

電影裡的親職課

~家庭性教育的啟示與落實

丁介陶·說故事的人
四號阿丁(卡通名)

第1563場

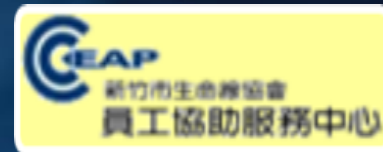
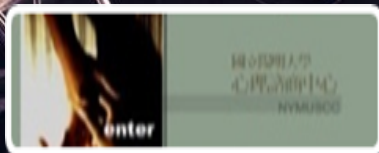


丁介陶的尋幽探險話心靈



■ 工作經歷與角色

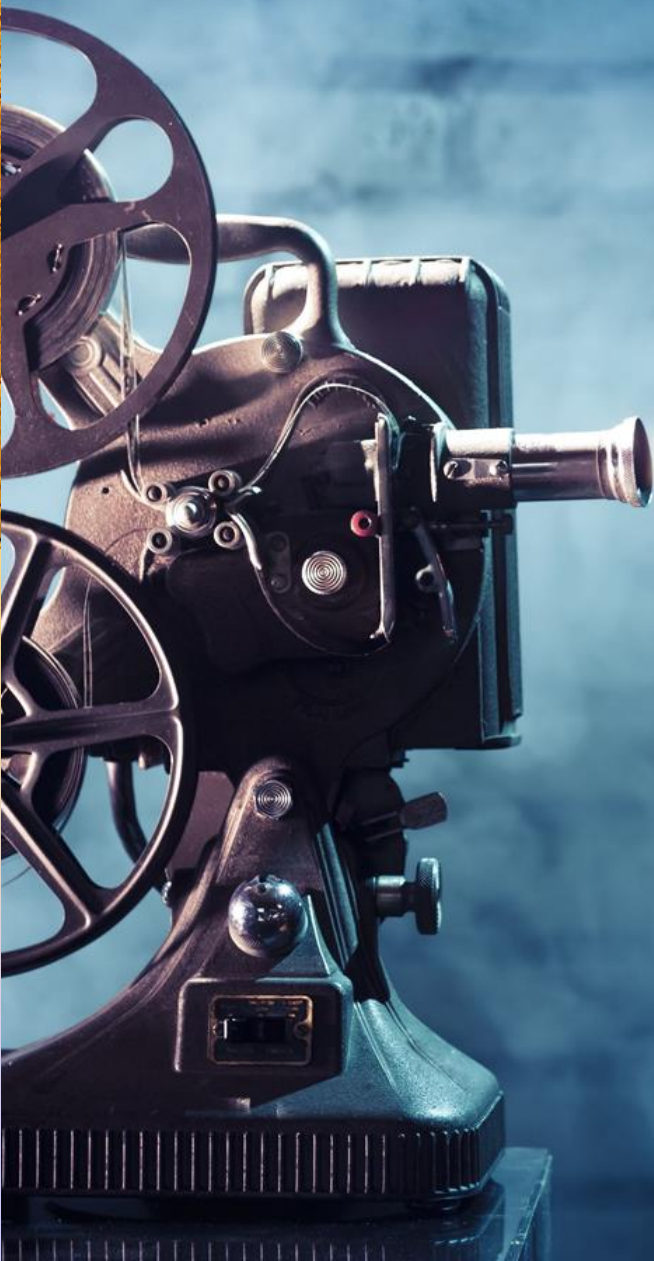
講師、顧問、作家、輔導老師



電影達人/影劇達人



■ 一個美麗的緣起-高中往事



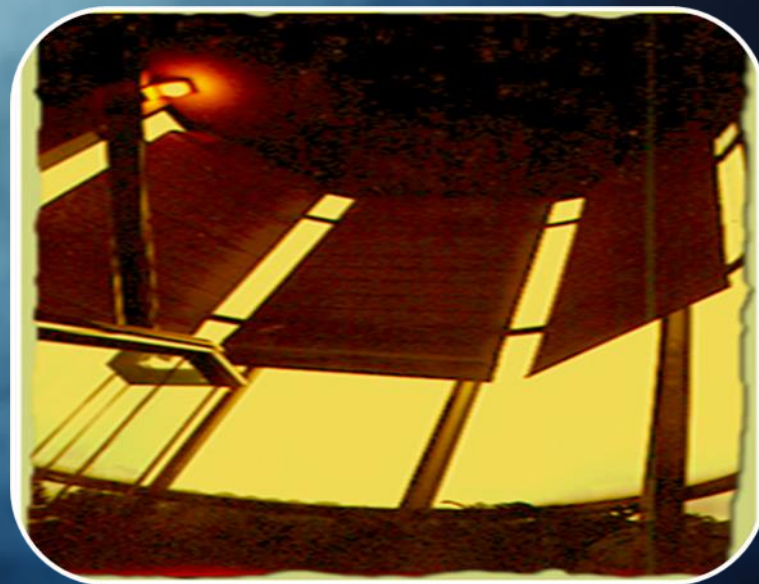
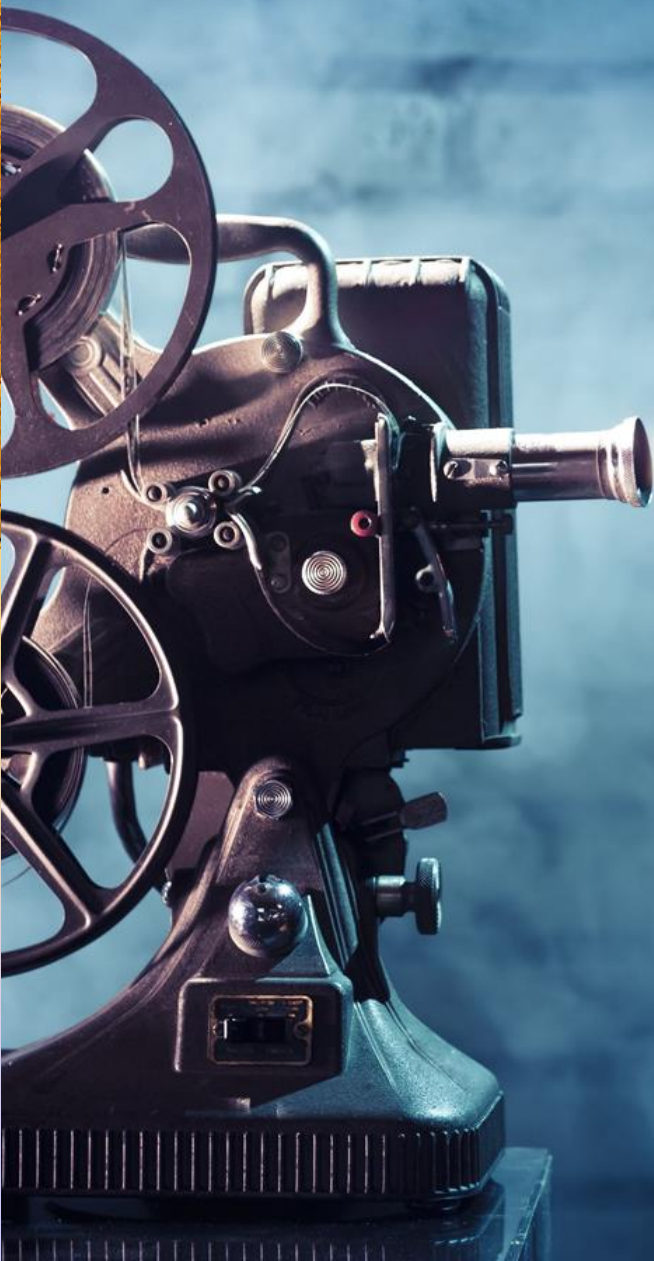
國
文
專
任

廖瑞君

老師



■陽明大學的山腰-電影賞析



部落格達人票選-電影達人



► 我的演講風格

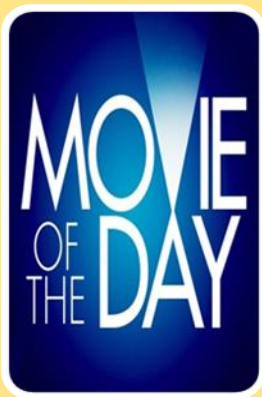


➡ 解析電影與概念

➡ 融入體驗式活動

➡ 藉測驗自我檢視

主旨與內容



【主旨】

- 透過電影視野認識親職，掌握家庭性教育實施時機，構築親子心關係。



【內容】

- 1.瞭解親子關係的重要性
- 2.探索親子會卡關的原因
- 3.建構親子溝通對話技巧

家庭性教育的啟示與落實

性到底是什麼？

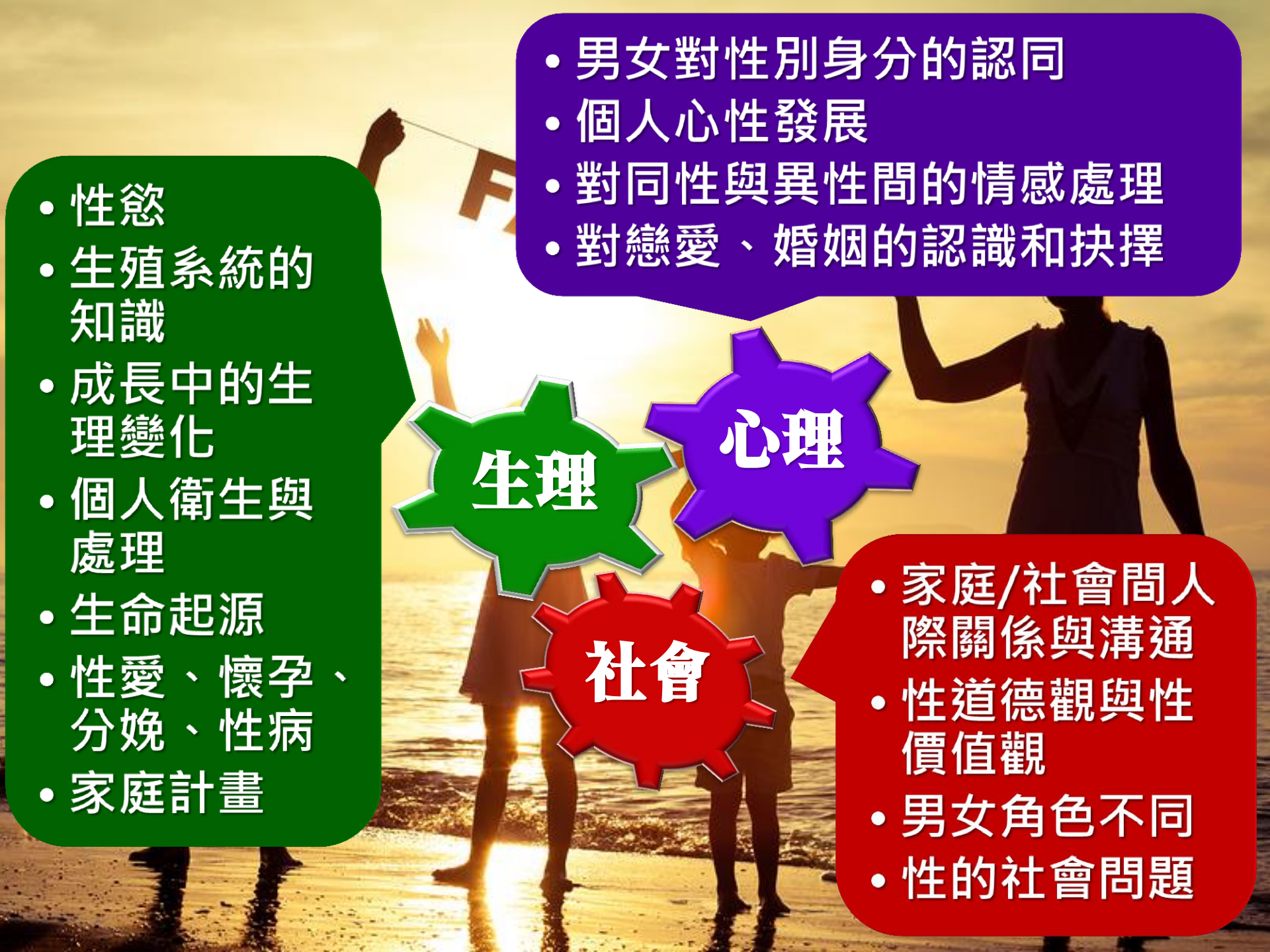


心 性 身

生活教育/愛的教育/
關係教育

土+山

社會面

- 
- 性慾
 - 生殖系統的知識
 - 成長中的生理變化
 - 個人衛生與處理
 - 生命起源
 - 性愛、懷孕、分娩、性病
 - 家庭計畫

- 男女對性別身分的認同
- 個人心性發展
- 對同性與異性間的情感處理
- 對戀愛、婚姻的認識和抉擇

生理

心理

社會

- 家庭/社會間人際關係與溝通
- 性道德觀與性價值觀
- 男女角色不同
- 性的社會問題

電影裡的親職課

(1) 太極父與子



太極2-英雄崛起
(2012)



