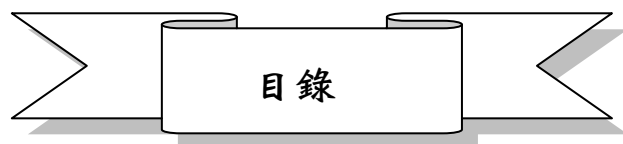


106學年度資源班 新生安置暨身障生家庭支援服務家長說明會



指導單位	教 育 部
主辦單位	台 南 市 政 府 教 育 局
承辦單位	台 南 市 和 順 國 中
會議時間	1 0 6 年 9 月 9 / 1 1 日
會議地點	輔 導 室 / 悠 閱 館



一、	台南市和順國中資源班簡介	1
二、	台南市身心障礙學生可以享受到的福利	2
三、	身心障礙學生之升學管道	4
四、	融合教育從接納開始	5
五、	教師如何幫助學習障礙學生	7
六、	【家有學障兒】多說「我覺得」 少說「你總是」	8
七、	家有情緒障礙兒童—親職教育	9
八、	願你也來當個效能父母	11

台南市和順國中學習中心（資源班）簡介

106.09.01

一、設班目標

為使身心障礙學生能夠接受適性之個別化教學與相關服務，以發展良好社會適應能力並充分發揮潛能。

二、招收對象

通過本市鑑輔會鑑定並安置之學生。

三、上課模式

資源班課程採分組教學，並輔以個別指導。

（一）依上課方式可分為：

小組教學：分成二至八人為一小組，採同年級、學習型態同質性或程度相近為小組做分組教學。

個別教學：針對學生的特殊學習需要或無法進行小組式學習者，進行單一的個別指導教學活動。不過考量資源有限，除非特殊情況，盡量不採用個別教學。

（二）依上課時間可分為：

抽離式：將學生原班學習時間，抽離至資源班學習適合學生程度的課程，大多安排於學習程度落後原班較大的學生。

外加式：利用週會、班會、空白課、社團、早自習等時間到資源班上課，多安排於學習程度落差較小的學生。

部分抽離兼外加式：採取兩種制度混合運用，但一切皆以對學生最有利為考量原則。

目前本校資源班主要採抽離式、外加式或是部份抽離兼外加式上課方式；抽離時間的安排也會與家長及導師討論後，取得認同才實施。

四、課程內容

針對學生特殊需求、教師及家長期望，擬定個別化教育計畫，提供學生生活管理、社會技巧、溝通訓練、學習策略及學科補救等教學。

五、服務項目

（一）協助普通班老師對特殊學生的瞭解。

（二）擬定學生個別化教育計畫。

（三）協助學生建立同儕關係、課業學習、生活適應、升學輔導。

（四）協助申請各項福利及轉達相關訊息。

（五）協助申請專業治療、巡迴輔導，並配合治療師或巡迴老師安排訓練學習。

（六）辦理校內疑似特殊學生之相關測驗、鑑定、安置工作。

（七）配合各項升學管道，協助特殊學生、家長辦理相關報名手續。

（八）提供其他特教相關訊息及提供諮詢。

※ 本學年度資源班有四位專任特教教師—張杏華、李翊綺、許秋鳳及陳美姍老師，有任何意見歡迎隨時撥打（06-3551440 轉 133）與資源班教師聯絡。

台南市身心障礙學生可以享受到的福利

台南市和順國中資源班彙整 106.09.01

一、學雜費、代收代辦費及教科書費的減免

- 依據『台南市國民中小學弱勢學生就學補助辦法』，領有身心障礙手冊/證明的學生可以申請學雜費全免、部分代收代辦費的減免及教科書費全免。
- 本項申請請於開學時將身心障礙手冊影本交給導師轉交教務處註冊組。

二、交通費的補助

- 依據『台南市身心障礙學生就學交通費補助實施要點』，領有身心障礙手冊/證明的學生可以申請交通費用補助：每個月輕度約 600 元、中度約 700 元、重度及極重度約 800 元。
- 本項申請約在學期初即向教育局申請，但實際核發時間通常都約在學期末。
- 身心障礙程度中度及輕度者，申請本項補助需於每年八月到醫院申請診斷證明以佐證。

