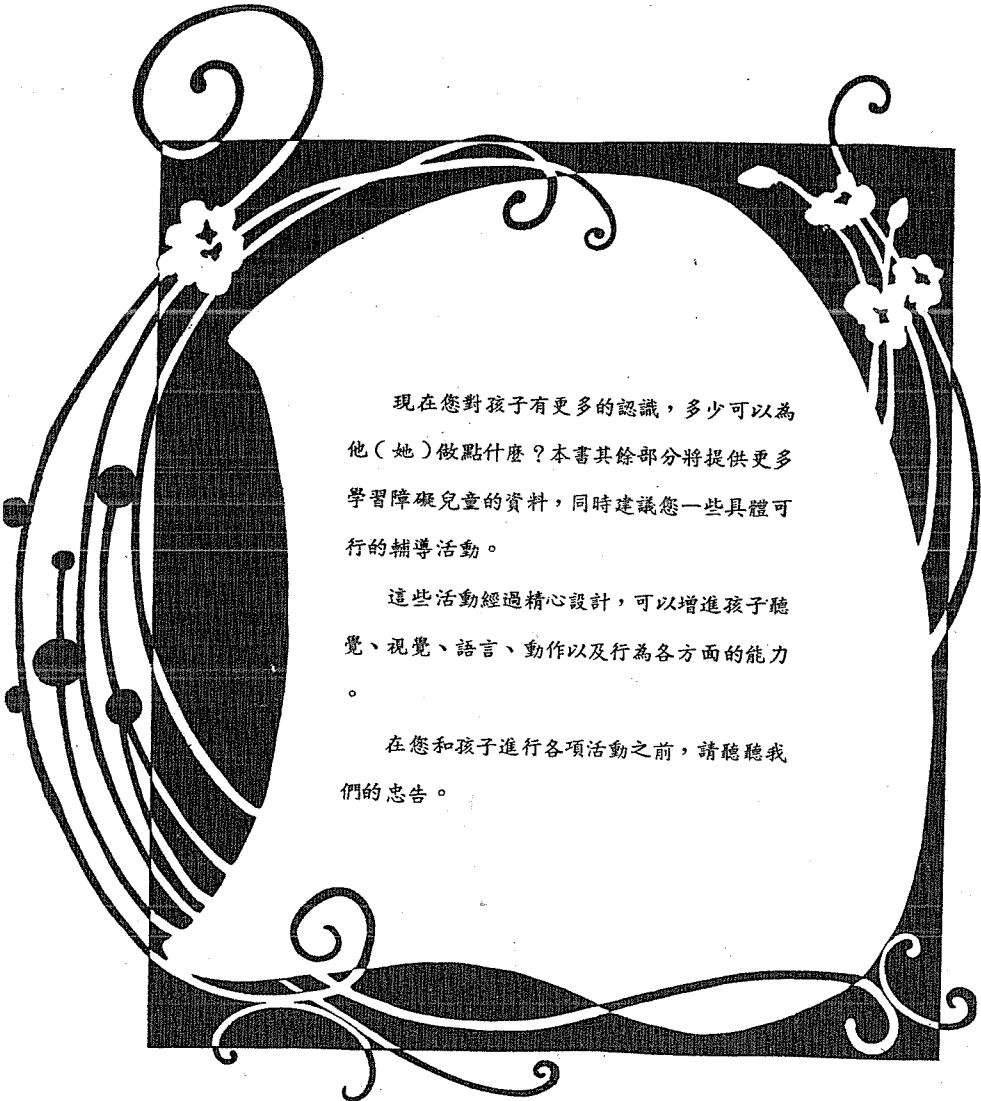


9-53

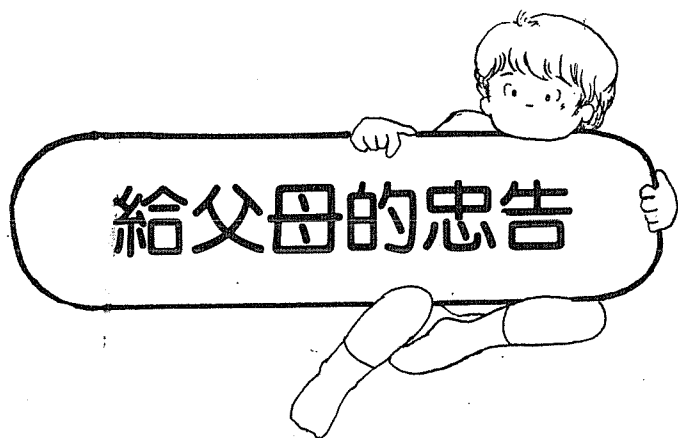
貳、父母如何幫助學習障礙兒童



現在您對孩子有更多的認識，多少可以為他（她）做點什麼？本書其餘部分將提供更多學習障礙兒童的資料，同時建議您一些具體可行的輔導活動。

這些活動經過精心設計，可以增進孩子聽覺、視覺、語言、動作以及行為各方面的能力。

在您和孩子進行各項活動之前，請聽聽我們的忠告。



1. 每天安排固定的時間陪孩子工作，並且確定沒有雜事讓你分心，只有你和他（她）單獨相處。
2. 剛開始時間儘量精短，伺後再逐漸延長。活動達到成功高潮就準備停止，不要讓他（她）嚐到挫敗的滋味。
3. 儘可能客觀、耐心對待他（她）。說話的態度要和藹、懇切、堅定。
4. 發號施令時，措詞簡短、清晰。
5. 發現該項活動對孩子太難時，馬上更換簡易的項目，讓他（她）嚐到成功的經驗，再回到原來的活動上。
6. 如果孩子可以勝任他（她）的工作，應以溫和的態度從旁鼓勵，使其持之以恆地完成工作。
7. 瞭解孩子的能力和弱點，不要連續給他（她）太簡單的工作，應該穿插一些挑戰性的活動，以維持其注意力。
8. 即使再小的成功也要給予獎勵；相反的，不要過份強調他（她）的失敗。

