

海端加油站

第二百〇四期

發行人：吳宏龍校長發行：台東縣立海端國中輔導室
總編輯：黃美玲主任地址：台東縣海端鄉海端村山界1號
編輯群：鄭新和主任電話：089-931390
邱俊龍主任創刊日期：101年11月30日
郭黛瑩老師發刊日期：112年10月24日

活動點滴

《112.10.17 創業社團交流》



大手牽小手—進化新子職，打造心關係

透過親子對話共構子職，體驗家人心關係

根據教育部國語辭典釋義內容：「子職」是指子女對家長所應盡的職責。在每個家庭發展階段中，子女被期待著肩負不同質量的子職內涵，透過子職實踐歷程，與家人互動成長，建構正向家人心關係。相關研究曾指出：子職知覺的高低是青少年初期孩子能否與家長建立良好親子關係的關鍵因素，子職知覺越高者，其子職行為的表現也越正向，子職行為表現有所提升之同時，親子關係的發展也將更上一層樓（吳順發，2010）。在此基礎下，如能從小透過親子共同對話，建構彼此認同的子

職內涵並於家庭生活中加以實踐，將有助於家人正向互動關係之發展。

未來在親子對話的切入點上，可先從親子互動過程所關注的發展議題出發，參考以下四個面向內涵做討論，同時對應家庭發展現況做微調，以建構最適合家庭發展需求的子職內涵，內容如下（吳順發，2010）：

（一）陪伴體恤與溝通分享：家長生病時能陪伴及照顧、幫忙家長分擔家務工作、站在家長立場為他們著想、體恤家長對自己教導的用心、主動與家長溝通自己的想法及感受、分享生活點滴及學習新知等。

（二）情感支持：悅親心、滿足家長的情感需求、隨時關心家長的心情感受、感謝家長、讚美家長、給予家長正向情感回應等。

（三）獨立自制：養成良好習慣、保持端正品德、行為表現合宜有禮、克制自己的衝動情緒、愛護自己的身體、注意自身安全、學習與人和諧相處、友愛兄弟姊妹、謀求自我充分發展、照顧自己不讓家長擔心等。

（四）傳訊安心：出辭入告、使家長無憂、告知家長自己外出的行蹤及活動內容、讓家長了解自己的交友狀況、讓家長了解自己的情況、與家長保持聯繫使其安心等。

子職實踐—從生命發想，從生活做起

透過親子對話共構子職內涵，能提升孩子對實踐相關內涵的認同感，同時建立家長對孩子行為表現的適切期待，引導彼此在家庭生活中，學習如何適切履行自己的角色職責，進一步預備未來扮演好各項角色的素養。

學齡階段是孩子獲取學習能力及成就感的關鍵時期，就筆者過往的相關研究與方案實作經驗，家長應可善用此時機，加以引導孩子進行子職學習與實踐，而綜合其具體作法，筆者提出可以「TEAM」這個英語單字做拆解討論，以家庭團隊概念出發，從生命發想，從生活做起，其解釋如下：

Time（掌握時間）：有關子職實踐之引導，可

以一天的時間序或相關節慶切入思考引導，讓子職的實踐結合生活運轉，更貼近於日常，如：與孩子談談從上學前到放學回家後之生活自理與家務協助，或藉由過年等節慶引導孩子說出對家人的感謝等，把時間概念導入引導子職實踐，將能更貼近生活的想像。

Embrace (擁抱機會)：擁抱每一個難得的生活或生命經驗，透過機會教育引發深刻的子職學習經驗，可讓相關的學習實踐更加有感，如：當家中長者生病住院時，家長能適切與孩子討論當前家庭發展現況，引導其表達對家人的關心與照料並主動照顧好自己的生活，類似生命經驗之體驗與對話，將成為孩子學習子職的最佳養分。

Anticipation (實踐期待)：家長是孩子成長的最佳學習楷模，家庭生活中與上一代互動的樣貌，是孩子們學習的最佳範本，也是實踐我們對孩子期待的最適舉措，如：週末早起之時，為人家長者可帶孩子主動聯繫關心祖父母輩是否已吃過早餐，約定共餐時間並協助備妥後，便可來場三代同堂的甜美早餐饗宴。

Memory (共創回憶)：為每次孩子正向的子職實踐留下印記，鼓勵並強化其行為表現，除能共創家人美好回憶外，同時也逐步在建構世代相傳的家庭核心價值，如：運用臉書記錄孩子反哺新知識予祖父母的片刻，寫下孩子的心得感想與祖父母的回饋語言，可深化祖孫間的情感交流，為家人關係做存款。

結語—大手牽小手，家庭幸福樂

共創家庭責任共享的新時代來了，子職是孩子在家發展歷程中，第一個角色學習機會，透過大手牽小手的模式，適切引導其從子職學習與實踐做起，相信將有助於延展其未來在親職等角色上之賦予與實踐，讓家庭幸福樂的圖像世代永流傳。【撰文】吳順發校長

親子溝通是家長與孩子之間表達意見與傳遞感情的過程，我們經常用「代溝」來表示和孩子溝通不良的情形，親子間真的存有過不去的鴻溝嗎？

我們來檢視一下，與孩子溝通的狀況是如何呢？

1. 跟孩子說沒幾句話，就覺得說不下去。
2. 要做的事情很多，沒有太多時間跟孩子慢慢溝通。
3. 只有在和孩子起衝突時，我們才需要花時間溝通
4. 我清楚知道孩子的想法，不用經常與孩子溝通。
5. 孩子懂我的想法，所以我們不需要花時間溝通。
6. 我不認為需要改變說話的方式，來增進我跟孩子的關係。

當以上的狀況發生，我們可能需要學習如何與孩子溝通。

★沒有學不來的溝通，只怕不想學

想要跟孩子有良好的溝通，我可以怎麼做？

1. 同理對方的立場思考，是有效溝通的關鍵原則，孩子與家長都必須瞭解彼此的意思，才可能成功傳達或分享彼此的想法。
2. 找出孩子比較習慣的溝通方式，並學習透過這些方式和孩子建立順暢的溝通行為。
3. 平日建立跟孩子的溝通習慣，從小事情的方想做起，建立情感交流的基礎，熟習彼此的溝通方式。
4. 主動關心孩子的生活點滴，讓孩子感受到家長的關愛，進而增加孩子對家長的信任，並有利於溝通。
5. 溝通的方式非常多樣，盡可能的學習適合彼此的溝通方法，多多練習，幫助自己與孩子的溝通更有效。
6. 請家長試著接受孩子以沉默的方式來表達，有時候需要一些時間，才能說出心裡的話。

★溝通不是說服，重要的是表達自己對於家人的關心與愛。

該如何與孩子溝通？