三、獎助金的申請

- 依據『台南市國民教育階段身心障礙學生獎助學金辦法』，設籍本市且就讀於本市公、私立國民中小學並領有身心障礙手冊之各類身心障礙學生，三年內未曾領取本獎助學金、成績甲等且本學年內尚未領取任何獎學金、教育代金及未享有公費者皆可申請；獎學金約捌仟元。由於全市名額有限，核發由教育局審核。
- 本項申請時間依教育局來文辦理，約在上學期十月左右辦理。

四、輔助器材的申請

- 依據『台南市身心障礙學生教育輔助器材申請要點』，設籍且就讀本市公私立國民中小學及幼稚園，領有身心障礙手冊/證明或公立醫院診斷證明者，如有輔具需求（如矯正鞋、助行器、助聽器等）提出需求經由評估後確實需要的輔具可向教育局申請並借用，不用付任何費用。
- 本項申請時間依教育局來文辦理，約在上學期九月至十一月左右辦理。

五、班級人數的減少

- 依據『台南市學前暨國中小學身心障礙學生就讀普通班安置原則與輔導辦法』第九條第二款『國民教育階段，普通班每班至多安置嚴重情緒障礙或自閉症學生一名，應減少該

班人數三至五名。普通班每班至多安置其它各類身心障礙學生三名；每安置一名身心障礙學生，應減少該班人數二至三名。經減少班級人數後，該班總人數不得低於二十名』。依據本法令，導師將能有較多時間照顧身心障礙學生。

- 本項作業時程已於新生入學前完成，入學後再鑑定之學生需視情況決定減免該班人數

六、 升學管道的多元及優待

- 免試入學方式開始實施之後，身心障礙學生錄取缺額是獨立的，換言之，只要與他校之身心障礙學生競爭即可，不需與普通班學生競爭，相較之下競爭壓力較小，機會較大！
- 智能障礙者願意就讀高級中等學校自足式特殊教育班或特殊教育學校高職部，可報名參加『12年適性輔導安置』，經聯合能力評估後，可申請安置於台南市開設高職特教班之高中職--台南高工、台南高商、北門農工、曾文農工、新化高工、崑山高中、白河商工、新榮高中等均設有綜合職能科（特教班）或者到台南啟聰（設有綜合職能科）、台南啟智學校就讀。
- 學習障礙、聽覺障礙、自閉症、腦性麻痺、嚴重情緒障礙也可以參加『12年適性輔導安置』，台南地區全部高中職都會開缺提供學生申請入學，學生可以在免試入學之外多一個學校可以參考。
- 以上相關升學權益需等到三年級重新鑑定通過方可適用，在此還是先提供相關訊息供家長參考。

※以上各項均是與就學相關之基本福利，部分福利可能會隨法令而有所更動，若有更動會再另行通知家長。領有身心障礙手冊/證明在社會福利上亦有不少優惠，如生活補助、車輛牌照稅減免、搭乘公共運輸工具（如飛機、高鐵、火車）可以半價、隨行一人亦可半價等相關福利，均可向區公所、里幹事詢問。

身心障礙學生之升學管道

一、一般升學管道

所有各類身心障礙學生(國三通過跨階段鑑定並持有鑑輔會證明)都可以適用一般升學管道：

- (1) 免試入學：身心障礙學生參加免試入學，是另外增開獨立名額，所以只需要與他校之身心障礙學生競爭即可，不需與普通班學生競爭，相較之下競爭壓力較小，機會較大！
- (2) 特色招生：身障生可以加分 25%，名額也是外加；不過目前台南區舉辦特色招生學校不多，科別也有限制，學生若有特殊專長或興趣可以參考。
- (3) 實用技能班(身障生無加分)：免收學費，學生皆可依意願申請；國中有選讀技藝教育學程的學生申請時較有優勢，不過目前缺額頗多，申請人數較少，只要提出申請，機會都很大。
- (4) 建教班：三個月在校讀書，三個月在配合廠商處工作，可領部分薪水。