陳栽秧vs.陳長興

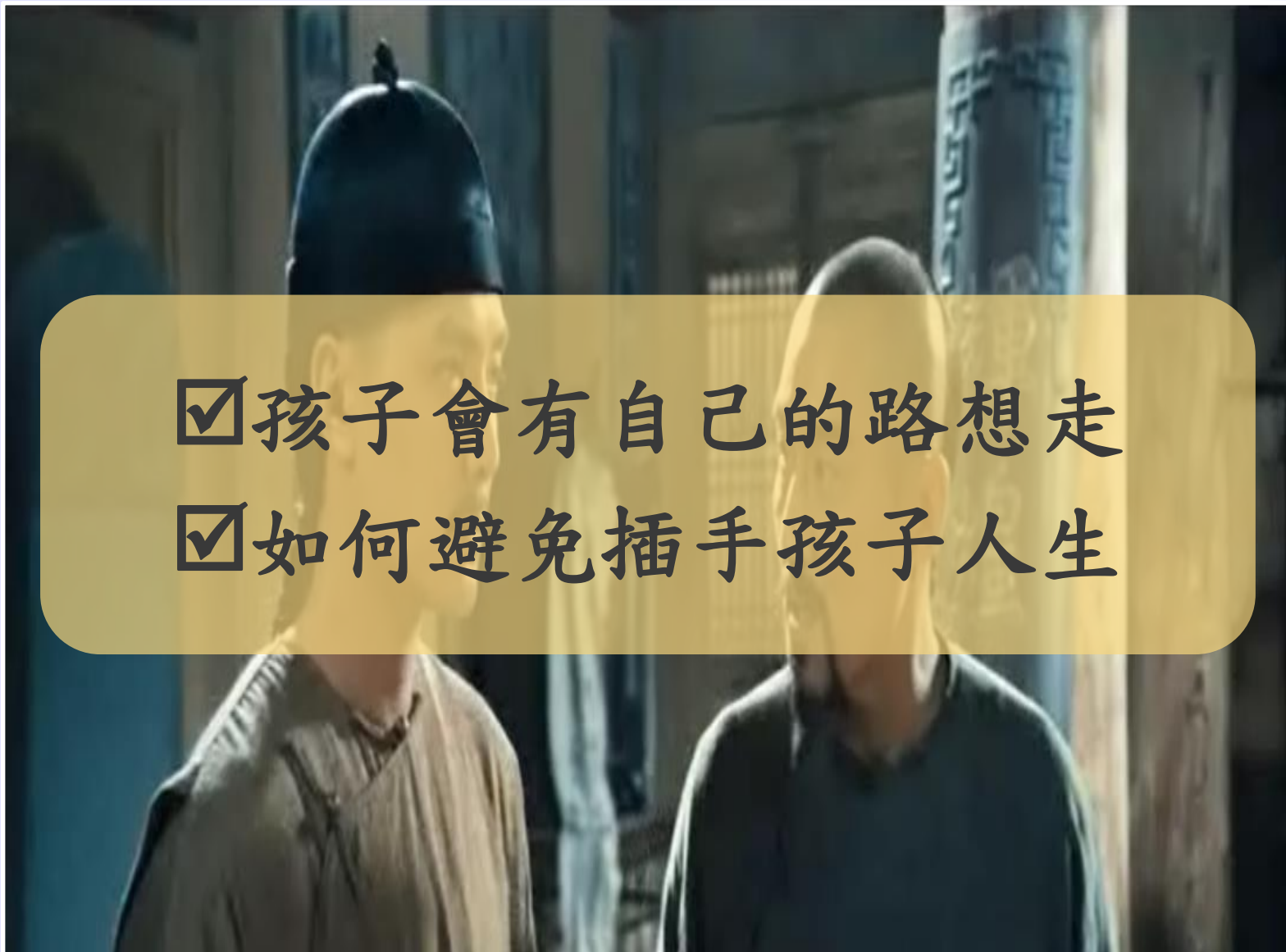
► 陳栽秧的夢想



➤ 隱含的議題



☑孩子會有自己的路想走
☑如何避免插手孩子人生



(2) 泰瑞斯·瑞爾



瑞爾是如此描述自己的父親艾格(Edgar)：「父親大部分的姿勢與表達，就像他的身體，很誇張、粗曠，也像他在車庫雕塑的泥人----抽象、四肢粗大但造型模糊，也像他倏忽來去的暴風脾氣，沒有特別的意圖或想法，是來去自如的野熊、夜行性動物。」 ~ 《男人其實很憂鬱》(頁9)



「還是小男孩時，我的個性吸收了黑暗與殘破的虛無，這些東西糾纏我近三十年。當別人的父親教育自己的兒子時，我父親----透過他的眼神、說話語氣和身體接觸的方式----把自己不知道的憂鬱傳染給我，當然，祖父也是這樣傳染給父親的；這是一條父子世代傳承的痛苦鎖鏈，一筆有毒的遺產。」~《男人其實很憂鬱》(頁15)

父親臨終前的祝福

「願你還有你哥哥，在每一方面發揮最大的潛能。我對你的祝福是：希望你的過去，你家庭的過去，不再讓你向下沉淪。如果還有任何事情拖累你，我祝福你能趕快解放。你聽到嗎？我祝福你解放，我要你很自由、很快樂、很強壯。這就是我對你的祝福，孩子。」~《男人其實很憂鬱》(頁292)



►同理心的線路



你的感覺，我懂
/同理心的力量



作者：亞瑟·喬
拉米卡利

► 同理心的線路(續)



「…構成『同理心』的腦部神經線路，會因童年早期與懂得關愛的、體貼的人相處而獲得強化，保護我們不受情緒上的劇烈起伏所影響。」
(頁51)

►同理心的線路(續)



「相反地，與**生氣、暴力、冷漠的照顧者**長期相處的結果，可能會讓傳送與接收同理心的神經線路『**短路**』。…沒有什麼誘因能激勵我們再努力嘗試下去了，於是決定讓自己『**關機**』，讓情緒停止轉動。」(頁51)

(3) 《我的富爸爸》



我的富爸爸
(2013)



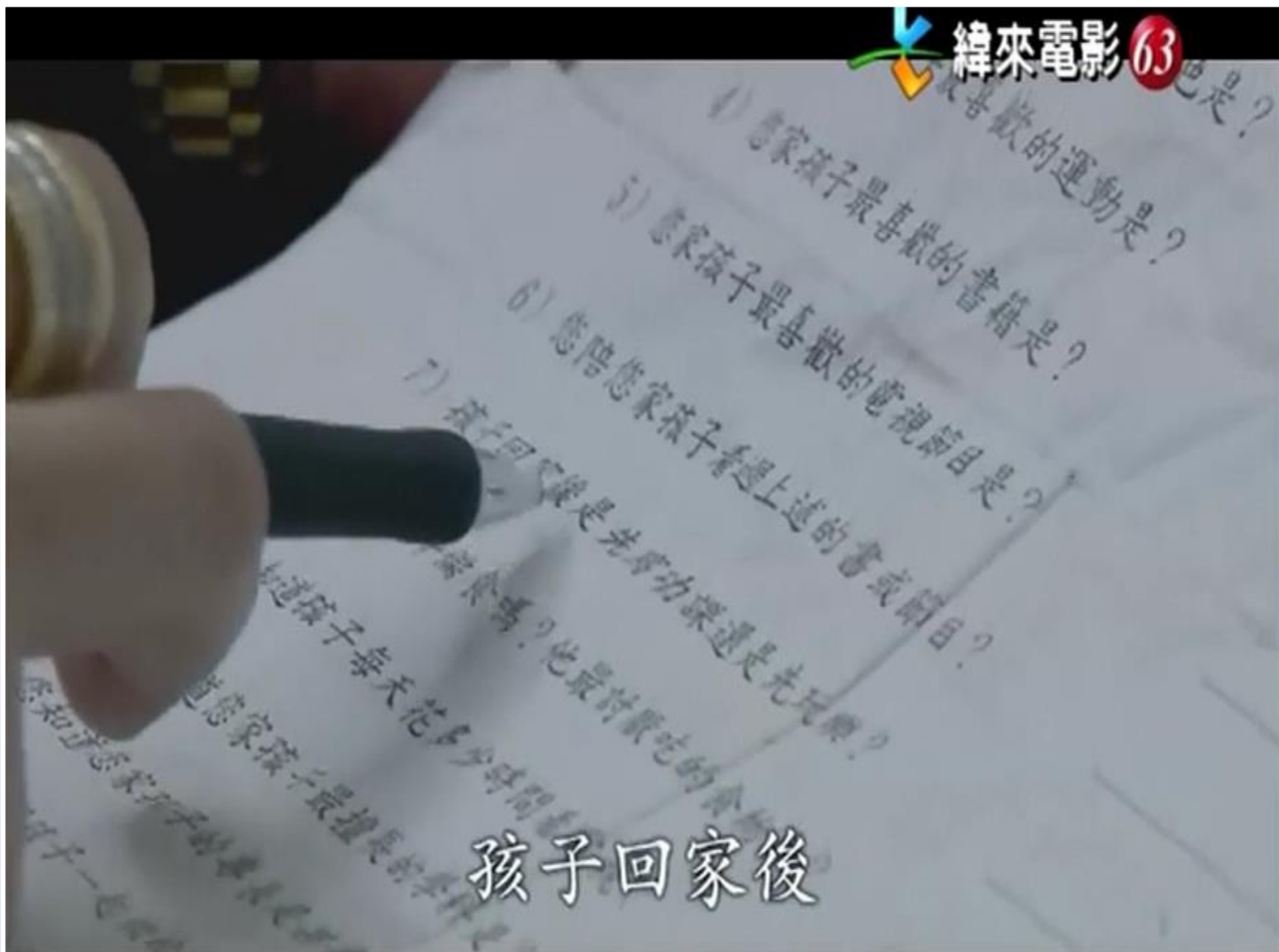
馮泰吉 vs. 馮世傑

(3) 《我的富爸爸》-續



資料來源：引自電影《我的富爸爸》(2013，網路截圖)

