

看懂家長需求，省力溝通

- 兼談家訪應注意事項 -

文華高中



陳鴻彬

諮商心理師/資深輔導教師

關於我

資深輔導老師 / 少年輔導委員會督導 / 張老師中心督導 / 諮商心理師

著有《鋼索上家庭：以愛，療癒父母帶來的傷》

親子天下 / 遠見（健康遠見） / 媽媽經 / 女人迷 專欄作家

婚禮紀錄攝影師，拍攝婚禮逾百場

每天一睜開眼睛，就是跟2500個大男生一起工作。



面對父母，
為什麼靠近一點就傷痕累累；
疏遠一點卻又歉疚糾結？

給30、40、50歲，
心底仍承受著父母傷痛的我們。

鋼索上的家庭——以愛，療癒父母帶來的傷



陳鴻彬
諮商心理師

哪些家庭是《鋼索上的家庭》

高危險群？



請假/ 蹺課
直昇機父母
爆走父母
手機
自我保護
溝通技巧
衝突



讀懂家長的心的第一步

《洞悉家長行為背後的心理需求》

行為，都是有功能的。

**尤其是反覆出現的行為，勢必
滿足了某種重要的心理需求。**

《從一張保單開始談起》



《熱門提問》

和家長談話的話術。

例如：和不可理喻的家長要如何講話**比較安全**？



《熱門提問：想放棄的心情》

熱門提問：

很多家長會問我：老師，我的孩子像刺蝟一樣，我不管做什麼，感覺怎麼做、怎麼錯，而且都會被他打槍、被推得遠遠的。

我好想放棄了…怎麼辦？



《想放棄的心情》

那天，一個孩子的爸爸來電告訴我：

「老師，我承認我過去只關心成績、太少關心孩子，不過這陣子以來，我真的已經很努力地在改變了！但為什麼我試了一次、兩次、三次...很多次之後，關係好像還是沒改善，孩子還是不願意相信我、諒解我？」

聽完後，我很平靜地回應這位無助的父親：

「爸爸，我真的知道您很無助，也感受到了，我猜那過程應該很煎熬、覺得不被理解。那種感覺我也很熟悉，因為大概半年多以前，你的孩子曾對我說：『老師，我承認我過去很沈迷線上遊戲、太少放心思在課業上，不過這陣子以來，我真的已經很努力地在唸書了！但為什麼我試了一次、兩次、三次...很多次之後，成績好像還是沒起色，爸爸還是不願意相信我、諒解我？』」

接著，電話沉默了彷彿有半世紀之久，我終於聽到電話的那頭傳來一聲嘆息後，緩緩地說：「老師，謝謝你，我明白了。」

想放棄的心情，其實只需要多一些些理解與相信，就可以再多撐好久、好久、好久。無論你是父親、母親，還是孩子，都是。



用「自戀」愛孩子



用「自戀」愛孩子的兩種型態

□厚皮型自戀

□薄皮型自戀



看見失控父母背後的心理需求；
看進父母在婚姻與家庭裡的傷。



《資優生的青春輓歌》



《103學年度的學籍新規定》



《熱門提問》

學生一直因故請假、遲到，家長不在乎
(或無能為力)，該怎麼辦？



《父母對孩子的影響》



《關於父母「角色功能」》

父母可以給孩子、最難以被替代的，是「關係」；而非可輕易被GOOGLE或維基百科取代的「知識」。

但我們卻常過度在意知識、成績，而失去了關係。

有一天，等到孩子遠了、走了、不再回頭，才驚覺：管他醫師、律師、教授、頭銜多大，孩子要的，就是一個單純而真實的「父親/母親」。

無論你多專業、多有能耐，唯有「關係」還在，你才有機會影響你的孩子。



《家訪應注意事項》



《比課業更重要的事：獨立》



《關於「依賴與獨立」》

師生關係，不長不短，孩子最多依賴我們三年。終會離開。

親子關係，沒有長短，依賴的有效期是一輩子。無法登報作廢。

如果您願意放手，三年，我們可以陪您的孩子長出不少獨立的能力。

但若依舊緊抓不放，孩子離開學校以後，親子間的糾結與依賴，將是一輩子。

請珍惜還有輔導老師 / 導師願意陪伴您的孩子培養獨立能力的時光。



要培養孩子獨立：

善用「自然結果法」

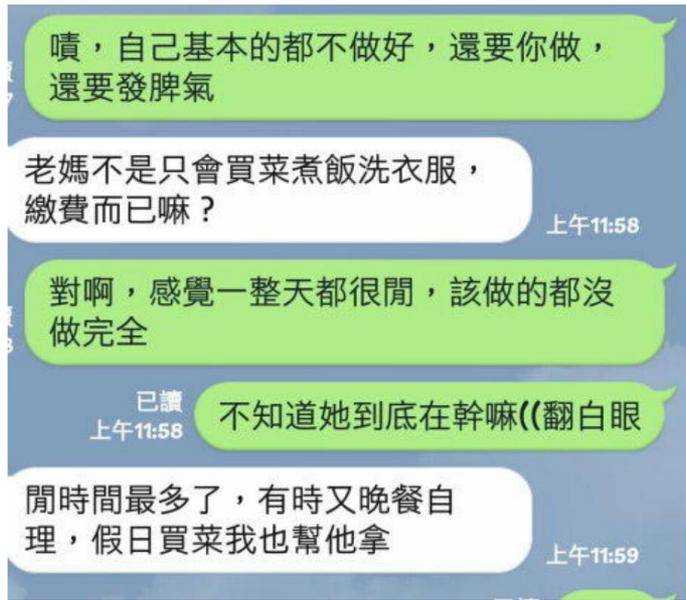


不懂感恩！女兒PO文怨母遭大批 網友轟：太誇張

NOWnews

21小時前

字字



《「三高」父母特性》



高控制、高關懷、高否定



「高否定」的家長，

只會看見遍體鱗傷的孩子。



「不服從」世代的教養學

- 根據「親子天下」請問教養專家平台上的發問統計，家長最感困擾的主題，排行前三名分別是散漫/不經心、不禮貌/不打招呼，以及頂嘴/不聽話，家長普遍的擔憂在於：孩子對所有事物都無所謂、遇到問題只會逃避責任、老是愛頂嘴又管不動等等。
- 現代家長勤於看教養書、上網查資料和請教專家，回到家庭面對孩子卻依然沒轍，問題到底出在哪裡？「不服從世代」又有哪些特質？



男女教養大不同：推薦書單

感謝聆聽，歡迎指教



《親子天下》專欄



《諮商椅上的教養》