9. 坦誠地面對孩子，當錯誤發生時，確實指正錯誤所在，不可馬虎其事，因為孩子比任何人更能感受到事情已經不對勁了。
10. 用心傾聽孩子的話，當他（她）需要幫助時，你就在他（她）的身邊支援著。
11. 和孩子一同放鬆心情，共享你們相處的愉快時光。
12. 採取積極的態度，讓孩子知道：他（她）有能力學習，而且學習對他（她）有幫助；進步也許緩慢一點，但是你永遠是他（她）身旁的支柱。
13. 最後也是最重要的：放鬆你自己！孩子的學習障礙不是你一手造成的，沒有人可以掌握所有發生的事。你也是凡人，總有對孩子灰心氣餒的時候，千萬不可絕望。需要幫助時，可以就教於專家、醫師、教師、心理學家，或者與其他學習障礙兒童的父母共謀對策。請記住，你不只是一支奮戰的孤軍。

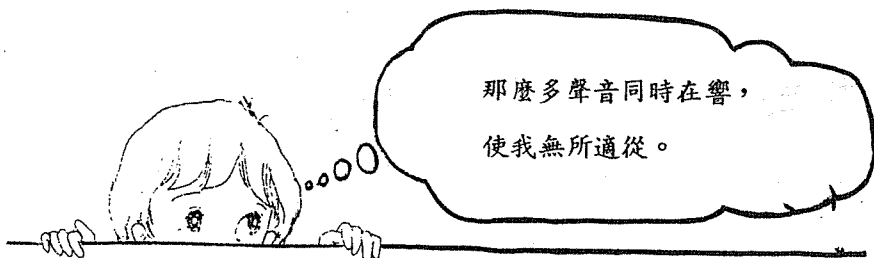


聽 覺

學習障礙兒童的聽覺問題通常不是聽力損失引起的，孩子的耳朵可能沒有毛病。不過你還是可以請專家、醫師為他診查一下。

問題

值得注意的是
：他（她）的困難
可能在於無法專心
聽、取聲音、理解
聲音以及記憶聲音
。



活動一

分辨聲音的起始和終了

站在他（她）的背後搖鈴或敲打樂器，要求他（她）在聲音停止時舉手，聲音再度響起時把手放下。

活動二

分辨聲音的方向

讓孩子閉目坐著，由其背後搖鈴或敲擊東西，要求他（她）轉向聲音的來處。開始時站得近些，再慢慢移動到室內各角落。

活動三

分辨聲音的特性

哼首短歌，或用鋼琴等樂器彈奏幾個音符，讓他（她）分辨聲音的高低、強弱以及快慢等。



活動四

分辨各種物品發出的聲音

找到一些瓶罐，透明部分用紙遮去；在其中各裝一種小物件，如硬幣、豆子、鈕扣、沙等（確定搖動時可以發出不同的聲音）桌上陳列出內裝的實物樣本。要求他（她）搖動瓶子辨認聲音，然後與桌上的實物做配對。

我無法記住各種物品發出的聲音，也無法分辨聲音的異同



活動一

聲音與發聲物體做配對

- 讓他（她）聆聽門鈴、鬧鐘、烤箱定時器等的声音，用口模仿一遍，然後要他（她）學著唸。
- 指著室內會發聲的東西，如水龍頭、掛鐘、果汁機等，要求他（她）模仿該聲音。
- 在桌上放置各種會發聲的物品，讓他（她）轉身背對。弄響其中的一件，如吹笛、搖鈴、撕紙，或者用槌子敲打木板，要求他（她）指出發聲的東西，並且模仿該聲音。
- 讓他（她）辨認電話或錄音帶中熟悉的聲音。



活動二

分辨兩個聲音的異同

製造兩種不同的聲音讓他(她)分辨。起初給他(她)差異較明顯的聲音，如拍手和吹口哨；慢慢縮短差距，如用筆輕敲木頭和用筆輕敲玻璃。

活動三

分辨同聲母的單字

- 唸一個聲母，如口，要求他(她)在畫冊裡找出三張名稱以該音為聲母圖片，如貓^口、馬^口、螞^口蟻等。
- 唸出三組字音(如爸爸、媽媽、寶寶)，讓他(她)找出聲母與其他兩個不同的字。
- 唸出三組字音(如哥哥、姊姊、姑姑)，找出其中兩個同聲母的字。

活動四

分辨同韻母的單字

- 先說出一個字，如中，要他複述一遍；然後說出三個字音，如大、中、小，要求他(她)聽到「中」時立刻舉手。
- 再說三個字，如西、北、東，要求他聽到韻母與「中」相同的音(ㄨ)拍手表示。



剛聽過的事
我已經不記得了。



活動一

教唱歌謠

哼一段旋律簡單的歌謠，兩手跟著打節奏，要求他（她）逐句地跟唱。慢慢增加旋律的難度。

活動三

記憶報導內容的重點

陪他（她）收聽一段收音機廣播或電視報導，要求他（她）記住重點向你報告。如時間、天氣狀況、球賽比數等等。

活動二

回憶方才聽見的事物

讀出四種物品的名稱，首先問他（她）一共有多少個；再重覆一遍，問他（她）到底聽到哪些。起初選用相關的字彙，如牛奶、蘋果、蛋糕、麵包，逐漸改用一些無關的事物或數字。

活動四

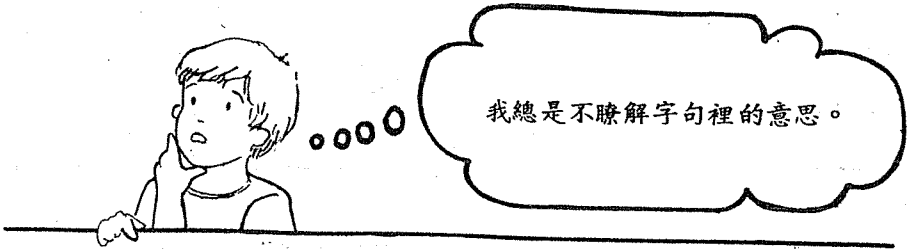
朗誦詩歌

選一首短歌或童詩，逐字逐句朗誦一遍，每經過一個短句要求他（她）隨著複誦。找出較難的詞句一起討論，以確定他（她）瞭解其中的意義。直到他（她）能順利地朗誦全文，再進行更長的詩篇。

