

精實文教通訊

114 年 8 月份學習日

日	一	二	三	四	五	六
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

輔導室 布告欄

家長的態度決定孩子的高度！

孩子會邁向哪一條路，取決於伴他成長的是否定式提問，還是肯定式提問

否定式提問與肯定式提問

A 你那麼笨到底是哪裡有問題啊？

B 你哥哥每次都拿第一，你什麼時候才能考個第一名？

C 這次的分數比上次低了一些。你覺得該如何有效地提高成績呢？

A 類型問題，會讓孩子從此相信自己頭腦不好，甚至認為自己無藥可救，陷入挫折情緒。

B 類型問題，會讓孩子對哥哥產生厭惡情緒，因為家長的比較營造出負面氛圍，離間了手足關係。這種透過比較打壓的否定式提問，將導致孩子在人際關係上受挫。

C 類型問題，能向孩子傳遞肯定、正面的能量。這樣的肯定式提問如同在告訴孩子：「你可以的！」能將問題轉化為積極的能量。

「提問控制思維，而思維成就命運。」人是感性的動物，因此聽到否定的言語，會做出否定的回應；聽見肯定的言語時，會給予肯定的回饋。這就是「禮尚往來」的道理。

負面評價的初衷，多是希望具體地告訴對方哪裡需要改進。然而，負面評價無法帶來成長，反倒讓人變得畏縮。負面評價對對方而言更像打壓，而非鼓舞。肯定的力量能帶來驚人效果，「一定可以的！」「再嘗試看看一定沒問題！」「沒關係，重新來過就好。」這般正向肯定的態度將為對方注入正能量，讓他能夠再次展翅翱翔。

負面消極的人，只要面臨不如預期的結果就會被負面情緒籠罩；正向積極的人能像歷經多次失敗才迎來成功的愛迪生一樣，思考如何以失敗的經驗為基礎，邁向成功。

孩子在國小階段接收的正面刺激及經驗，會對他的大腦帶來正面影響。因此，我們的教育該聚焦在如何培養孩子的正面心態，讓他為自己經歷過的事感到驕傲並充滿動力。這樣的正面心態，將成為支撐他走過人生風雨的寶貴資產。

<摘自未來 Family>