▶ 給爸媽的考卷(續)



海賊王裡主要人物



海賊王人物



魯夫-船長



索隆-劍士



騙人布-
狙擊王

海賊王人物(續)



喬巴-醫生



香吉士-廚師



娜美-航海士

► 海賊王人物(續)



妮可-考古
學家



弗朗基-船匠



布魯克-
音樂家

你孩子喜歡的是什麼



附錄一

題 目	答 案
1. 你家孩子最喜歡吃的東西是什麼？	
2. 你家孩子最喜歡的顏色是什麼？	
3. 你家孩子最喜歡的運動是什麼？	
4. 你家孩子最喜歡的書籍是什麼？	
5. 你家孩子最喜歡的電視節目是什麼？	
6. 你陪你家孩子看過上述的書或節目嗎？	
7. 孩子回家是先做功課還是玩樂？	
8. 孩子偏食嗎？他最討厭吃的食物是什麼？	
9. 你知道孩子花多少時間看電視節目？	
10. 你知道孩子最擅長的學科是什麼？	
11. 你知道孩子的專長是什麼？	
12. 你知道孩子的休閒嗜好是什麼？請詳述。	

資料來源：引自電影《我的富爸爸》。

你家孩子喜歡的是什麼(續)

題 目	答 案
1.你家孩子最喜歡吃的東西是什麼？	麵食/豆腐肉
2.你家孩子最喜歡的顏色是什麼？	粉紅色
3.你家孩子最喜歡的運動是什麼？	直排輪
4.你家孩子最喜歡的書籍是什麼？	推理小說

附錄一

➤你家孩子喜歡的是什麼(續)

題 目	答 案
5.你家孩子最喜歡的電視節目是什麼？	Running Man
6.你陪你家孩子看過上述的書或節目嗎？	有/沒有
7.孩子回家是先做功課還是玩樂？	先點心-功課-玩樂
8.孩子偏食嗎？他最討厭吃的食物是什麼？	不愛茄子/苦瓜...

附錄一

你孩子喜歡的是什麼(續)

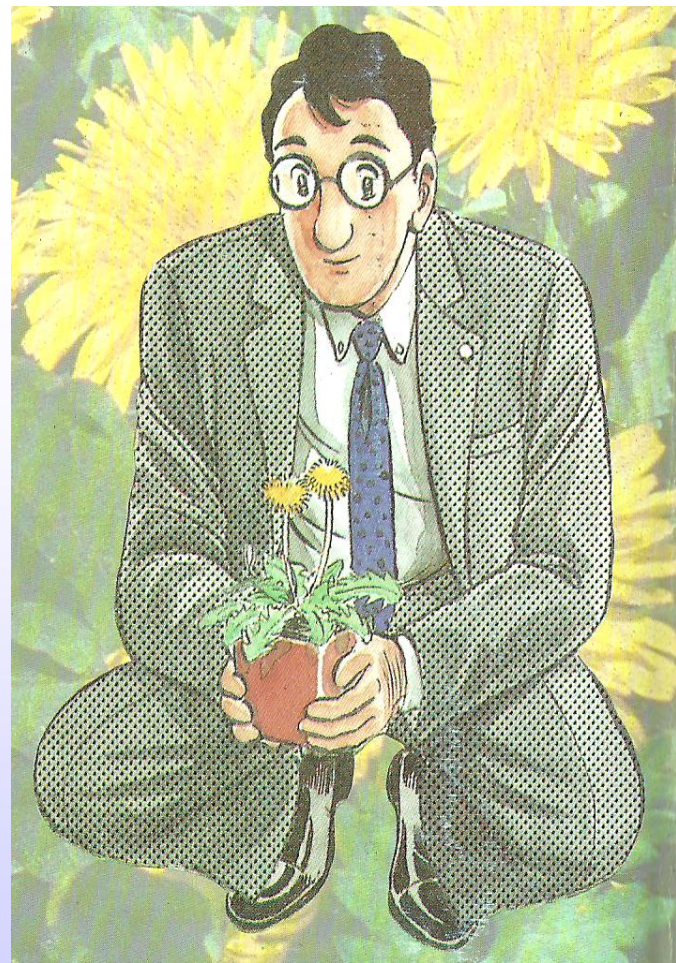
題 目	答 案
9.你知道孩子花多少時間看電視節目？	2小時
10.你知道孩子最擅長的學科是什麼？	國文/英文/數學
11.你知道孩子的專長是什麼？	跳舞
12.你知道孩子的休閒嗜好是什麼？請詳述	看韓流

附錄一

► 漫畫《家裁之人》



家裁之人



判事(法官)-
桑田義雄

▶ 判事(法官)桑田義雄的觀察



「小孩子每天都在改變……只要了解它(他/她/小孩)，它(他/她/小孩)便會成長」(頁15)。

(4) 四一新運動

家扶親子調查 97%孩子期待父母陪伴

【聯合報／記者湯雅雯／台北報導】

2010.11.18 03:26 am

後天是世界兒童人權日，家扶基金會昨公布親子「優質陪伴」調查，發現高達九成七的孩子期待父母的陪伴，兩成兒童近期沒有受到父母鼓勵，甚至有一成表示從來沒被爸媽讚美過，家扶呼籲家長關閉手機、電腦，不要讓孩子寂寞長大。

家扶基金會副執行長何素秋表示，很多家長忙於工作，常說沒時間陪小孩，讓電視成為小朋友最好的朋友，甚至有孩子只認識電視中的爸爸、媽媽。



家扶基金會昨公布親子「優質陪伴調查」，發現高達九成七的孩子期待父母的陪伴，兩成兒童近期沒有受到父母鼓勵…

調查顯示，兒少希望與父母一起做的事前三名：休閒活動、聊天和吃飯。此份問卷針對大台北地區十五所中小學抽樣問卷調查，總計回收一六九八份問卷。

【2010/11/18 聯合報】@ <http://udn.com/>



(4) 四一新運動(續)



資料來源／家扶基金會

聯合報

資料來源：99/11/18《聯合新聞網》「家扶親子調查 97%孩子期待父母陪伴」

新聞大事件



➤ 鼓勵VS.讚美-孰優孰劣



➡ 鼓勵(阿德勒式教養法)：看內在、以孩子為中心、避免價值判斷/比較、增強動機。

➡ 讚美：看外在、以父母為中心、強化價值判斷/比較、增強功利主義。

➤ 鼓勵VS.讚美-二合一



➡ 鼓勵/讚美：你這次的表現
真的很令人刮目相看，想必
付出很多努力與心血。

➡ 具體、明確，不虛幻，偶而
說個：「你很棒！」無傷大
雅。

當親子關係生變



(1)過往的教養經驗

<教養SOS> 經驗投射 管教出問題

我常在深夜接到年輕人無助的「求救電話」，可見青少年有敢向家人吐露的，由此也可以顯現，在青少年心理問題的診療中，治療真的具相當困難的，因為大部分的父母或許一來是害怕受到指責，他們覺得自己已經照顧得很好，但孩子卻不聽話，他們會認為孩子給醫生醫。



「青少年的管教問題，都是源自父母本身過去經驗的投射…父母過去的成長經驗，是很可能成為他們日後經營家庭的哲學…」 ~**精神科醫師 王浩威**

總之，父母過去的成長經驗，是很可能成為他們日後經營家庭的哲學，所以我們很希望父母能夠了解，透過家族治療，對患者的父母做進一步的追蹤，其實才能真正找到病因，從而建立良好的親子關係。



(2) 生命魚骨圖啟示

※繪製說明：



搬家
(從台中到台北)

念中原心理系，償宿願

1996年留學澳洲墨爾本

結識現在的老婆修正果

開始自由業生活，一直迄今

小四暗戀未果而遭罰站

失戀後，情緒嚴重低落

※國中背後靈
※高三書信情

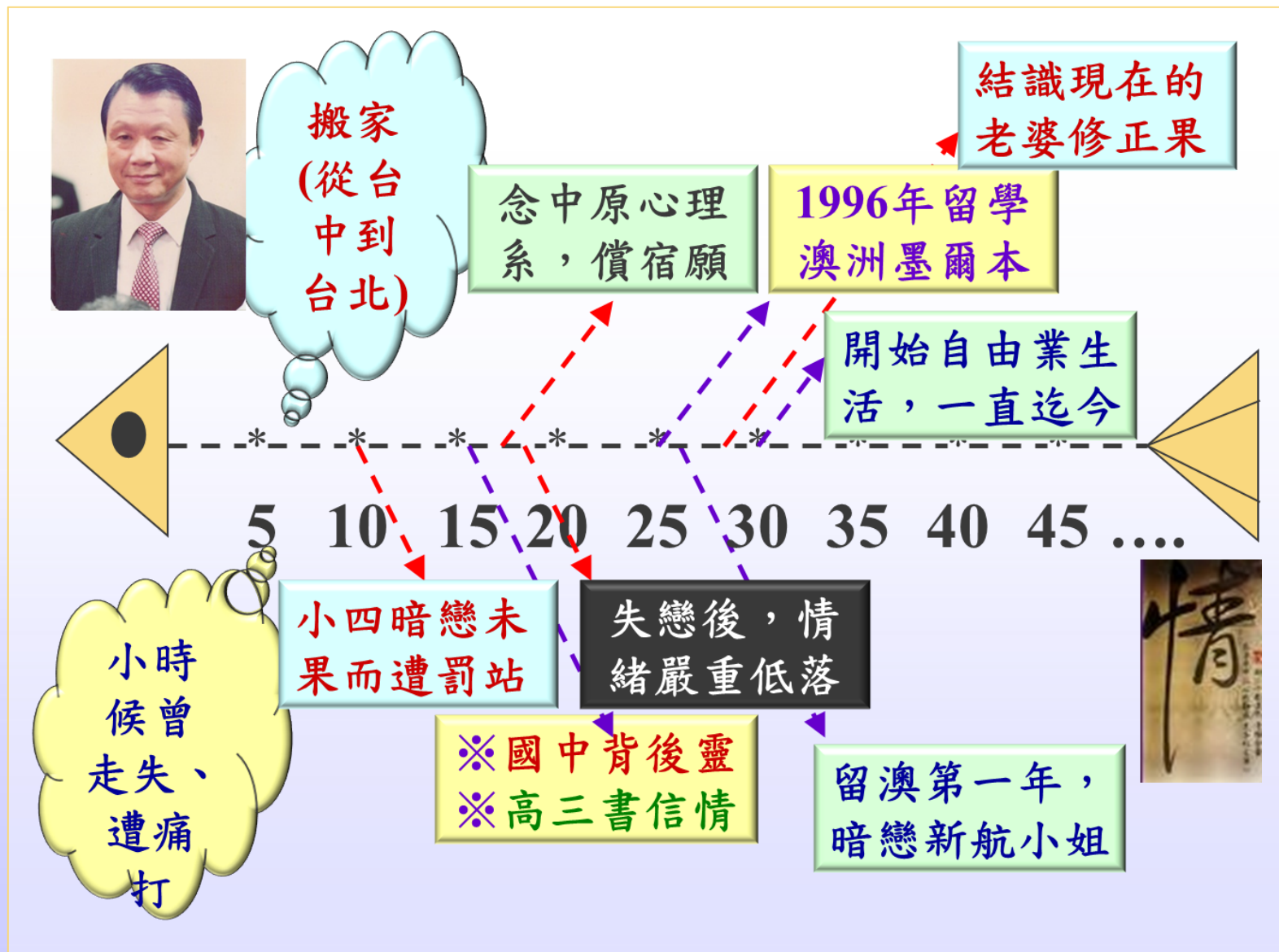
留澳第一年，暗戀新航小姐

小時候曾走失、遭痛打



附錄二

(2) 生命魚骨圖啟示(續)