我是隻小小鳥……

我是隻小小鳥……





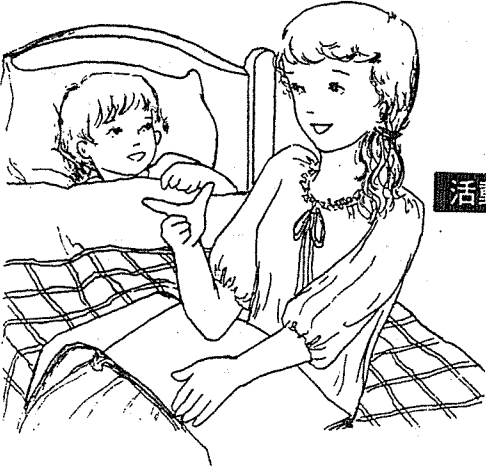
說話時儘量面對著他（她）
你的表情可以幫助他（她）瞭解話裡的意思。

活動一

理解短篇文字的內容
對他（她）解釋笑話或
謎語中的含意。

活動二

理解中、長篇文字的內容
每天說一則故事給他（她）聽。提出相關的問題問他（她）；鼓勵他（她）說出最喜歡、最有趣的部分，或是最滑稽、最緊張的情節等等。



活動三

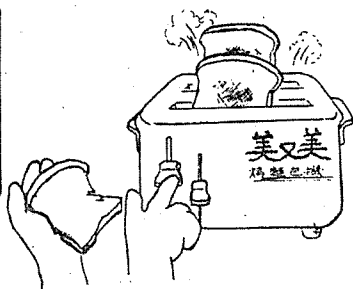
分辨題外話
講述一個熟悉的故事，故意在其中穿插一些不相干的句子，要求他（她）把這些句子指出來。

我無法完成一連串的指示。



不要只告訴他(她)怎樣去做
同時要示範給他(她)看

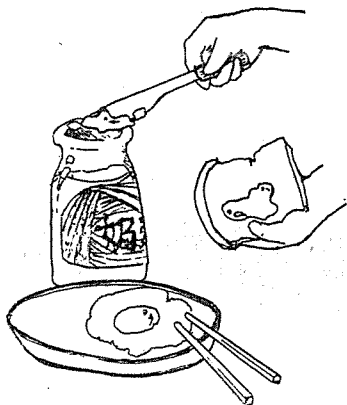
採用簡單、熟悉的字眼,並且
允許他(她)有足夠的時間做反應



活動一

累積「一個命令一個動作」

剛開始每次只給一個指示,要求他(她)依照指示做動作。逐漸增加為一系列的指示,如「烤麵包」、「塗上奶油」、「夾蛋」。



活動二

用筆把指示記下來

要求他(她)把簡短的指示寫下來,如「站起來」、「打開門」、「把垃圾拿出去」。此練習可以幫助他(她)記下學校的指定作業。如果他(她)還不會寫,可用簡圖表示;然後依照指示做一遍。

活動三

玩「老師說」遊戲

先練習基本動作:向前跳一步、向後走兩步、單腳跳……

遊戲過程中,要求他(她)注意口令,如果口令前加上「老師說」,就依照指示做動作,如果沒有便原地不動。



視 覺

此處所指的視覺問題，不是導因於近視、遠視、散光等視力問題，戴上眼鏡也無甚幫助。

他（她）也許看得一清二楚，只是無法領悟其中的意義。

問題

書本上的文字、數字毫無秩序地映入腦海；每一眼所見都是沒有特殊意義的影像，不能歸納成一個整體，或一些概念。無疑地，這些都可能導致他（她）沒有能力去理解和記憶。



圖形、數目、文字
使我感到一片混亂

活動一

玩拼圖遊戲

在兩張硬紙板上描畫出相同的圖案，將其中一張裁剪成五份左右（份數視兒童年齡與能力可行增減）。讓他（她）參照完整的圖樣，把分解的圖片拼合起來。

活動二

玩拼字遊戲

把他（她）的名字放大寫成紙板，混成堆。要求他（她）一一撿出，拼回自己的姓名。這樣的練習有助於課堂中的生字教學。





與人交談對我來說很困難，因為我認字不多，常想不起一些熟悉的字

活動一

猜謎遊戲

蒐集難度適中的謎題給他（她）猜，例如：「我是一隻動物，我喜歡吃草，可以產奶給人喝，你猜我是什麼動物？」謎底不一定僅有一個，鼓勵他（她）多方面思索。

活動二

快速命名練習

要求他（她）在一分鐘內，儘快說出室內各種物品的名稱，把正確命名的數目記錄下來，製成圖表展示他（她）的進步情形。可變化此活動，說出某一種類物品的名稱，如運動器材、服飾、玩具等。

活動三

相似詞、相反詞練習

隨意說出一個字詞，要求他（她）找出同義或相反的字。你必須先舉例說明相似、相反詞的意義，使其瞭解。

活動四

說出物品的名稱

當他（她）需要一件物品時，不要馬上交給他（她）。先問一些相關的問題，直到他（她）正確地說出名稱為止。例如：「你要架子上的什麼東西？」「它是什麼顏色的？」「有什麼用？」「放在什麼東西的旁邊？」「它叫做什麼名字？」

活動三

練習數字的分類

給他（她）一副撲克牌，要求他（她），把數字相同的放成一堆。

活動四

練習文字的分類

選擇他（她）認識的三個字，分別寫在三組卡紙上。將卡片充分混合，讓他（她）把相同的字挑檢在一起。

活動五

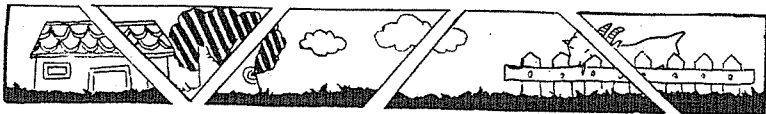
認識數字、文字的字型

在一張卡紙上點出虛線的數字，另一張卡紙寫下完整的字型；讓他（她）照著範字完成虛線的部分。接著只點出數字的一部分，要求他（她）把該數字完成。相同的方法可以用來練習文字。