二、身心障礙學生適性輔導安置

適用類別：經鑑輔會鑑定通過之身心障礙學生。

(1) 智能障礙：

①輕、中度學生參加能力評估後，依分數高低選填高職綜合職能科(特教班)，台南區 104 年開設高職特教班有：北門農工、曾文農工、白河商工、台南高工、台南高商、新化高工、私立新榮高中、私立崑山高中。

②重度、極重度學生可直接申請就讀特殊學校(台南啟智學校)。

(2) 其餘障礙類別：

本市各高中職都會開缺--高中每班會開 1 個名額、綜合高中會開 1.5 個名額、高職會開 2 個名額，名額非常多。

透過本安置方式(比序項目及內容每年可能都會微調)會安置一個學校及科系，學生及家長可以選擇就讀免試入學錄取科系或是適性輔導安置錄取科系。

三、最後叮嚀

目前政府對於身心障礙學生的升學給予許多協助，也有很多元的管道，只要學生願意，一定有學校可以念，希望家長不要輕易放棄這樣的機會；讓學生留在家中是很容易退化的，多給學生三年的時間去做就業前的準備。另外，不要迷信於明星學校，也不要輕估自己孩子的能力，協助孩子選擇適當且符合其興趣的學校。

以上提供之升學優待方式為 104 年度之資料，由於免試入學方式一直仍在改變，爾後之升學優待方式則需依據該年公佈之相關法令規定，若有相關訊息或是不明白之處也歡迎與資源班老師共同討論。

在倡導融合教育的今天，有越來越多的特殊兒童在經過鑑定安置會議後，進入國小普通班就讀，部分課程在資源班或啟智班上課。每到學期末，輔導室就會協助安置這些特殊學生。

身為國小普通班低年級級任老師，這些年下來我發現，大多數的老師並不是沒有愛心，只是擔任一年級新生的老師，面對一班有三十幾個須建立新規範的小蘿蔔頭本就非常辛苦，又多了一個有特殊需求的幼童，再加上很多普通班的老師並未受過特殊教育的相關訓練，也不甚了解如何在普通班中帶領特殊兒童，所以一開始考慮的總是比較多。經由這些年從事融合教育的帶班經驗，願意將自己的心得與大家分享，提供班上也有特殊學生的老師參考。

一切由接納開始

每回開特殊兒童的新生安置會議時，我會仔細聆聽輔導室老師介紹，以及說明每一個特殊兒童的狀況，並做好要教特殊兒童的心理準備，邊聽說明邊評估自己的專長，並思考我能幫助這孩子什麼。

剛接到凡凡書面資料時，資料記載這孩子很乖，只是需要語言方面的協助，我想這方面我行，也很樂意多和他溝通；實際相處後才知道，凡凡是自閉症兼有過動問題，有許多自閉症的典型症狀，但他的記憶力超強，每課課文不必要求就都會背，而且很會講故事。比較困擾的是，他上課會不自主的到處走動，說話說不停，卻辭不達意，常常是同樣的話語不停的重複，也因此常常干擾到我上課，使我必須花很多時間，隨時要想新方法，處理他中斷我上課的情形。

丹丹的身心障礙手冊記載的是智能障礙重度，但和她相處後，了解她能仿說，會認字，情緒穩定，會跟老師聊天，跟同學玩，生活能自理；升上二年級後還會跟同學鬥嘴呢！所以身心障礙手冊上標記的「智能障礙重度」，對丹丹來說似乎是太沉重了。

教師只要有心，除了了解孩子的身心特性，不需要太掛意孩子是輕度、中度，還是重度，因為每個孩子不同，接受鑑定時的狀況也不一定，學校輔導室接到的往往也只是書面資料，僅供參考，未必能使你完全了解孩子，一般新生教師必須經過一段時間才能了解學生狀況，更何況是特殊兒童。只要老師願意衷心接納孩子，一定會找出教導的方法。