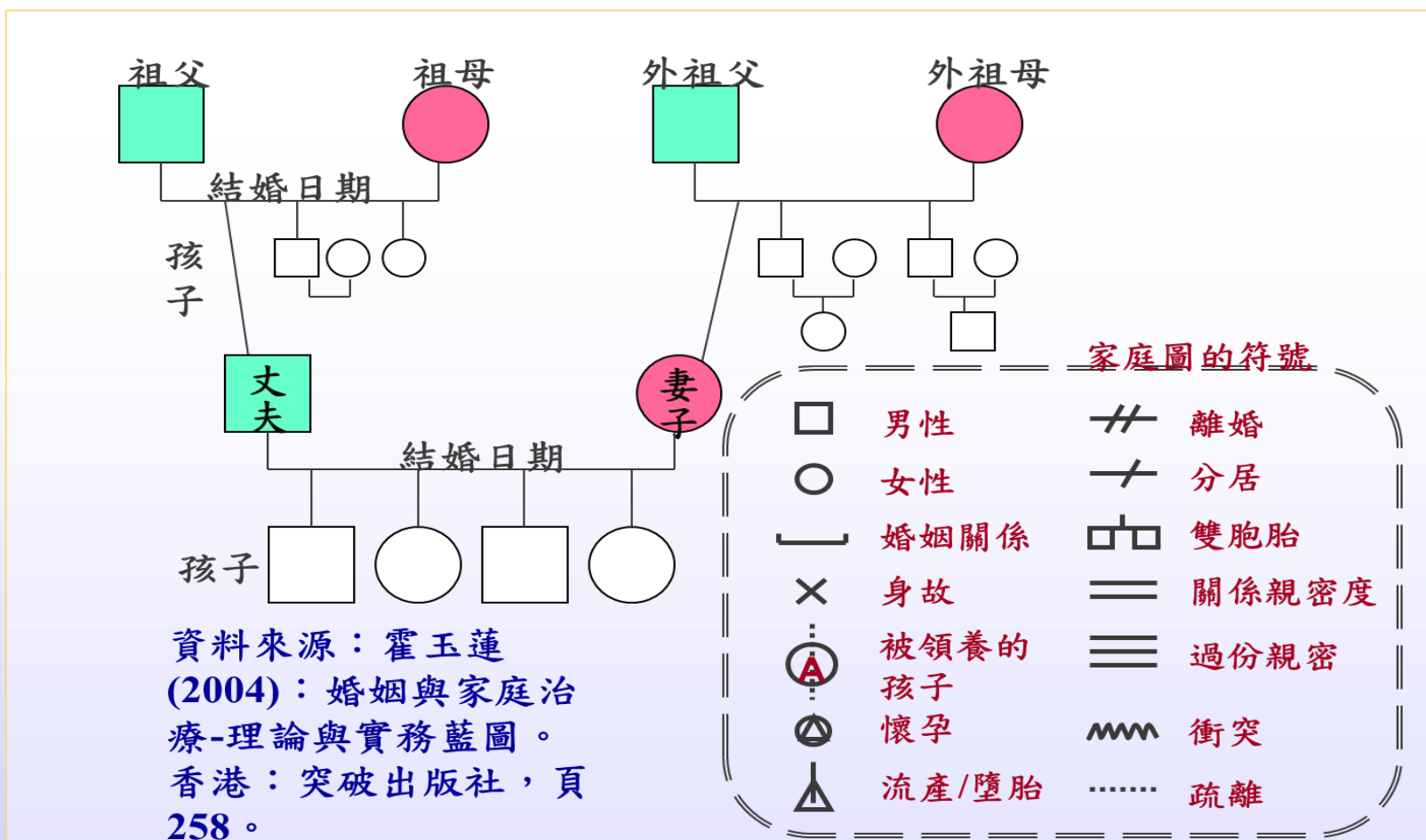
附錄二

(2) 生命魚骨圖啟示(續)



附錄二

(3)原生家庭的影響



原生家庭圖

告白



善良10/29崩壞

告白

血債血償的復仇告白 引爆37位中學生顫慄大逃殺

松隆子 岡田將生 木村佳乃 導演・編劇：中島哲也 / 原著：渡佳苗「告白」 / 主題曲：Radiohead「Last Flowers」

松隆子、岡田將生、木村佳乃、中島哲也、渡佳苗、Radiohead、告白、血債血償的復仇告白、引爆37位中學生顫慄大逃殺、松隆子、岡田將生、木村佳乃、導演・編劇：中島哲也、原著：渡佳苗「告白」、主題曲：Radiohead「Last Flowers」

告白(2010)



森口悠子
(松隆子飾)

➤ 《告白》- 角色



森口愛美
(蘆田愛菜)



少年A

渡邊修哉
(西井幸人)



少年B

下村植樹
(藤原薰)

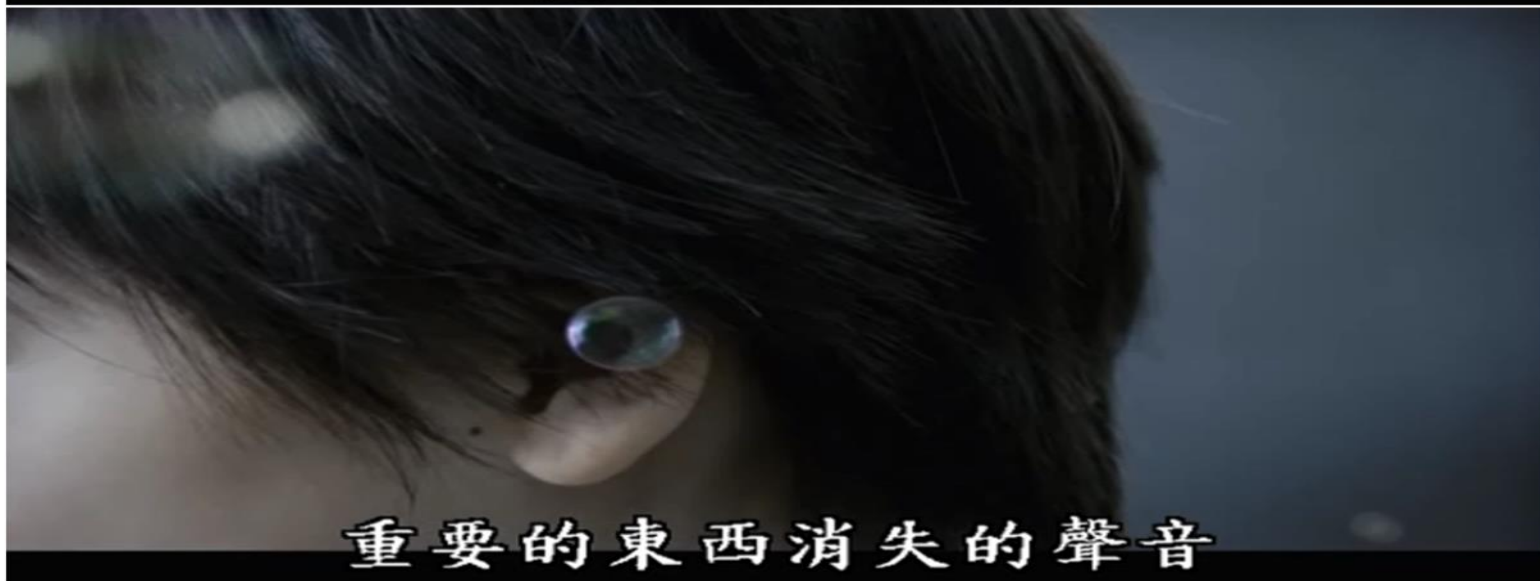


北原美月
(橋本愛)

▶ 重要的東西消失的聲音

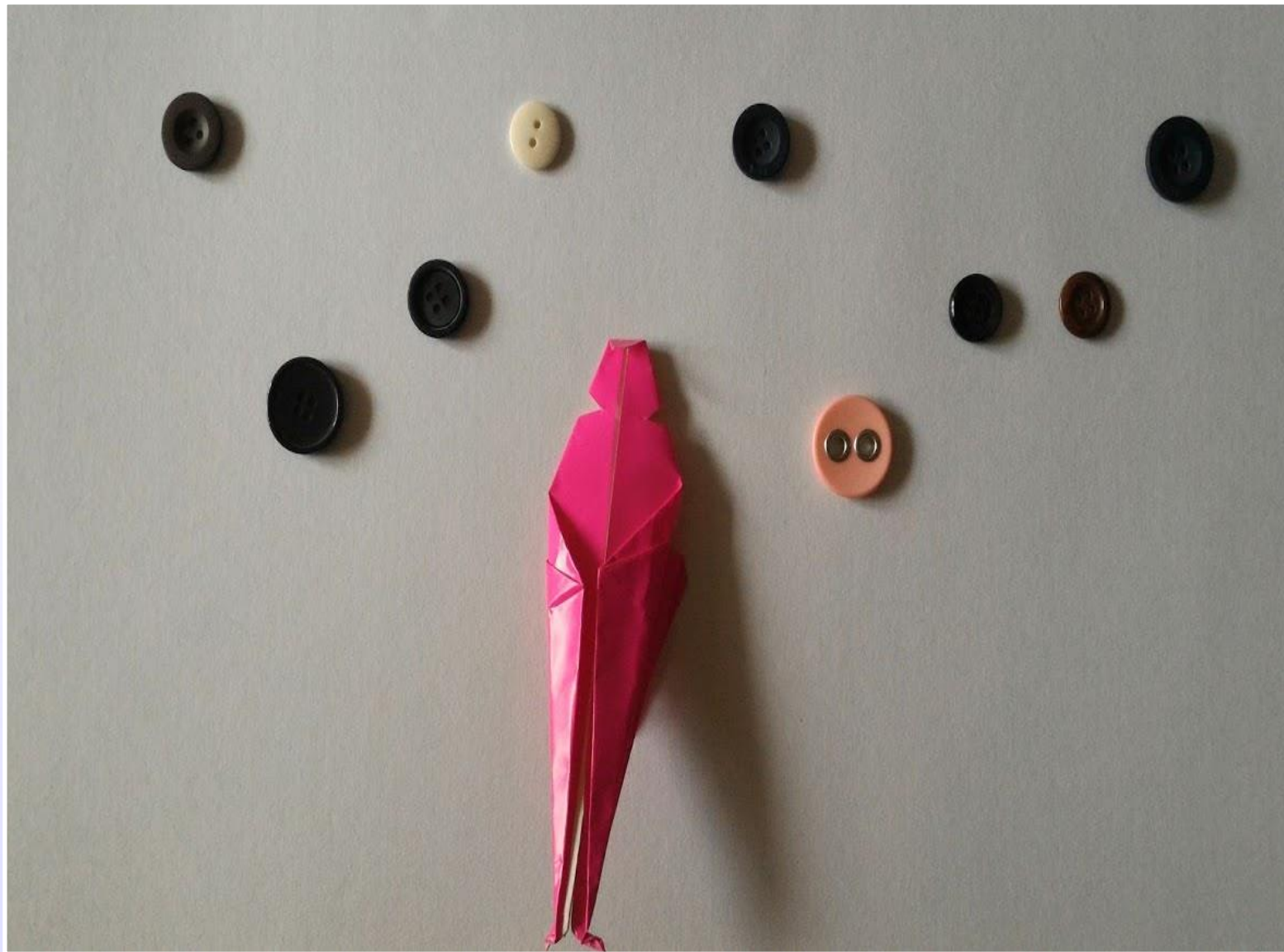


我那時聽到了



重要的東西消失的聲音

原生家庭圖-鈕扣創作



(4)家庭內的潛規則-家庭十誡



附錄三

我的「原生」家庭	我「現有」的家庭
1.金錢	1.金錢
2.衝突	2.衝突
3.性	3.性
4.悲傷與損失	4.悲傷與損失
5.表達憤怒	5.表達憤怒
6.家庭	6.家庭
7.關係	7.關係
8.對待不同文化的態度	8.對待不同文化的態度
9.成功	9.成功
10.感覺與情緒	10.感覺與情緒