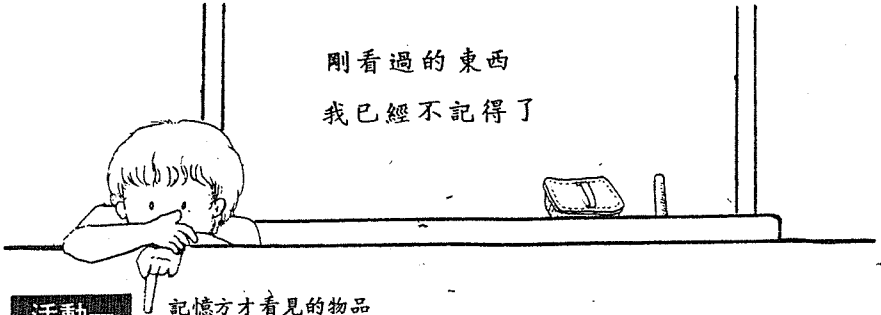
活動六

完成未完成的字詞

鼓勵他（她）進行簡單的填字遊戲，或文字賓果遊戲。



剛看過的東西
我已經不記得了



活動一

記憶方才看見的物品

桌面上擺放若干物品（起初以三件為宜，再逐次增加），令他（她）注視數秒（物品增多，時間可延長）後閉上雙眼，然後拿走其中一件，讓他（她）仔細查看到底少了什麼。

活動二

記憶物品的排列順序

依照一定的順序排列若干物品（開始仍以三件為宜），讓他（她）仔細記憶一番後，將東西弄亂，要求他（她）依原來的順序排列。

活動三

記憶方才看見的文字

在四張卡片上寫下他（她）熟悉的字。將卡片面朝上方，讓他（她）細看後閉上眼睛；隨意翻蓋其中的一張，問他（她）哪個字被蓋起來。

活動四

溫習常犯的錯別字

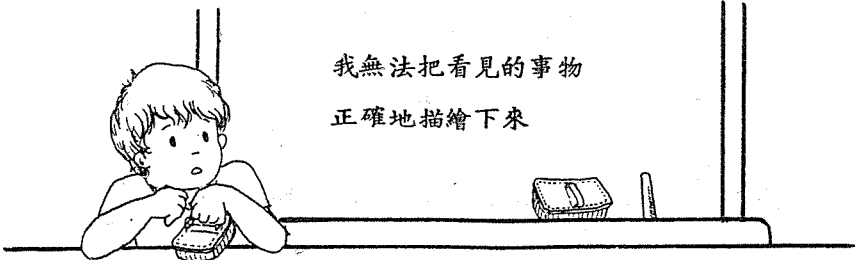
在卡片上寫下常弄錯的字，指導他（她）讀音，並且在空中練習書寫。最後將卡片一一反蓋，令他（她）在另備的紙上寫出該字，然後與卡片做比較。

活動五

回憶圖像中出現的事物

鼓勵他（她）仔細眺望窗外景物或一幅畫，然後向你報告所見所聞。接著指定某種顏色、形狀或大小的東西，要求他（她）回到窗邊畫前，再尋找一番向你報告。





我無法把看見的事物
正確地描繪下來

圓變三角；文字、數字的形狀和順序顛三倒四；

明天寫成天明

3 寫成 ε

16 寫成 91

活動一

認識基本的幾何形

給他（她）一個圓形，讓他（她）用手指沿著輪廓線描畫一圈，然後鼓勵他（她）在室內搜索出與此形狀相仿的東西。選擇其他形狀，如正方、長方、三角，重覆上述活動。

活動二

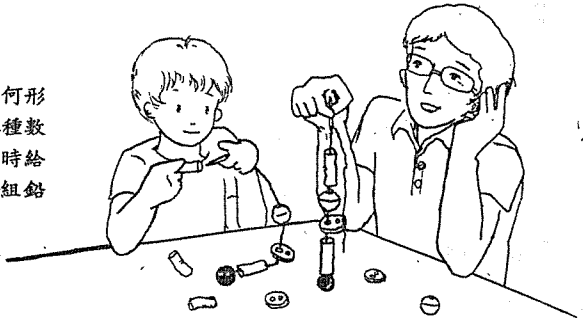
套製各種圖形

用橡皮圈在釘子板上套出各種圖形，要求他（她）一一模仿。

活動三

折疊數字和幾何形

用鉛線折出各種數字和形狀，同時給他（她）另一組鉛線模仿操作。




活動四

辨別不同的排列順序

把塑膠軟管剪成長短不一的小段，用線串連起來，要求他（她）照著式樣做一條。

攙進各型的鈕扣、圓珠等，同樣的活動，把幾種東西交錯串連在一起。



語言

語言問題大多受孩子認字能力的影響。學習障礙兒童可能一開始就沒有學會很多基本的單字、語詞，即使最簡單的字詞也會混淆或遺忘。

問題

特別是那些不用來命名實物的抽象文字，例如表示疑問、方向、時序、形容、語氣連接轉折等字詞。

活動五

討論相關的事物

逛街、購物、處理家務時，和他（她）討論相關的事物和字彙。如麵包和奶油、鹽和味精、針和線等，「馬路上有哪些車在跑？」「市場裡賣哪些食物？」「吃飯時要用哪些餐具？」

活動六

標作分類圖卡

剪下若干不同種類的圖片，如會飛的，需要冷凍的……，充分混合後，交給他（她）——分類。

活動七

完成語句

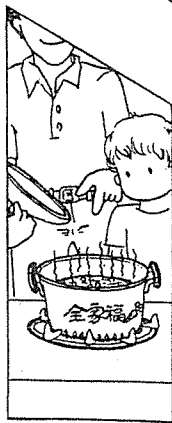
運用語句完成法，加強孩子聯想組織的能力。

例句：「 時，我帶著一把傘。」「我用
 畫圖。」「我到雜貨店去買 。」

活動八

實地操作、學習詞彙

帶他到廚房裡，教他（她）「切片」、「切塊」、「剛碎」等詞，實際操作並說明文字。此外，廚房也很適合指導「炒、油炸、蒸、煮、冷、滾燙、軟、硬、油膩、乾淨、液體、粉末」等單字。