家庭訪問 了解孩子

確定班上有特殊兒童後，我會在新學期開始，到特殊兒童的家中進行訪問，先和家長、學生見個面，一方面聯繫感情，一方面進一步了解孩子的個性、喜好，以及知道曾經發生過

哪些必須特殊安撫的狀況，家長曾用過哪些有效的方法，並了解家長對孩子的期望，想跟老師說的話，這些都是值得記錄、學習與了解的。簡單的一個訪談將能協助老師踏出親師交流的第一步，也讓家長知道，你很高興擔任孩子的級任導師，願與家長攜手為孩子的成長而努力。

充實自我 擬定計畫

家訪前後，別忘了仔細研讀此特殊兒童的相關資料，如自閉症、過動兒、唐氏症、失聰兒童、全盲生等，並仔細整理他的個別資料，以便在開學時做簡單的因應。例如，安排較成熟懂事的學生坐在他旁邊，協助照料；當其他學生或家長對他有疑問時，替他做簡單的介紹，並請他們包容與協助。

通常，我會這樣對班上學生說明：「丹丹比大家小一點，她是一個唐氏症的寶寶，她很乖，也跟你們一樣可愛，在學習方面她可能比大家慢一點，你們都是哥哥姐姐呵，要照顧小妹妹。」一方面也告訴家長：「你們的孩子從小就有機會學習協助弱勢的同伴，認識不同的夥伴，謝謝你們把孩子教得如此有愛心。」

此外，如果老師願意，也可以向學校申請實習老師，一方面做到薪火相傳，輔導他們；另一方面班上多了一位老師照顧孩子，也給孩子多一分關心。

珍惜資源 不單打獨鬥

輔導室的主任、組長，資源班、啟智班、啟聰班等特殊班級的老師，校內有經驗的同仁，輔導機構的教授等，他們都是很好的專業諮詢對象，別忘了有需要時找他們協助。當然，更要和家長保持聯繫，這些孩子很多時候回家並不會表達在學校中發生的事，以及須配合的一般事務，老師要記得幫他寫聯絡簿，需要特別說明的請使用電話聯繫，讓家長成為教導孩子最好的夥伴。另外，別忘了班上的學生更是你的好幫手，請他們適時的協助他，學生成長了，你的班級經營也將更順暢。

每個家有特殊兒童的家長，都會希望為孩子爭取最適切的學習環境，這些孩子將來也都將進入社會。如果特殊兒童在經過鑑定安置會議後，進入您的班級就讀，請您打開雙手，衷心接納，相信鑑定安置會議後的決定與安排，因為鑑定老師及教授在此時此刻認為這是當下最適合學生的安排，但這也並非是永久不變的，當您教了這孩子一段時間之後，如果您有任何的看法，都還可以提出，請鑑定委員再討論。

這些年來，和特殊學生一起成長，他們豐富了我的生活，提升了我的閱歷，也拓展了我的視野，柔軟了我的個性，並增加了我的耐心，充實了我的生命。縱使多付出一些心力與體力，縱使也曾有挫折；卻也讓我更懂得珍惜生命，越挫越勇，教學相長。

教師如何幫助學習障礙學生

有愛無礙網站編輯室

在絕大部分的學習障礙學生都是在普通班、而特殊教育的供給又非一蹴可成的情況下，普通班老師對學障學生扮演著非常重要的角色，本刊嘗試提出一些幫助學習障礙學生的原則，供普通班老師參考：