(4) 家庭內的潛規則(續)

① 金錢	1) 錢是安全感的最佳來源、2) 你擁有愈多錢，你就愈重要、3) 賺許多錢證明你「有辦法」。
② 衝突	1) 盡全力避免衝突、2) 不要讓人們對你生氣、3) 高聲、忿怒與不斷的爭執乃是正常的。
③ 性	1) 性不是用來公開談論的、2) 男人可以雜交、女人必須貞潔、3) 婚姻中的性揮之即來。
④ 悲痛	1) 悲傷是軟弱的象徵、2) 你不被允許沮喪、3) 迅速克服失落並向前邁進。
⑤ 忿怒	1) 忿怒既危險又不健全、2) 爆發忿怒以引起注意、3) 嘲諷是發洩忿怒可接受的方式。

附錄三

(4) 家庭內的潛規則(續)

⑥ 家庭	1)對你的父母為你所做的一切感到虧欠、2)不要公開提及你的「家醜」、3)對家庭和文化的責任超越一切。
⑦ 關係	1)別信任別人，他們會讓你失望、2)沒有人可以再傷害我、3)不要表現脆弱的一面。
⑧ 文化	1)只有和那些與你同類的人成為親密的朋友、2)不要和另一個種族或文化的人結婚、3)某些文化/種族不如我們優秀。
⑨ 成功	1)乃是進入「頂尖學府」、2)乃是賺許多錢、3)乃是結婚並擁有孩子。
⑩ 感覺	1)你不允許擁有某些感覺、2)你的感覺並不重要、3)未經思考便反應你的感覺沒有什麼關係。

(4) 家庭內的潛規則(續)



範

例

1. 金錢

- 錢是安全感的最佳來源。
- 你擁有愈多錢，你就愈重要。
- 賺許多錢證明你「有辦法」。

2. 衝突

- 盡全力避免衝突。
- 不要讓人們對你生氣。
- 高聲、忿怒與不斷的爭執乃是正常的。

3. 性

- 性不是用來公開談論的。
- 男人可以雜交，女人必須貞潔。
- 婚姻中的性揮之即來。

4. 悲痛與損失

- 悲傷是軟弱的象徵。
- 你不被允許沮喪。
- 迅速克服失落並向前邁進。

5. 表達忿怒

- 忿怒既危險又不健全。
- 爆發忿怒以引起注意。
- 嘲諷是發洩忿怒可接受的方式。

6. 家庭

- 對你的父母為你所做的一切感到虧欠。
- 不要公開提及你的「家醜」。
- 對家庭和文化的責任超越一切。

7. 關係

- 別信任人，他們會讓你失望。
- 沒有人可以再傷害我。
- 不要表現脆弱的一面。

8. 對待不同文化的態度

- 只有和那些與你同類的人成為親密的朋友。
- 不要和另一個種族或文化的人結婚。
- 某些文化／種族不如我們優秀。

9. 成功

- 乃是進入「頂尖學府」。
- 乃是賺許多錢。
- 乃是結婚並擁有孩子。

10. 感覺與情緒

- 你不允許擁有某些感覺。
- 你的感覺並不重要。
- 未經思考便反應你的感覺沒有什麼關係。

► 親愛的，我愛上別人了



親愛的，我愛上
別人了(2013)



李紹文(李銘順
飾)、沈宜臻(天
心飾)

► 李銘順獲2014金鐘最佳男主角



李銘順（左）與鍾欣凌分別獲得今年金鐘獎戲劇節目男女主角獎，新科帝后超開心，作勢跳探戈。
記者林浩一／攝影

f 分享

新聞大事件

資料來源：103/10/26《聯合新聞網》「李銘順((左)與鍾欣凌分別獲得今年金鐘獎戲劇節目男女主角獎，新科帝后超開心，作勢跳探戈。」

► 李紹文家的重男輕女



資料來源：偶像劇《親愛的，我愛上別人了》(ep15)「李紹文家的重男輕女」

► 李紹文家的重男輕女-續



資料來源：偶像劇《親愛的，我愛上別人了》(ep15)「李紹文家的重男輕女」

➤ 父母遭逢的困境



► 當孩子出現狀況



Dinkmeyer & McKay指出：

『**「不良行為」**：他對別人的權利和安全置之不顧，或做出傷害自己的行為。』~《**青少年期教養法**》(頁35)

➤ 當孩子出現狀況(續)

目標	孩子的錯誤信念	行為
①引起注意	只有被注意或被侍候的時候，我才覺得有歸屬感。	積極：扮丑角、惡作劇、打扮令人側目。 消極：健忘、忽略份內該做的事。
②追求權力	我要有掌握權，或能證明別人管不了我。	積極：有攻擊性、反抗、不服從、有敵意。 消極：固執、抗拒。



➤ 當孩子出現狀況(續)

目標	孩子的錯誤信念	行為
③ 報復	傷害我的人也要受傷害；沒有人愛我，我也不令人喜歡。	積極：處處傷人心、粗野、鹵莽、暴力破壞。 消極：用恨惡的眼光看人。
④ 表現能力不足	我要讓別人相信我真的什麼都不會，不要對我有什麼期待。	只有消極：輕易放棄、不願嘗試、拒學。

➤ 當孩子出現狀況(續)

目標	孩子的錯誤信念	行為
⑤ 找刺激	我能製造刺激	不守常規；對高危險的運動競賽、高刺激活動等產生興趣。
⑥ 尋找同儕的接納	我的同輩朋友們都接納我	不斷的追求廣泛的同儕接納。
⑦ 表現優越感	我什麼都比別人好(或者至少比大部分的人都好)	努力追求最高分數、最高榮譽；看不起父母和別人；用優越感來和別人對立。

► 妙語說書人-應用於孩子



➤ 儲存快樂幣



➤ 當孩子出現狀況(續)



Dinkmeyer & McKay指出：

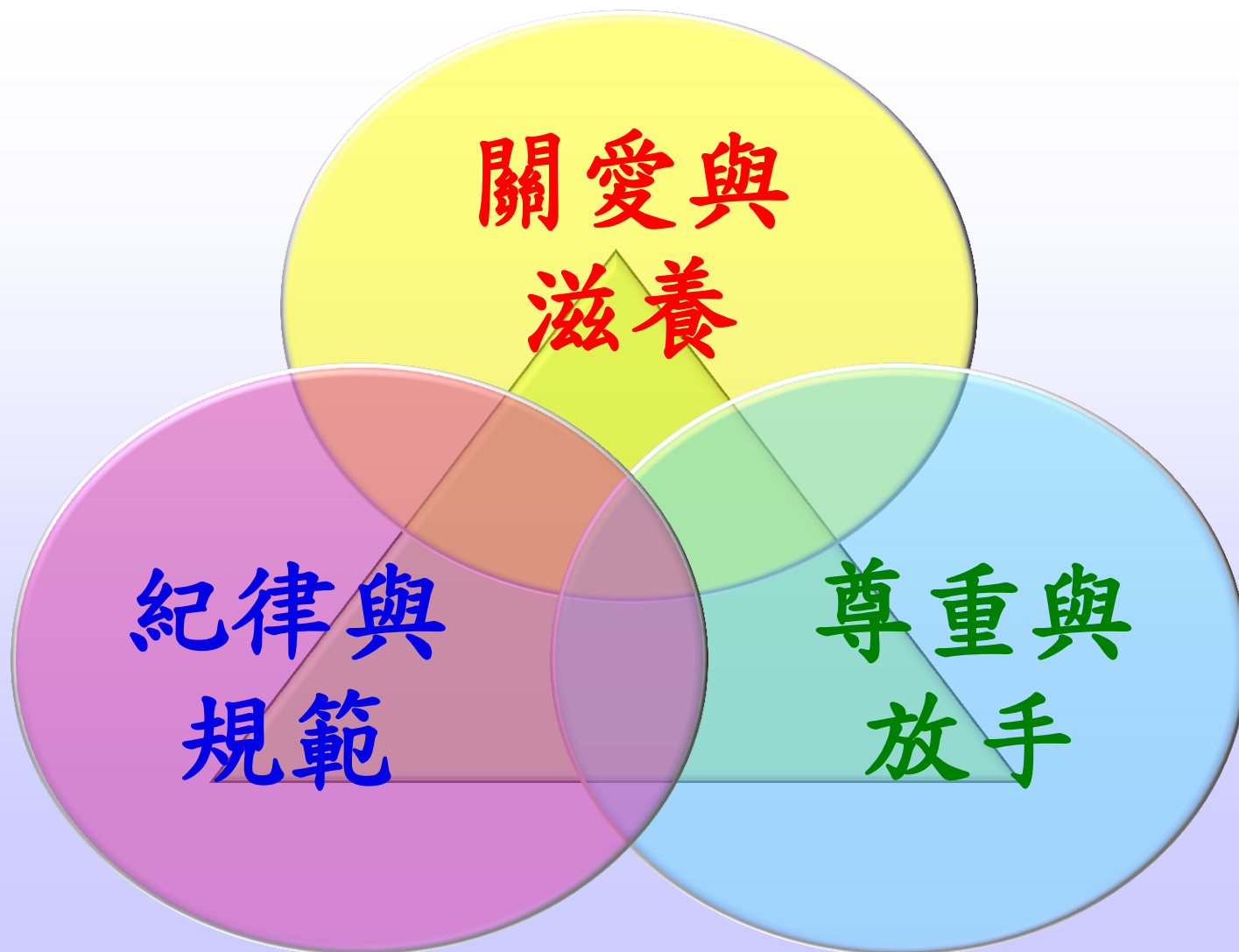
行為不良的孩子/青少年，通常不可能一朝一夕就放棄他原來的目標，立刻改正過來，父母/師長需要時間和努力。

想想他期望你怎麼反應，你就避免那種反應，中斷以前那個舊模式。

這一切的關鍵，都在於你自己的改變，以及改變你對孩子/青少年不良行為的標準反應模式。

構築親子關係橋

(1) 基本篇：親子關係金三角



➤ 關愛與滋養：應志遠的教養

親密是教養的起點



音樂家的育兒經驗



關係金三角(1)

➤ 關愛與滋養：父母陪伴如陽光

她說，從這份調查顯示，三成五孩子認為父母不了解自己，

圖／聯合報提供

國中生更超過五成，在在顯示親子關係疏離；她呼籲全國家長執行「四一計畫」：每天至少一個擁抱、一次讚美、一同吃飯、一回傾聽，主動參與孩子的生活。

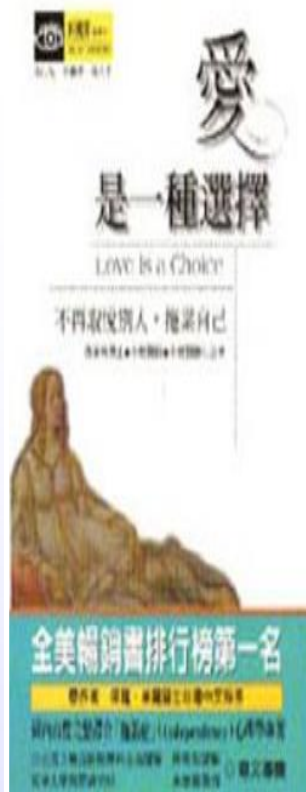
「父母的陪伴有如陽光，讓孩子知道有依靠、信任與安全感」～輔大兒童與家庭學系副教授陳若琳