活動九

閱讀食譜

教他（她）一份簡易的食譜，並事先討論它的成份、數量以及烹調步驟。透過此次經驗，他（她）可以學到許多字彙。

活動十

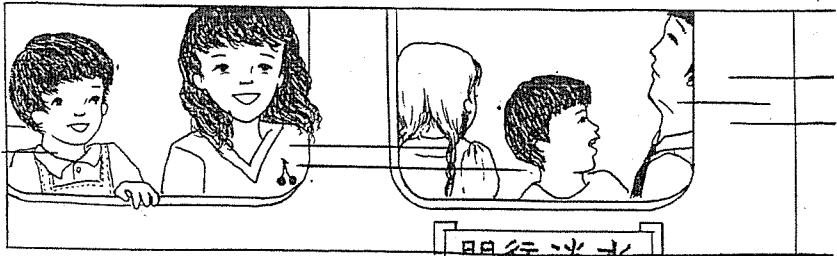
剪貼書報

每天教他（她）一、兩個新字。指導他（她）閱讀程度合適的報紙或期刊；遇到合適的圖片，剪下來貼在剪貼簿上，在空白處寫些文字說明。

活動十一

練習完整句

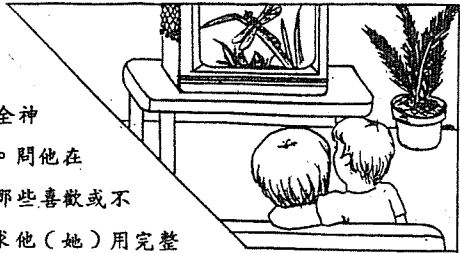
- 要求他（她）重覆一遍你所說的句子。首先用兩、三個字組成，漸漸增加字彙。例句：「我看見」、「我看見狗」、「我看見一隻狗」、「我看見一隻狗和一隻貓」、「我看見一隻狗和一隻貓在花園玩耍。」
- 剪下報紙、雜誌、包裝盒上的字，讓他（她）重新組成完整句。
- 用完整的句子和他（她）交談，並要求他（她）用完整句回答問題。



