

Back to  
SCHOOL

講師資歷：

莊明勳老師

1. 台北教育大學 教育學系
2. 特殊兒童輔導策略師
3. 兒童專注力養成訓練師
4. 潛意識療癒專業講師
5. 國際神經語言學(NLP)美國學會專業認證講師
6. 企業專業心理顧問 《心理諮詢、企業訓練》



# 引導好的情緒管理，由父母開始引導 (父母改變1%，孩子進步10%)

- 01 如何透過溝通，讓小孩改善情緒問題？
- 02 如何透過引導，讓小孩不再一錯再錯？
- 03 如何透過陪伴，建立與小孩無話不談的親子關係？

# 權威式溝通已經不適合現在的孩子

## 《溝通三守則》

### 給孩子最重要的情緒管理控制力

**低聲教育**: 教訓≠教育，父母用輕聲、堅定和嚴肅的語氣，  
潛移默化的改變孩子的行為。

絕對比瞬間怒吼的威脅，更有效的幫助孩子成長和蛻變。

**((先處理情緒，再處理問題))**

Back to  
SCHOOL

# 低聲教育- 停、看、聽

## 1 停



情緒又來了該怎麼辦？ (5秒鐘的情緒停頓期)

情緒是最快被小孩模仿的錯誤反應 (冷靜區建立)