調查顯示，兒少希望與父母一起做的事前三名：休閒活動、聊天和吃飯。此份問卷針對大台北地區十五所中小學抽樣問卷調查，總計回收一六九八份問卷。

【2010/11/18 聯合報】@ <http://udn.com/>



➤ 儲愛槽概念



愛是一種選擇(新路)



漢菲特博士
Robert Hemfelt



米勒醫師
Frank Minirth



米爾醫師
Paul Meier

➤ 儲愛槽概念(續)



資料來源：《愛是一種選擇》(新路出版社，作者：漢菲特 Robert Hemfelt 博士、米勒 Frank Minirth 醫師、米爾 Paul Meier 醫師)

➤ 儲愛槽概念(續)



➤ 親密育兒百科-西爾斯醫師

親密育兒百科(上)

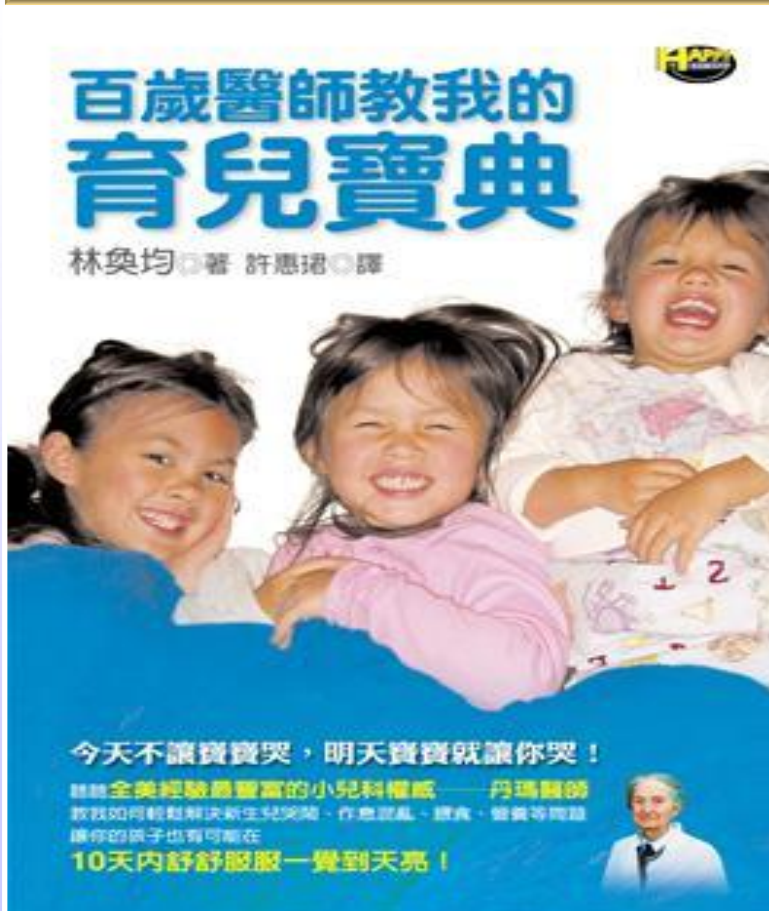


親密育兒百科(下)



► 百歲醫師教我的育兒寶典

百歲醫師教我的育兒寶典



林奐均



➤ 紀律與規範：以榮譽換權利

榮譽集點卡

集點方式

1. 於晚餐時間前完成回家作業
2. 用餐時間必須遵守禮儀，且安靜吃飯。
3. 閱讀活動時，能認真閱讀書籍15分鐘。
4. 一次選擇一項玩具，使用後能收拾乾淨並準時歸還
5. 完成當天課堂活動中的作業要求

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	34	45	46	47	48	49	50

姓名：

榮譽簿紀錄

TOKEN PRIZES	
Item	Tokens Needed
\$5 Tillamook Creamery.....	25
\$5 U o U Yogurt	25
\$5 McDonalds.....	25
\$5 Starbucks.....	25
Regal Cinema Movie Pass.....	25
\$10 iTunes.....	50
\$10 Target.....	50

www.sessionsortho.com



關係金三角(2)

➤ 紀律與規範(續)-好行為積點



1. 自己的東西自己收 → 1 分
2. 水到臉上自己用手抹掉 → 1 分
3. 七口飯自己吃 → 1 分
4. 爸爸或媽媽叫一聲就起床 → 1 分

5. 九點半上床睡覺 → 隔天加 1 分
6. 哭的時候, 5 分鐘內結束 → 加 1 分

扣點: 拖拖拉拉, 爸爸媽媽叫四聲扣 1 分。

1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40

丁介

100/11/05 10:20 pm

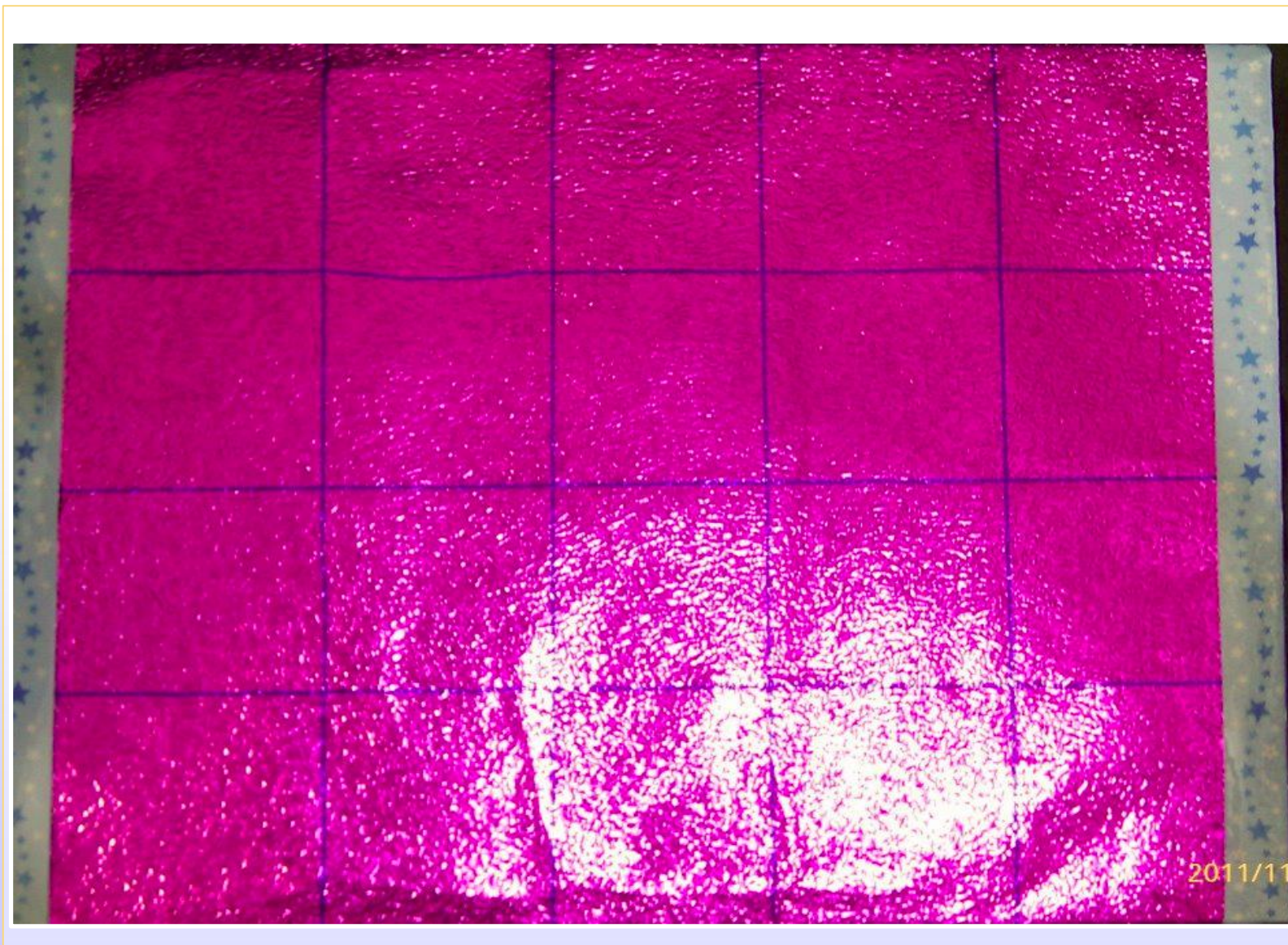
丁介

周思安

Joanne Chong

成功了

➤ 紀律與規範(續)-自製戳戳樂





➤ 行為獎勵的應用

102 學年度一年級班級課表&作息表

家裡時間	學校時間	日 (Sun)	一 (Mon)	二 (Tue)	三 (Wed)	四 (Thu)	五 (Fri)	六 (Sat)
05:30-06:00		☾	☾☾☾☾☾☾☾					☾
06:00-06:30			起床 & 早餐					
06:30-07:00			盥洗 & 更衣					
07:00-07:50			上學 & 晨間活動					
08:00	08:00-08:15		兒童朝會	教師晨會	師生共讀	兒童朝會	晨光時間	
	08:15-08:35		導師時間	導師時間	師生共讀	導師時間	導師時間	
09:00	08:40-09:20		綜合活動	國語	國語	英文	國語	寫作業
	09:30-10:10		健康	國語	體育	國語	數學	
10:00	10:10-10:30	練琴	課間活動					
	10:30-11:10		國語	數學	綜合活動	國語	閩南語	社團
11:00	11:20-12:00		數學	英文	生活	生活	生活	
	12:00-12:10		放學	餐前準備	放學	放學	放學	
12:00	12:10-12:30		快樂午餐	快樂午餐	快樂午餐	快樂午餐	快樂午餐	
	12:40-13:20			小睡片刻				
13:00	13:30-14:10	教會		美勞				
13:30-14:10	13:30-14:30	練琴			寫作業	鋼琴課	練琴	
14:00	14:20-15:00			美勞				
14:20-15:00			寫作業		寫作業	練琴	寫作業	
15:00	15:00-15:20			整潔活動	休息			
15:20-16:00	15:20-16:00	電視		生活	練琴	寫作業	寫作業	
16:00	16:00-16:10		運動	放學		運動	運動	
16:10-16:50	16:00-18:00			直排輪	練琴			
17:00-18:00	17:00-18:00		回家	直排輪	樂理課	回家	回家	
			煮晚餐			煮晚餐	煮晚餐	
18:00		快樂晚餐	快樂晚餐	快樂晚餐	快樂晚餐	快樂晚餐	快樂晚餐	晚餐
19:00			娛樂	寫作業	娛樂	娛樂	娛樂	
			訂正作業	訂正作業	訂正作業	訂正作業	訂正作業	
20:00		洗澡	洗澡				卡通	洗澡
20:30-21:00							洗澡	
21:00		上床睡覺	上床睡覺					睡覺
22:00			有可能會喝水					
23:00								