活動十二

討論生活經驗

每天認真地與他（她）交談幾分鐘，全神貫注地傾聽他說話。問他在學校或遊戲中發生哪些喜歡或不愉快的事，記得要求他（她）用完整句回答。



活動十三

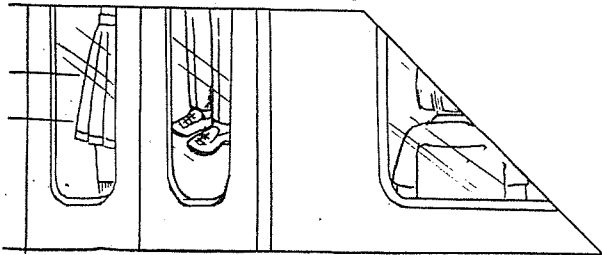
觀賞社教節目

陪他（她）欣賞並討論電視的教育性節目，談談節目中出現的新字彙及新觀念。

活動十四

外出學習

外出散步或乘坐汽車時，鼓勵他（她）描述所見的人或事物。例如「告訴我車窗外哪些東西是大的？」「再找找看，哪些東西比較小呢？」





我常把疑問詞搞混有關時序
的字彙總是弄不清楚
對於其他單字也常發生困難

活動一

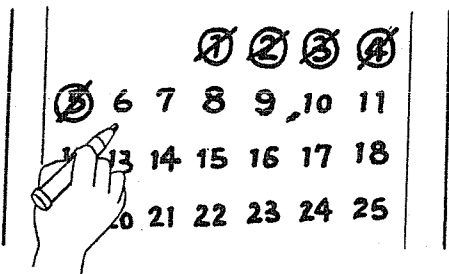
練習疑問詞

從報章雜誌上剪下圖片，讓他（她）就這些圖片發問。使用「誰」、「在哪裡」、「什麼時候」、「為什麼」、「怎樣」等字彙來造句。

活動二

練習有關時間的字彙

給他（她）一份日曆，指導他（她）把過去的日子劃掉。一段時間後，和他（她）討論「這個月還剩幾天？」「昨天是星期幾？」「今天你做了些什麼？」「明天你想做什麼？」



活動三

練習形容詞

指著家裡的各種陳設物，要求他（她）用形容詞加以描述。使用「圓的」、「高的」、「亮晶晶的」、「乾淨的」等詞來造句。

活動四

練習比較用形容詞

幫助他（她）瞭解「更多」、「更少」、「較輕」、「較重」等字眼。用餐時比較餐桌上食物的份量，如「爸爸的豌豆比你多。」、「我的牛奶比你少」，鼓勵他（她）模仿造句。

活動五

練習有關方位的字彙

幫助他（她）瞭

解物體的位置關

係。給他（她）一些物

件，要求他（她）依指

示行事。例如「把湯匙放在盤子右

邊」、「把罐頭放在架子底層」。

反覆練習「上」「下」「左」「右」「前」「後」等字彙。

上 右 粗
長

活動六

理解事物發生的順序

● 剪下報紙的短篇連環漫畫，讓他（她）過目一遍後，弄亂其順序，要求他（她）依原序排列，並敘說該故事。

● 陪他（她）觀賞一段節目，並用「以前」「之後」等語句問他（她）：「狗逃走之前發生了什麼事？」「牠回家後遇到誰了？」能力許可的話，要求他（她）把故事重敘一遍。

● 讓他（她）講一段熟悉的晚安故事給你聽，先聽全部的情節，然後用「以前」「之後」的問句問他（她）。

下 左 細
短





動作

動作方面的問題會影響孩子身體運動的能力。學習障礙兒童經常顯得「笨拙」、「遲鈍」、「不協調」，這並不表示他（她）的四肢十指有毛病，只是身體各部分協調得不好。

問題

舉凡跳繩、繫鞋帶、
執筆寫字都會困擾他
(她)。就連「坐下」
所需要的控制能力也得
費神去練習。



我總是做不好跑、跳及其他戶外遊戲。

兩腳經常無緣無故地絆倒。

活動一

練習平衡

- 在院子裡放一塊兩吋厚、四吋寬、十吋長的木板，讓他（她）在上面做動作。

開始時做簡單的動作，「向前走」「轉身走回來」慢慢增加動作難度。

- 用粉筆或膠帶在他（她）沿小路慢步、疾走。小路可由簡單改為複雜。



- 將一本書、籃子、盒子放在他（她）頭上，鼓勵他（她）保持頭部平衡，不使東西滑下。計算時間，繪製圖表記錄其進步情形。

活動二

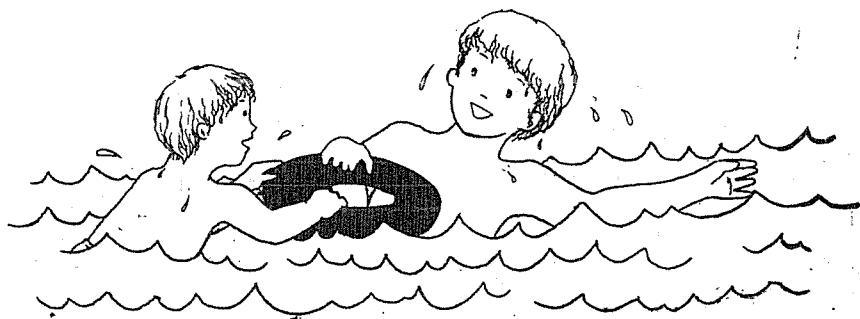
練習跑步

- 開始時要求他（她）原地小跑一分鐘，再逐次增加為兩分鐘、三分鐘……
- 在院子或遊戲室裡佈置舊輪胎、硬紙箱、板凳等障礙物。要求他（她）走過或穿越各種障礙物；熟練後改用跑步，或變化各種姿勢、速度。

活動三

練習各種動作

- 鼓勵他（她）學習單腳跳、雙腳跳、墊步跳，逐漸變化各種花式及速度。
- 利用遊戲或玩具練習各種運動技巧。如呼拉圈、皮球，或跳迪斯可、扭扭舞等。
- 玩「扮領袖」遊戲，讓他（她）有機會當領袖。
- 讓他（她）參加訓練班，學習游泳。
- 訓練孩子幫忙家事，如整理床鋪、掃地、擦地板、澆花等。
- 教他（她）跳繩，先讓他（她）跨跳靜止的繩子，再前後擺動繩子，一步步的跳越。熟練後可學習單腳、交叉等花式。
- 用身體模仿各種姿勢：「像球一樣縮成一團」「像樹一樣，伸展四肢」「學螃蟹側走」「學兔子蹦蹦跳」等。



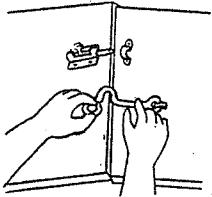
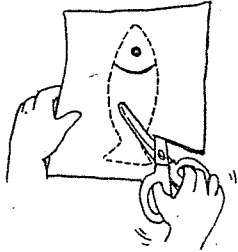


我不會扣鈕扣、繫鞋帶、
剪紙時總是把紙弄皺，或
剪得歪歪扭扭的。

活動一

加強手指肌肉的控制

- 讓他（她）用手揉麵糰或壓擠橡皮球，增強手部肌肉的力量。
- 指導他（她）撕紙、剪紙、著色、畫圖等活動。假若太難，可用黑色蠟筆將線條加寬，再讓他（她）著色或撕剪。



- 將小木板釘在大木板上，配上各種門栓及鎖，教他（她）開鎖或上鎖。
- 鼓勵兒童玩指畫、黏土塑組合玩具、組合模型等。

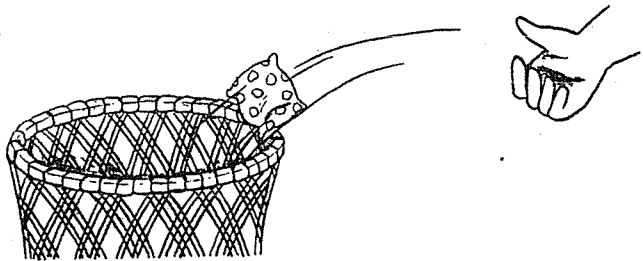
- 指導他（她）在花園裡挖土、下種籽、種花、除草、拔蔬菜等。
- 讓他（她）到廚房幫忙打蛋、挑菜、揉麵糰、拌沙拉、摺紙巾、佈置餐桌等。



活動二

加強手眼協調的能力

- 教他（她）把氣球拋向空中，球落地前用手往上輕拍。提醒他（她）兩眼注視球的起落，儘量不讓氣球掉到地板，看可連續拍打幾下。
- 讓他（她）練習接球的動作，開始時使用大球，再慢慢改用小球。起先地板傳球，再進展到空拋傳球；距離也可一次次地加長。
- 準備一個籃子和一些沙袋或小球，教他（她）把沙袋或球丟進籃內。起初距離以一公尺為宜，漸漸將距離延長。