- 瞭解學習障礙學生障礙和能力並存的特質，接納他們的缺陷，發掘他們的能力。也認清雖然學生的學習成就低落，但仍隱藏著待發揮的潛力。
- 協助學生認識自己並不是全面的不如人，讓他看到自己隱藏在障礙下的能力，以建立學生的自信心。
- 瞭解學生的內在能力，評量學生的優缺點，訂定學習基準線，針對他們的理解能力提供教材。
- 學障學生因有知覺障礙，在教學時利用各種感官，如：是、聽、觸、及運動知覺的教學可協助學生容易接受訊息。
- 提供結構劃的學習情境，學習情境如果結構化、規律、無刺激物，可以幫助學障學生減少分心、衝動的問題。
- 針對學障學生的學科提供補救教學，並教學生有關組織、自我指導、解決問題的技能。
- 利用工作分析法，將學生所要學習的技能細分成小步驟，讓學生容易學習減少挫折。
- 給予適當的期待，避免太鬆或太嚴，減少他們自暴自棄的機會。
- 運用彈性評量來測驗學生藏在障礙下的真正能力，如：考試延長時間、減少試題、老師唸出試題、學生以口語回答、以選擇題代替填充或問答題等等。
- 語氣堅定、溫和，多用鼓勵，建立他們的自信心。
- 給予明確且具體的指導，避免學障學生誤解意思。
- 鼓勵學障同學參加學校各種活動，建立自信心。
- 幫助班上同學瞭解學習障礙的特質，以減少其他科任老師對學習障礙學生的誤解。
- 協助家長爭取特教權益，老師應該要熟悉學障學生在現有的法令下受到哪些保障，並協助家長向校方或教育行政當局爭取相關權益

本文出處：<http://www.dale.nhctc.edu.tw/index1.htm>

【家有學障兒】多說「我覺得」 少說「你總是」

孟瑛如

「每次我看他做事的方法就生氣！」「又不是沒生腦袋給他，為什麼老是犯同樣的錯！」「一點小事都處理不好，不曉得在做什麼？」衝動思考是許多學障孩子共同的特徵，希望孩子學會解決問題的技巧，則是父母共同的期望。

以下有些小策略供大家參考：

1. 找出父母感到最困擾的問題，優先處理：

問題盡量簡短清楚，並以就事論事的方法陳述，不要牽連到別人身上。口氣盡量以「我訊息」，例如：「我覺得」來代替批評攻擊性的「你總是…」或「你必須…」，以避免孩子自我防衛式的攻擊式回答，同時確定孩子是否充分了解問題到底是什麼，例如：可讓孩子重述一遍你所敘述內容的重點。

2. 創造可選擇而非單一的解決方法：

例如：父母和孩子就問題情境輪流列出解決方案。也就是運用水平式思考法，強調自由聯想，點子越多越好，禁止批評及設立評估原則，在禁止批評的輕鬆情境中，集中注意力去想可能解決辦法，最後再依評估原則做選擇，而非如日常思考模式般，想一個否定一個的垂直式思考法。

3. 評估大家所選擇的答案：

每人輪流評估每個方案，設想這樣作會有什麼效果，然後協調一個一致同意的方案，或是找出三個選擇讓孩子決定。

4. 執行決定的計畫：

決定誰該做什麼、如何做和何時做，並且由誰來督導執行。配合或不配合的後果何都要事先說清楚，例如有獎賞或有處罰。

利用和孩子討論互動的過程中，讓孩子思考如何利用本身的能力以及增強自我的行為控制是有效的方法。如果家長、孩子及學校老師能夠充分了解孩子問題的原因，對於問題的解決更能配合達成。通常複雜的問題很難尋求單一的答案，在養成孩子解決問題能力的過程中，耐心與即時回饋也是通往成功之路的重要原則。

全文轉載自 2002.01.18 中國時報

家有情緒障礙兒童—親職教育

孩子的教育、輔導、治療、訓練……需要家庭、學校、社會的共同努力與合作。加強親師、親子溝通，結合家長的力量，對於情緒障礙兒童的教育功能必有提昇之助益。家長可以參與的教育工作有：

⊕接受情緒障礙兒童

家長在面對情緒障礙的孩子不受人瞭解的情緒，以及不被社會所接受的行為的時候，常常會有一些反應以及心理調適。

一、父母的反應：

1. 被埋怨的
2. 不受瞭解的
3. 受到虐待與苛責的
4. 應受重視的與需要協助的
5. 忿怒不平
6. 感到沮喪、喪失自尊
7. 感到矛盾的情感與防衛

二、父母的心理調適

1. 面對事實
2. 克服壓力
3. 接受兒童
4. 建立信心
5. 走入人群
6. 尋找協助

⊕瞭解情緒障礙兒童

對於情緒障礙兒童的生理與心理狀況，父母應該詳加瞭解，面對影響情緒障礙兒童的社交關係、人際適應、社會適應……等問題，家長也可以向相關單位尋求協助；情緒障礙兒童不應該被視為課堂上的壞寶寶，他也需要被愛、被關心。