➤行為獎勵的應用-作息表

102 學年度一年級班級課表&作息表-獎勵記錄

家裡時間	學校時間	日 (Sun)	一 (Mon)	二 (Tue)	三 (Wed)	四 (Thu)	五 (Fri)	六 (Sat)
05:30-06:00		☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
06:00-06:30				丁介陶	丁介陶	丁介陶	丁介陶	
06:30-07:00				丁介陶	丁介陶	丁介陶	丁介陶	
07:00-07:50				丁介陶	丁介陶	丁介陶	丁介陶	
08:00	08:00-08:15		兒童朝會	教師晨會	師生共讀	兒童朝會	晨光時間	
	08:15-08:35		導師時間	導師時間	師生共讀	導師時間	導師時間	
09:00	08:40-09:20		綜合活動	國語	國語	英文	國語	丁介陶
	09:30-10:10		健康	國語	體育	國語	數學	
10:00	10:10-10:30		課間活動					
	10:30-11:10		國語	數學	綜合活動	國語	閩南語	社團
11:00	11:20-12:00		數學	英文	生活	生活	生活	
	12:00-12:10		放學	餐前準備	放學	放學	放學	
12:00	12:10-12:30		快樂午餐	快樂午餐	快樂午餐	快樂午餐	快樂午餐	
	12:40-13:20			小睡片刻				
13:00	13:30-14:10	教會	美勞					
13:30-14:10	13:30-14:30		丁介陶			丁介陶		
14:00	14:20-15:00		美勞					
14:20-15:00	14:20-15:00		丁介陶			丁介陶	丁介陶	
15:00	15:00-15:20			整潔活動	休息			
15:20-16:00	15:20-16:00	電視	生活	放學	丁介陶	丁介陶	丁介陶	
16:00	16:00-16:10							
16:10-16:50	16:00-18:00		回家	丁介陶	丁介陶	回家	回家	
17:00-18:00	17:00-18:00		煮晚餐			煮晚餐	煮晚餐	
18:00		快樂晚餐	快樂晚餐	快樂晚餐	快樂晚餐	快樂晚餐	快樂晚餐	晚餐
19:00			娛樂	丁介陶	娛樂	娛樂	娛樂	
			丁介陶	丁介陶		丁介陶	丁介陶	
20:00			丁介陶		丁介陶		卡通	
20:30-21:00								
21:00								
22:00								
23:00								

有 可 能 會 喝 水

➤ 尊重與放手：隱私與秘密

孩子的隱私

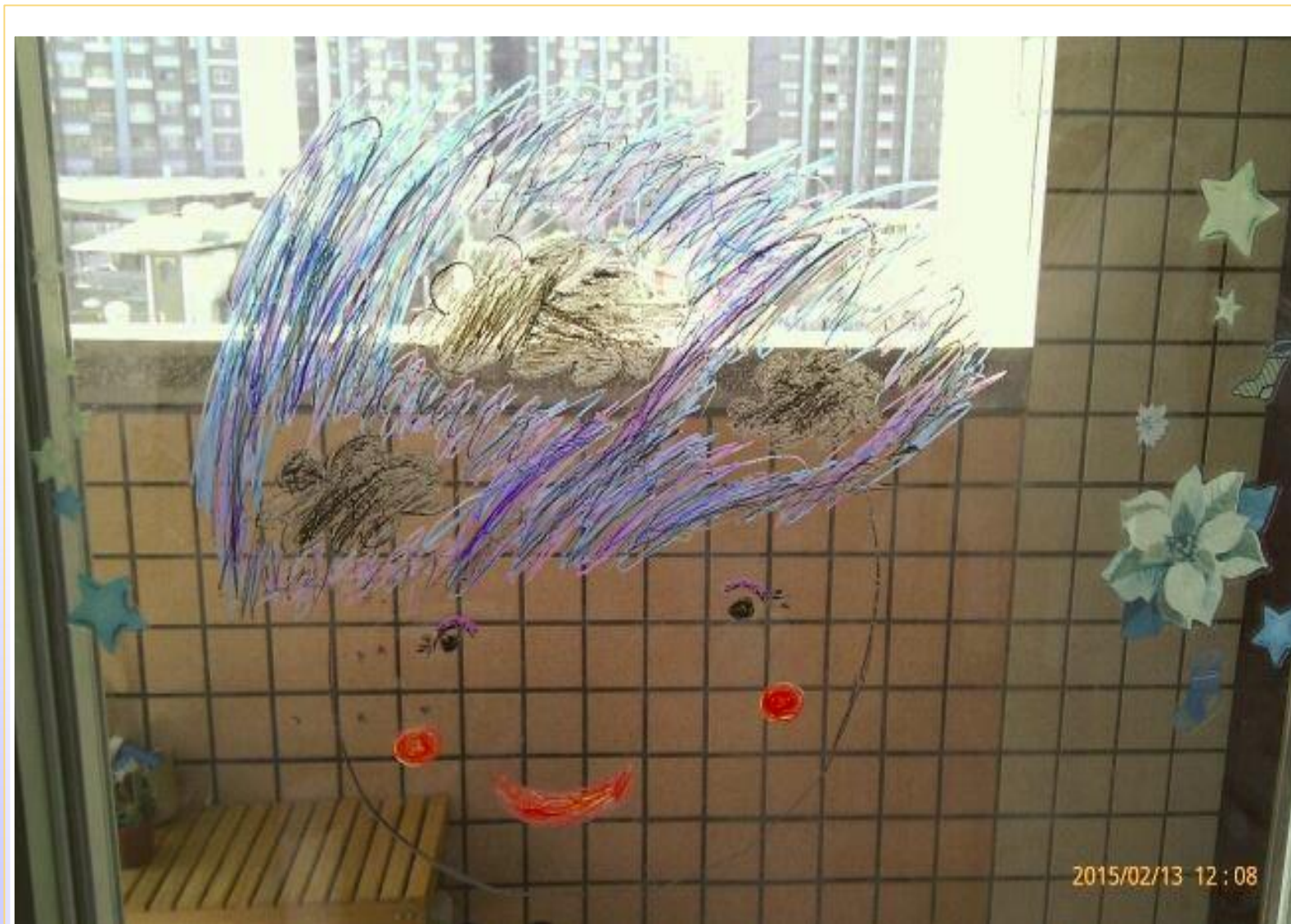


個人的秘密



關係金三角(3)

➤ 尊重與放手(續)-塗鴉樂



家庭有生命週期 要懂放手

< 接受新觀念 > 家庭有生命週期 要懂放手

在家族治療中有一個相當重要的理論依據：家庭的生命週期。

其實家庭和個人一樣，也是有生命週期的。像是兩個人從相識到戀愛，就像是懷孕一樣；而結婚（家庭的誕生）就類似嬰兒的誕生；隨著孩子漸漸從幼兒長大到成人，也就意味著這個家庭在漸漸老去；最後當子女因為獨立或成家而搬出去住，加上夫妻又有一人先行往生，就象徵那個原生家庭趨向於死亡。

因此對於所謂的親子關係而言，家族治療常把它稱做「火箭發射器」，也就是孩子成長到足夠成熟時，應該就會像火箭發射器脫離主體而發射出去，所以新世代的父母或許應該有這樣的觀念：第一，即使身為一家人，雖然有相當親密的關係，但也應該尊重彼此都是一個主體；第二，父母就算對子女有再多的擔心或掛念，但對他們的「單飛」，還是應該抱持著祝福的心態。

可惜這種觀念對父母來說幾乎是很難被接受的，因為小家庭或單親家庭，的確會使父母更為缺乏安全感，因為他們會擔心孩子如果書讀不好、沒有出息，將來要怎麼在社會立足、發展，這當然也影響到父母老來無法依靠子女，只是，不管父母的本意是出於愛，我們仍然建議家庭成員彼此間的界線還是要有的。



辣媽辣妹



辣媽辣妹(2003)