- 指導他（她）使用各種工具，如螺絲起子、槌子、鉗子、水果皮刮刀等。如果年齡太幼小，可以改用塑膠模型工具。

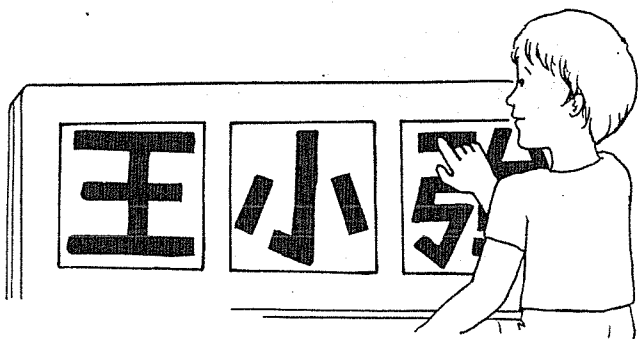
學了一年的名字還常常寫錯，
數字、圖形也學不好。



活動一

描畫放大的字體

- 用大張紙剪出大型的注音符號或數字，再用膠帶貼在地板上，並且畫上箭頭表示筆順的方向，讓他（她）沿著箭頭指示方向走。
- 用砂紙剪下各種圖形、數字或文字，貼在絨布板上，要求他（她）用指尖沿字形描畫，並念出讀音來。
- 找出他（她）常犯的錯別字，寫在大型的紙上，可以用色彩鮮明的繩線貼在其中。要求他（她）每天描寫數遍，並念出來。



活動二

練習握筆

指導他（她）正確的握筆姿勢。假若他（她）不能記住手指握筆桿的位置，可用橡皮筋或彩色膠帶在筆桿上做記號。

活動三

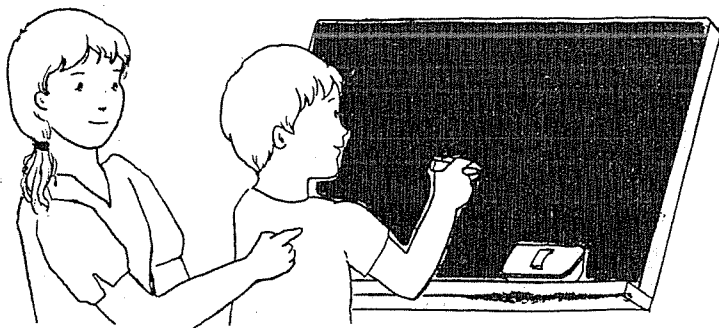
練習粉筆板書

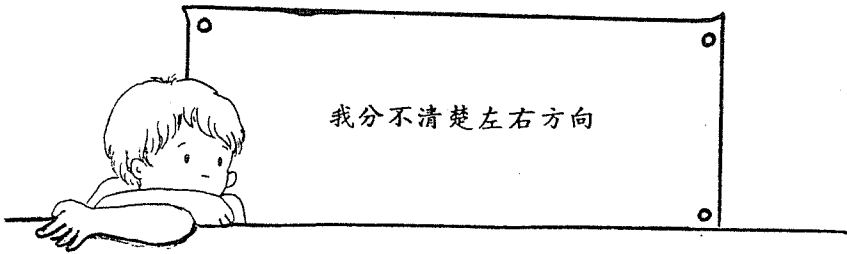
給他（她）一塊較大的黑板，鼓勵他（她）在上面畫圓、多邊形、各種線條、人像或數字、文字等。粉筆的線條較粗、黑板的板面也比簿本大，鼓勵他（她）用整隻手臂更自由地塗寫。最初可畫出範例，讓他（她）描畫或模仿。