因此面對情緒障礙的孩子，父母應該瞭解的部份包括：

- ⊗情緒障礙的特徵與定義
- ⊗情緒障礙兒童的學習表現與協助方式
- ⊗情緒障礙兒童的心理情緒與輔導
- ⊗社會及教育資源

⊕協助診斷與評估

評估情緒障礙兒童時，需要各項專業的整合，包含醫學、心理與教育方面

在對於情緒障礙兒童診斷與評估時，父母應站在協助的立場，提供孩子所有的發展、生活資料及在家平時行為與情緒的狀況，必要時，需出席診斷與評估會議，對於診斷的疑問作說明，如此能使診斷與評估工作更為確實，以利於對情緒障礙兒童做最佳的安置工作以及輔導工作

⊕親職教育的學習

情緒障礙的兒童，除了需要父母瞭解他以外，還需要父母與家長共同學習如何照顧，由於各個孩子的狀況不同，異質性相當高，建議家長們可以與學校多多配合來解決問題。

☒ 親職教育的目的

1. 建立情緒障礙兒童家長正確的特殊教育觀念，使家長能以正確的態度與觀念對待孩子。
2. 使家長瞭解自己對於孩子的職責與角色。
3. 促使家長瞭解並面對情緒障礙兒童的困擾與困難，進而謀求解決之道。
4. 協助家長學習教養情緒障礙兒童的方法。
5. 協助情緒障礙兒童克服情緒與行為的困擾，且促進社會適應能力。

☒ 建議家長學習以下事項以瞭解孩子

1. 建立對情緒障礙的正確認知
2. 了解情緒障礙兒童特殊的生理情況及其需要
3. 了解情緒障礙兒童的心理需要及情緒輔導
4. 對情緒障礙兒童日常行為的觀察與矯正
5. 給予情緒障礙兒童課業的協助與輔導
6. 了解兒童社交、人際關係並適時給予輔導
7. 能配合學校老師的教學，父母應在家做銜接的家庭教育
8. 能尋求可用的社會資源及協助

☒ 學校可實施的親職教育內容

1. 協助家長了解情緒障礙的成因、症狀與正確的處理方式
2. 教導父母正確的教養態度
3. 鼓勵父母參與情緒障礙兒童的治療與教育
4. 協助其他家庭成員的反應與調適
5. 提供諮訊管道，建立親職教育團隊
6. 舉辦各項講座、說明會、親師座談會、親職教育訓練課程，或小團體探索課程，協助解決父母所面臨的問題

☒ 老師如何與家長互相合作

一、溝通前的準備

1. 收集相關的資料：包含家長、學生的基本資料，以及有關協助情緒障礙兒童的參考資料。
2. 安排溝通時間與地點：安排能讓家長有空的時間，以及能獲得信賴的溝通場合，相信能提高合作意願與建立共識。
3. 確定溝通目標：對於情緒障礙兒童親職教育的目的，在於建立正確的教養觀念，協助孩子克服情緒的困難與行為的問題，有效的學習，順利的成長。溝通前如果能先訂定具體目標，可以凝聚共識，避免老師與家長各說各話，沒有任何重點。

二、溝通的技巧

1. 肯定父母教養情緒障礙學童的辛勞。
2. 多多讚美孩子的優點。
3. 穩定自己的情緒。
4. 接納家長的情緒。
5. 建立溝通的橋樑。
6. 不勉強家長接受建議或要求。
7. 對於溝通結果要做好追蹤調查。全文轉載自 <http://www.dale.nhcue.edu.tw/se/em/e7.htm>