# 低聲教育- 停、看、聽

## 2 看



### 事實溝通法 / 情緒溝通法

希望溝通的目的 與 不希望溝通的結果

例如：今天我們來溝通如何讓你成績進步 **(脾氣變好)**

但不是說你功課很差或不認真學習 **(你會亂生氣)**

Back to  
SCHOOL

# 低聲教育- 停、看、聽

## 3 聽



透過傾聽和聊天，讓小孩自己發現問題更重要。  
讓孩子自己說，更能促使孩子自己作出改變。  
父母先別急著說道理和指責其不對的行為

# 三大禁止使用3C娛樂的關鍵時間

## 1.學習前

容易讓孩子無法收心

## 2.學習間的休息

休息過程使用，一樣難以收心

## 3.睡覺前

睡眠品質大大下降，耽誤睡覺時間



有能力管的父母，就能給孩子適度使用

Back to  
SCHOOL

# 正確讚美孩子 -- 二級反饋

每個人某種行為發生之後

皆會接受到別人的三種反饋

零級：認為一切都是應該的

一級：大而化之的隨意稱讚

二級：明確表揚正確的行為  
並告知其代表涵意



# 皮紋分析認識孩子

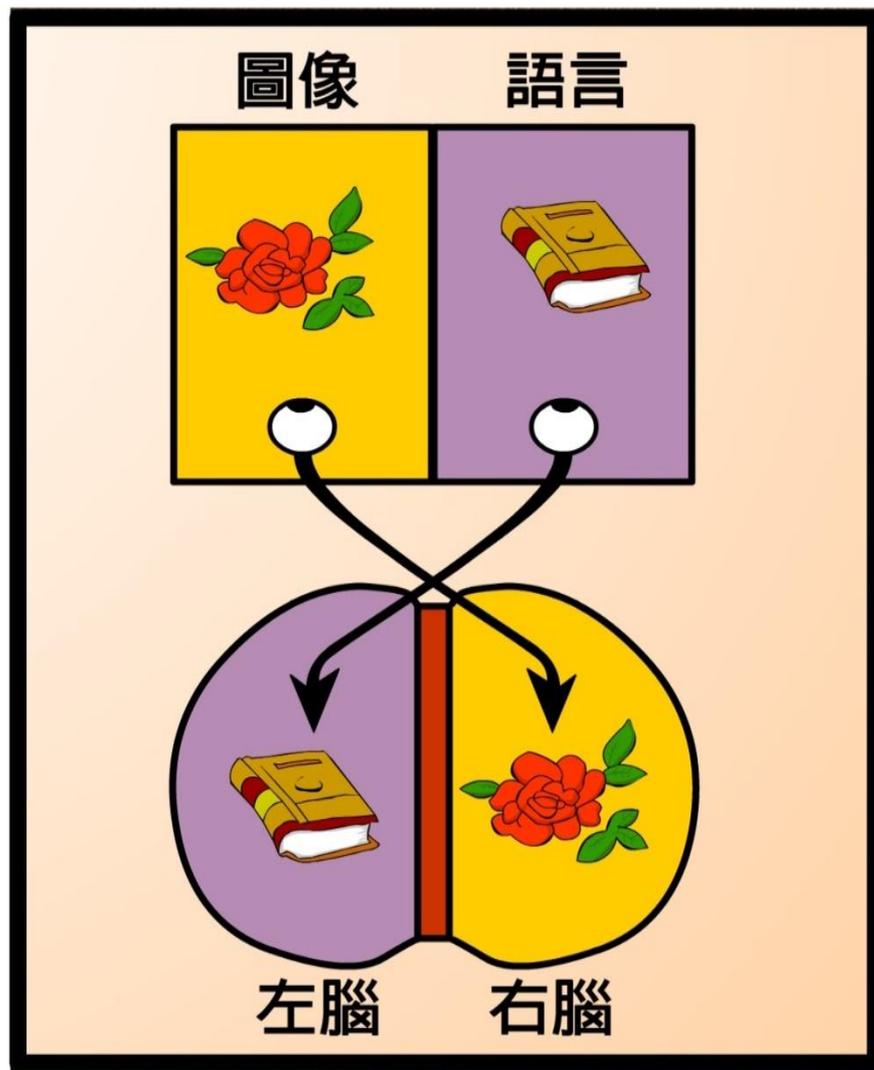
主要：**模仿型**-以身作則

**認知型**-說到做到

Back to  
SCHOOL

# 左右腦的特質 (感覺統合重要性)

邏輯  
文字  
數字  
判斷  
分析  
直線



顏色  
圖案  
想像  
立體  
空間  
大小

Back to  
SCHOOL

VAK 訓練遊戲 (視、聽、動)  
說出字的顏色而不是字的本義

黃 綠 紅

藍 黑 橘

綠 橘 紅 藍 黑 紅 紅

綠 藍 黑 橘

# VAK訓練遊--(視、聽、動)

1.扇風電

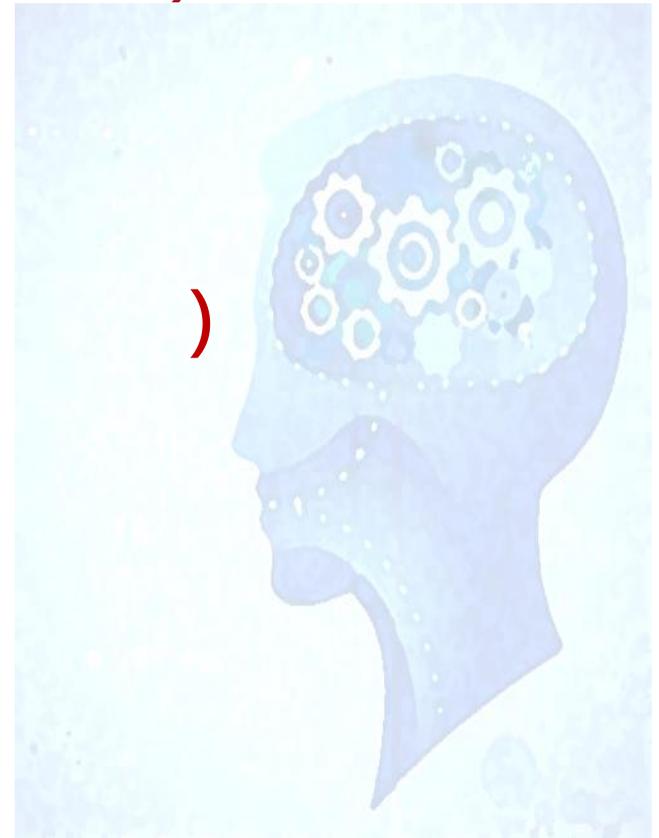
3.( )

答 3 2 1

2.泉水礦

4.( )

答 ( )



Back to  
SCHOOL



**SUNMOON**

小太陽教育團隊

太陽般的熱情活力  
月亮般的沉著冷靜



**Line : (記事本)提供教養影片內容**

**主要讓家長可以透過內容的分享，做到自我覺察**

**讓親子關係可以變得更融洽**

**密碼: (需要再加即可)**

**加入群組後，不留言、不發貼圖**

# 注意力不足過動 (ADHD) 症狀評估表

注意力不足症狀	經常出現而且持續超過6個月	偶而或很少出現
1. 在各方面都常因粗心大意而不停地犯錯，包括：學校功課、生活規範、日常生活等。		
2. 在問題還沒問完就急著講出答案。		
3. 和他/她交談時，顯得心不在焉，好像根本沒在聽一樣。		
4. 老師或父母交待的事情，經常忘記或想不起來。		
5. 常常遺失文具、書本、玩具等。		
6. 寫作業常常拖拉分心，但有興趣的事物又能無比專注		
7. 組織或規畫能力很差，做事沒有章法，想到什麼做什麼。		
8. 很容易因旁邊的聲音、刺激而分心。		
9. 不停地說話、擺動身體、坐沒坐相，衝動情緒等問題頻繁出現。		

Back to  
SCHOOL



**SUNMOON**

小太陽教育團隊

太陽般的熱情活力  
月亮般的沉著冷靜

Line(ID) : scorpio0559

YouTube : 小太陽青馬基金會 (莊明勳)

粉絲團 : 小太陽教育團隊-五感啟發

分享教養心得和文章

以按讚代替看過記錄