娘 余國健「咁教好唔好？」管教模式如何幫助孩子建立安全感
- ▶ 家長對幼兒在各個成長階段身體及心理發展的認知 李安妮姑娘 教育心理學22.1.2022
- ▶ 慈慧幼苗親子學堂 資深註冊社工Jody
- ▶ <https://youtu.be/WRndi3WmV7I?si=COOCCwW3xEl-CVCJ>  
3種影響子女身心成長的管教模式 (由社會福利署中西南及離島區辦事處贊助)
- ▶ 安全感 - 孩子沒有安全感怎麼辦？四關鍵打造孩子安全感
- ▶ 郭博士 <https://www.youtube.com/live/WDI7GaKd0AU?si=JLrEsCAzDnk6juEl>  
如何在牛年教出有安全感的孩子
- ▶ 管教定義 資料來源：教育統籌局家長教育推行小組 原文出版日期：2006年4月12日  
依附關係類型介紹與意涵 (圖 / MindDuo親子共讀提供)

\*[https://www.startsmart.gov.hk/files/pdf/physical\\_guide\\_tc.pdf](https://www.startsmart.gov.hk/files/pdf/physical_guide_tc.pdf) (reference)

# 總結及讚賞



## ► 提問與回應



協康會康苗幼兒園  
管教模式  
如何幫助孩子建立安全感

日期: 9-12-23  
時間: 10:00-11:30  
講者: 柯雁鳳女士



PO LEUNG KUK  
ACADEMY  
OF PROFESSIONAL EDUCATION  
保良局專業教育書院



家長問卷調查