願您也來當個「效能」父母

成為父母容易，當個「稱職」的父母可不簡單，我想這是現代父母的心聲。沒關係，只要有心，讓我們一起學習、一起成長。

一、父母也是人：

凡是人就有感覺，當個稱職的父母並非丟棄人性，您仍可對孩子表達您的好惡，更不用假裝去接受孩子的行為，或許孩子比較喜歡各式行為被接受，但只要父母能坦誠的告訴孩子拒絕的原因（當然，父母自己應先思索是否只是因自己的情緒因素而拒絕孩子），漸漸地，他們必也能接受被拒絕的事實，此外，孩子會因父母的愛及坦誠而喜歡和父母維持親密關係。

二、讓孩子願意吐露心聲：

常聽很多父母說孩子有很多事都不願告訴他們，其實是孩子知道有些話即使和父母說了也是白說。父母平常說的話經常蘊藏著對孩子的看法，久而久之，孩子就能描繪出自己在父母眼中的模樣了。例如：「隔壁的阿明又用功又聽話你也多學學他。」在孩子聽來，父母這段話的背後意義是：指責孩子不用功、不聽話，比隔壁的阿明差，代表失望。久了，孩子便認為在父母眼中自己是不好的，無形中喪失了自信也拉遠了和父母的距離。或者，你也可以「敞開心胸」鼓勵孩子說話，並且「主動傾聽」，試著去了解孩子的感受，不加入自己的分析、意見、評價，自然流露出接納孩子、信任孩子，孩子也會因此學會接納自己、養成自信，成為獨立自主、有責任感的人。

三、父母多學習表達感覺：

父母也會有感到沮喪、難過、喜悅、興奮、疲憊、懊惱的時候，此時，亦可將感受清楚、真實的傳達給孩子了解。例如，當父母因疲倦不想跟孩子玩時，可以表達：「我累了，我想休息」，而非將矛頭指向孩子：「你很煩！」我相信一般父母不容易對孩子表達感覺大部分原因是認為表達感覺是暴露出弱點，擔心父母的「權威」被拿掉，其實，孩子會學習父母也願意表達自己的真實感覺，進而學習體諒父母。

四、親子間的雙贏：

親子間常會遇到一些狀況，父母想要的結果和孩子的不一樣，例如，假日孩子希望和同學去看電影，而父母認為孩子應為外婆祝壽，如果雙方都認為對方不會讓步，就更會堅持自己的「決定」，如果雙方相信親子間可以坦誠溝通、沒有預設立場，則此時更能發揮腦力激盪，提出一些可行的辦法，經過雙方慎重的評估，最後決定一個彼此都能接受的解決辦法，沒有人會被犧牲。所以，辦法可能是：孩子先寫張卡片請父母帶給外婆，再和同學去看電影，下次假日再優先回去看外婆；也可能是：孩子打電話向同學延期，先陪父母回外婆家，下次則由

父母一併請同學去看電影…，只要誠心，為彼此著想，相信結果雙方都會滿意。

五、 父母願意改變嗎？請父母試著自問：

- 1、您能接納自己嗎？檢討自己的生活方式，去尋求能多增進成就感的途徑，通常接納自己也較能接納孩子。
- 2、孩子是「誰的」？您是否視孩子為獨立個體，或是您的產品，孩子的表現要符合您的期待嗎？
- 3、您真的喜歡孩子嗎？重視運動的父母，可能不太喜歡缺乏運動興趣的兒子，醉心音樂的父母可能對缺乏音樂細胞的孩子感到失望，您呢？
- 4、難道只有您的價值觀是對的？越是認為自己的價值觀及信念是不可動搖的，便越易傾向於孩子接受自己的價值觀及信念，如果父母的價值體系和信念越有彈性則較易於接受下一代的價值觀。

每一位為人父母者在與配偶、朋友、親戚、同事的關係中，有時為了維繫與他人的良好關係，必須改變自己；同理，與孩子的相處，父母是否也可以改變自己抱持的態度呢？！

以上全文轉載自 <http://edu.club.st/2.html>