活動四

辨認背上的圓形文字

用手指在他（她）的背上寫文字、數字或圓形，要求他（她）在紙上或黑板上寫出。開始時一筆一劃地跟著做動作；熟練後將整個字劃、圓形完成，再讓他（她）憑記憶寫出來。





活動一

分辨左右手的不同

讓他(她)將兩手的輪廓描在紙上，再比較兩手的圖形，幫助他(她)區別左右手的差異。

活動二

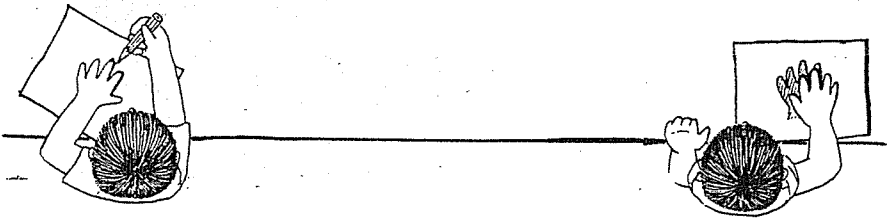
利用記號分辨左右手

買個廉價的戒指或手環給他(她)配戴在寫字的手指或手上。如果有胎記、痣或疤痕等也可以用來辨識左右手。

活動三

聽口令做遊戲

- 讓他(她)使用趕麵桿練習趕麵糰或油泥，有助於他(她)兩手的動作協調，同時可以指示他(她)「趕到右邊、趕到左邊」，練習有關方向的語彙。



我無法安靜地坐下來



活動一

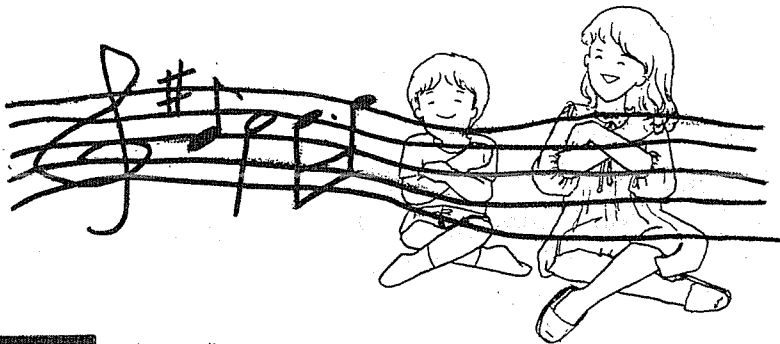
靜坐不動聽故事

讓他（她）靜坐在椅子上（背部繫靠椅背，正坐抬頭，手自然地擺在桌上）聽一篇故事。鼓勵他（她）在故事結束前安靜不動。首先由簡短的故事開始，然後再選用較長的故事。

活動二

固定姿勢聽音樂


教他（她）盤腿、叉手地坐在地板上，放鬆心情，愉快地聆聽音樂。



活動三

提供靜態遊戲

尋找各種可靜坐而玩的遊戲，如拼圖等。並製作一張「靜坐計時表」，讓他（她）可以看到自己進步的情形。



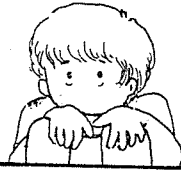
行 爲

到目前為止，我們
談論過聽覺、語言，以
及動作幾方面的問題。
在這些領域中，兒童可
能遭諸多的挫折經驗，
導致另一領域——行為
上的問題。

問題

您如何來處理孩子發脾氣、打架、惡作劇等行為呢？其實方法和面對一般兒童並無二致，只是您要更有耐心，更用些心思。

我總是一再惹禍其實我也想做個
好孩子就是無法控制自己的行為



獎勵重於懲罰

獎勵良好行為。孩子總是朝著被獎勵的方向發展，所以增強良好行為比事後懲罰不良行為更有建設性。但是「獎勵不是賄賂」，以禮物、獎品來換取良好行為並非上策。雖可偶而與兒童協議：在一段時間內有良好表現可以得到玩具，事實上，最好以擁抱、微笑、讚美，「我以你為榮」、「你做得好極了」或者「你今天真是幫了我的忙」使他（她）感到被重視。

不要吝惜任何鼓勵孩子的機會，即使芝麻小事，也要讓他（她）瞭解：那就是他（她）的優點。如果能協助兒童體認自己的長處，那麼您可以少費心機在不良行為的處理上。

活動一

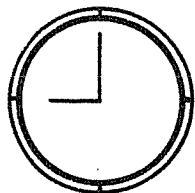
解決困擾問題

注意聆聽他（她）的話，觀察其情緒反應，找出困擾他（她）的問題。花點時間和他（她）共同處理；即使不能解決，也可以提醒孩子用正確、健康的態度去面對問題。

活動二

互換角色

確實讓他（她）瞭解什麼是「良好行為」和「不好的態度」。鼓勵他（她）整理房間、按時做功課、不打架等。有時可讓他（她）扮演不同的角色，例如該就寢時，他（她）扮演父親（母親）你扮演熱衷遊戲的小孩，要求他（她）表演處理的方法。



活動三

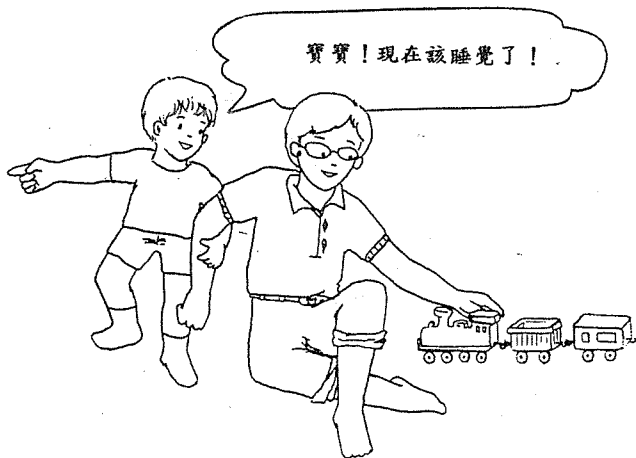
安排獨處的空間

在家中讓他（她）擁有屬於自己的房間，可獨自思考或處理任何事情，並保有個人的東西。

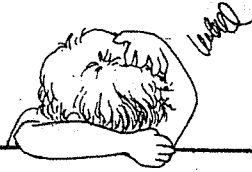
活動四

安排靜態活動

提供各種玩具，或安排若干靜態遊戲，例如可重覆拆組的玩具或故事錄音帶等，鼓勵他（她）安靜地玩。



有時我的脾氣會忽然暴躁起來，打人、撕破書本、亂甩東西……我不知道怎麼會這樣，事後總覺得後悔不已。



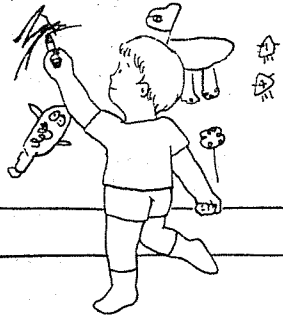
不可增強其不良行為

對於他（她）的不良行為不要表現出緊張和關注，這樣反而會產生獎勵的作用，加強他（她）的印象。

活動一

採取「隔離策略」

- 安排一間隔離室，和他（她）約定假如十五秒內不服從命令，將在隔離室中關五分鐘，回心轉意了才放他（她）出來。
- 如果他（她）打擾你們的談話，不要加以理會；如果他（她）進一步扯你的裙子、在你的面前揮舞，就走開或轉過身子。當他（她）不再無理取鬧，在一旁耐心地等著說話時，立刻給予獎勵。
- 假若他（她）打其他孩子，立刻將挨打的小孩拉開，並予以安慰。如果他（她）的攻擊行為並非太嚴重地傷害他人或損壞物品，可故意地漠視它。



活動二

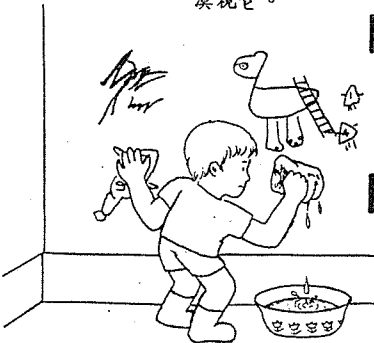
履行生活規條

立下若干生活規條，向他（她）解釋清楚，共同討論違反規定的處理辦法，並且徹底而堅定地加以履行。

活動三

體會不良行為的後果

必須採取懲罰時，儘可能讓他（她）體會該行為的自然後果，例如有他（她）刷洗牆上自己留下塗鴉。處罰的方式可以由他（她）自己提出。



我在學校常常惹麻煩，有時會忘記做作業時間不知不覺地浪費掉了。



活動一

安排作息時間

為他（她）安排一份作息時間表，幫助他（她）計畫起床、寫作業、洗澡等事宜，避免日常生活紊亂，並培養他（她）獨立、負責的習慣。

活動二

聯絡學校教學

經常與學校保持連繫，瞭解他（她）在學校中的動態，才能使兩方面的教育密切配合，更具成效。



時間表

6:30	起床
7:00	早飯
7:15	上學
晚6:00	晚飯
7:00	做功課