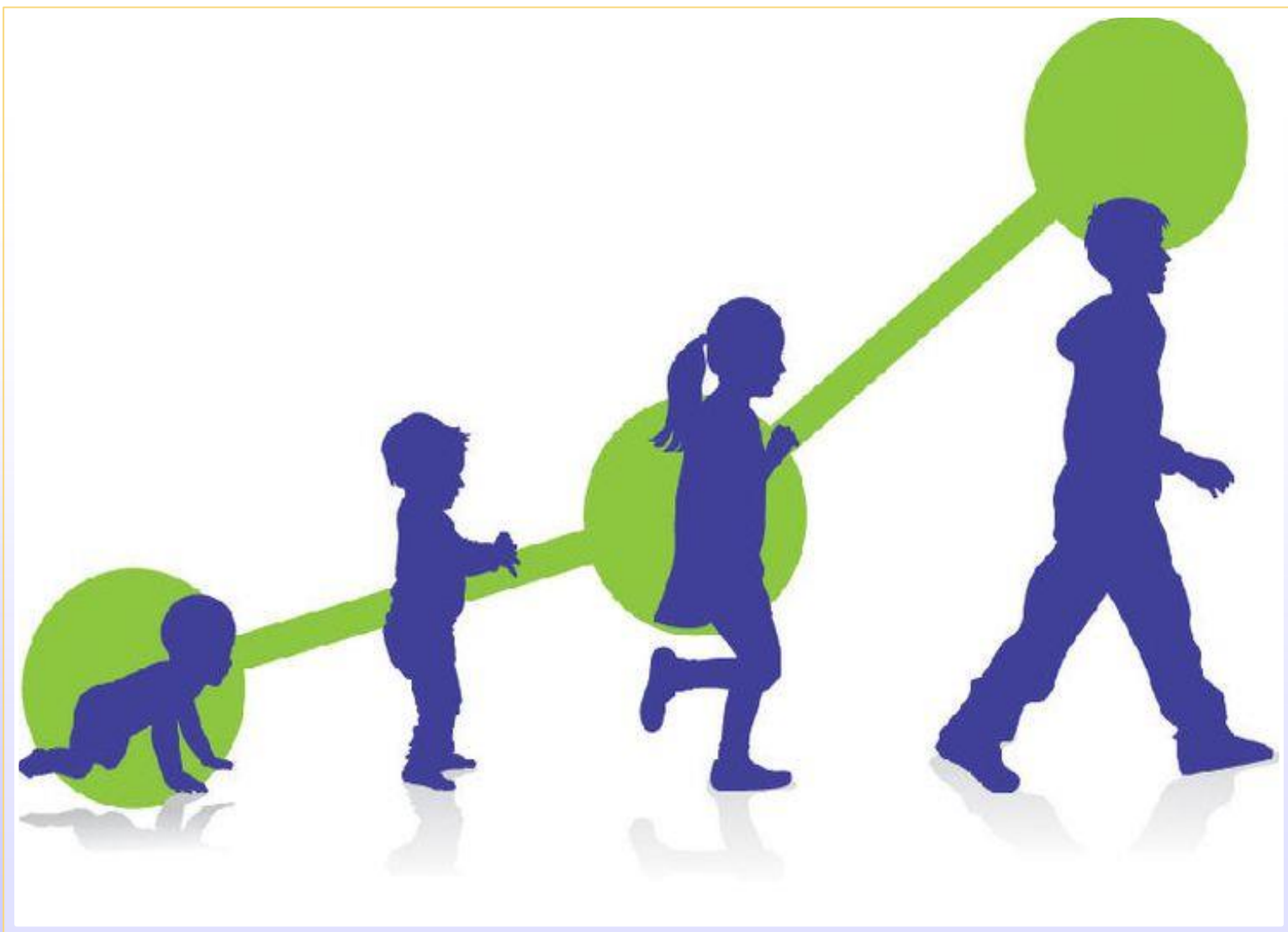


安娜vs.柯醫師

➤ 無私的愛



(2)進階篇：親子身處異星球



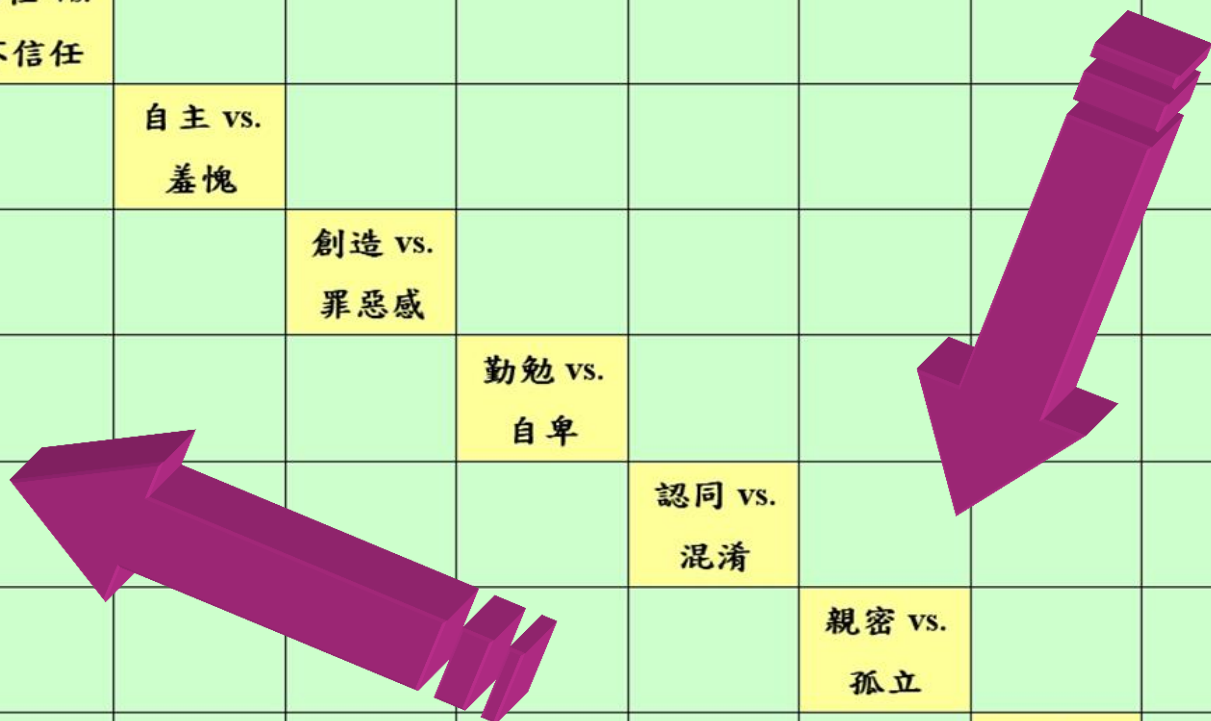
➤ 親職生涯三週期 與八階段

親職生涯階段	孩子主要的發展里程碑	孩子的年齡(大約)
第一週期：養育年幼孩子		
①公眾人物時期	懷孕：從出生前到出生	0-9個月的妊娠期
②海綿時期	嬰兒期：從出生到走路	出生-1歲左右
③家庭管理員時期	學前期：學步到學齡前	1-5歲
④旅行規劃員時期	學齡期：小學到青春期	6-12歲
⑤火山居民時期	青春期：青春期到離家	13-17歲
第二週期：養育成年孩子		
⑥家庭重塑時期	離家到獨立自主	18-24歲以上
⑦功成身退時期	獨立自主到養育下一代	25-49歲以上
第三週期：被孩子撫養		
⑧搶籃板球時期	照顧父母或被子女照顧	50歲以上

資料來源：《樂享欽職生涯》(遠流出版社，頁28)「親職生涯八階段，作者：Barbara C. Unell & Jerry L. Wyckoff」

➤ 艾瑞克森(Erikson) vs. 佛洛伊德(Freud)

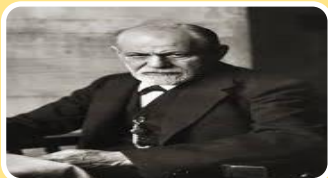
階段	嬰兒期 (0-1)	幼兒期 (1-3)	學齡前 (3-6)	學齡期 (6-12)	青少年 (12-18)	成年初 (18-35)	中年期 (35-60)	老年期 (60-)
口腔期 (0-1)	信任 vs. 不信任							
肛門期 (1-3)		自主 vs. 羞愧						
性蕾期 (3-6)			創造 vs. 罪惡感					
潛伏期 (6-12)				勤勉 vs. 自卑				
性器期 (12-18)					認同 vs. 混淆			
性器期 (18-35)						親密 vs. 孤立		
性器期 (35-60)							生產 vs. 停滯	
性器期 (60-)								統整 vs. 破滅



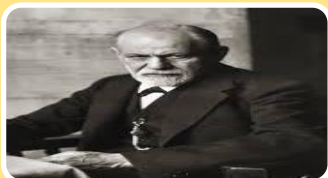
► 佛洛伊德的心性發展階段



① 0-1歲：口腔期-透過吸吮母親乳房獲得進食需求的滿足與快樂。



② 1-3歲：肛門期-學習獨立、接納個人能力，及學習表達負面情緒。



③ 3-6歲：性蕾期-孩童性活動逐漸活躍起來，焦點中在性器官上。



④ 6-12歲：潛伏期-對上學、玩伴、運動及各種新鮮活動感到興趣。



⑤ 12歲~：性器期-性能量再次活躍，甚至投入友誼、愛情、藝術等。

➤ 艾瑞克森的心理社會發展



① 0-1歲：嬰兒期(信任vs.不信任)-能否滿足嬰兒身體與情緒基本需求。



② 1-3歲：幼兒期(自主vs.羞愧、懷疑)-能否自主的對外在世界進行探索。



③ 3-6歲：學齡前兒童期(創造進取vs.罪惡感)-能否從事自己所喜好的活動。



④ 6-12歲：學齡兒童期(勤勉vs.自卑)-發展的主要課題是學校的課業，對聽說讀寫的駕馭。

➤ 艾瑞克森的心理社會發展(續)



⑤ 12-18歲：青少年期(自我認同vs.角色混淆)-能否找到自己個人的定位。



⑥ 18-35歲：成年初期(親密vs.孤立)-能否追尋穩定的親密關係。



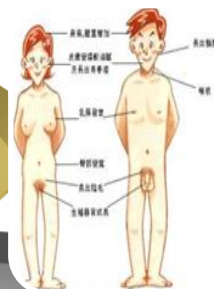
⑦ 35-60歲：中年期(生產vs.停滯)-能否擁有自己個人的成就。



⑧ 60歲~：老年期(統整vs.破滅)-回顧人一生是否能了無遺憾。

青少年的身心發展

生物的發展
(biological development)



青少年前期
10-13歲
青春期生理的變化
相當明顯

認知的發展
(cognitive development)



青少年中期
14-16歲
發展自我尋找一個
認同的典範

情緒的發展
(emotional development)

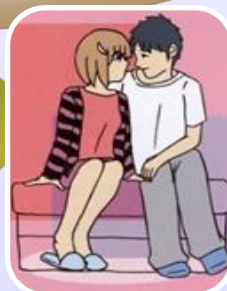


認同的發展
(identity development)



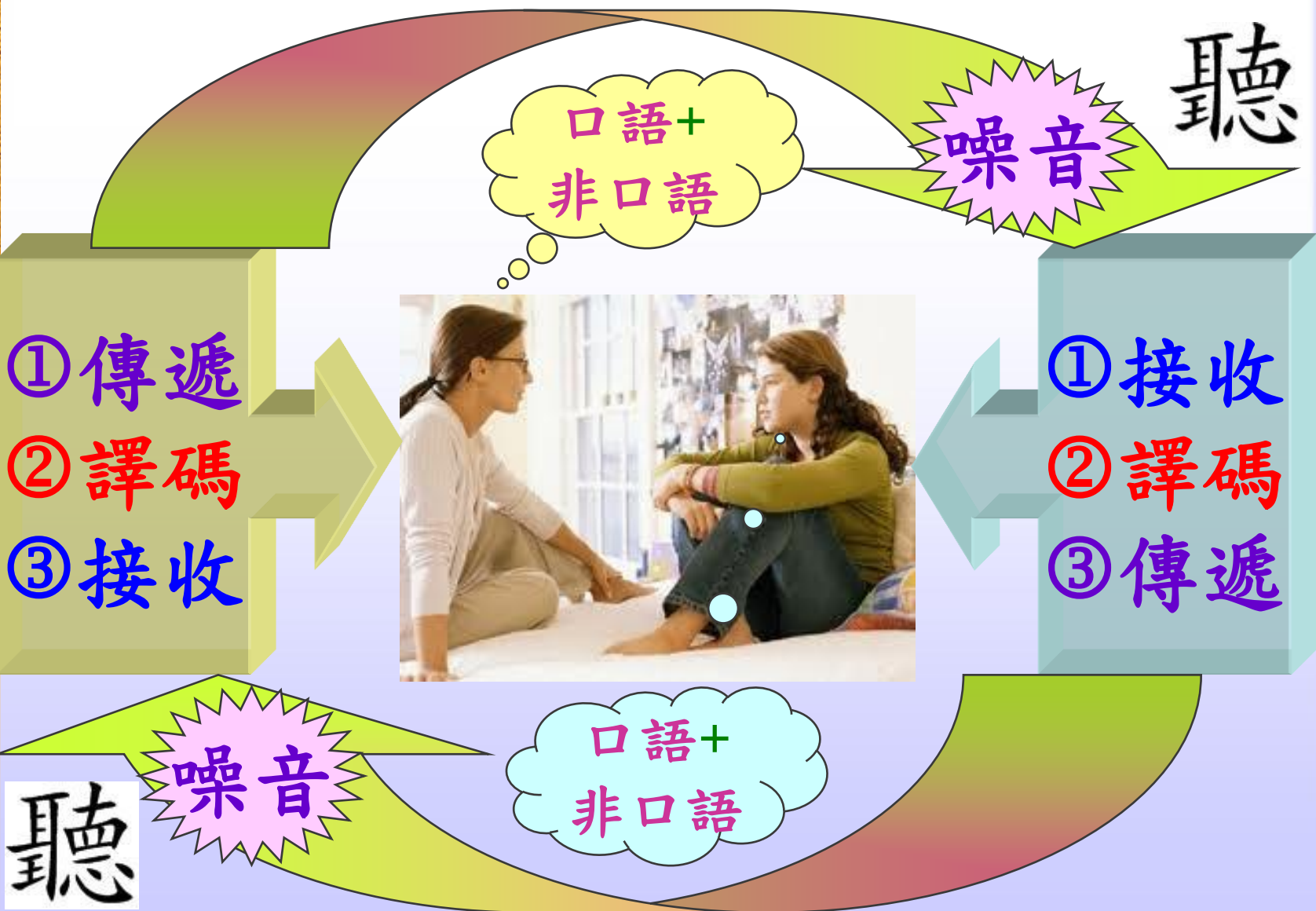
青少年晚期
17-20歲
跨入「成人期」
(adulthood)

社會的發展
(social development)



McClure (2000)

(3) 熟手篇：傾聽溝通各不同



▶ 動畫《腦筋急轉彎》



腦筋急轉彎(2015)



怒怒、厭厭、樂
樂、驚驚、憂憂
(左-右)

▶ 動畫《腦筋急轉彎》-五角色



➤ 當萊莉新生活適應不良

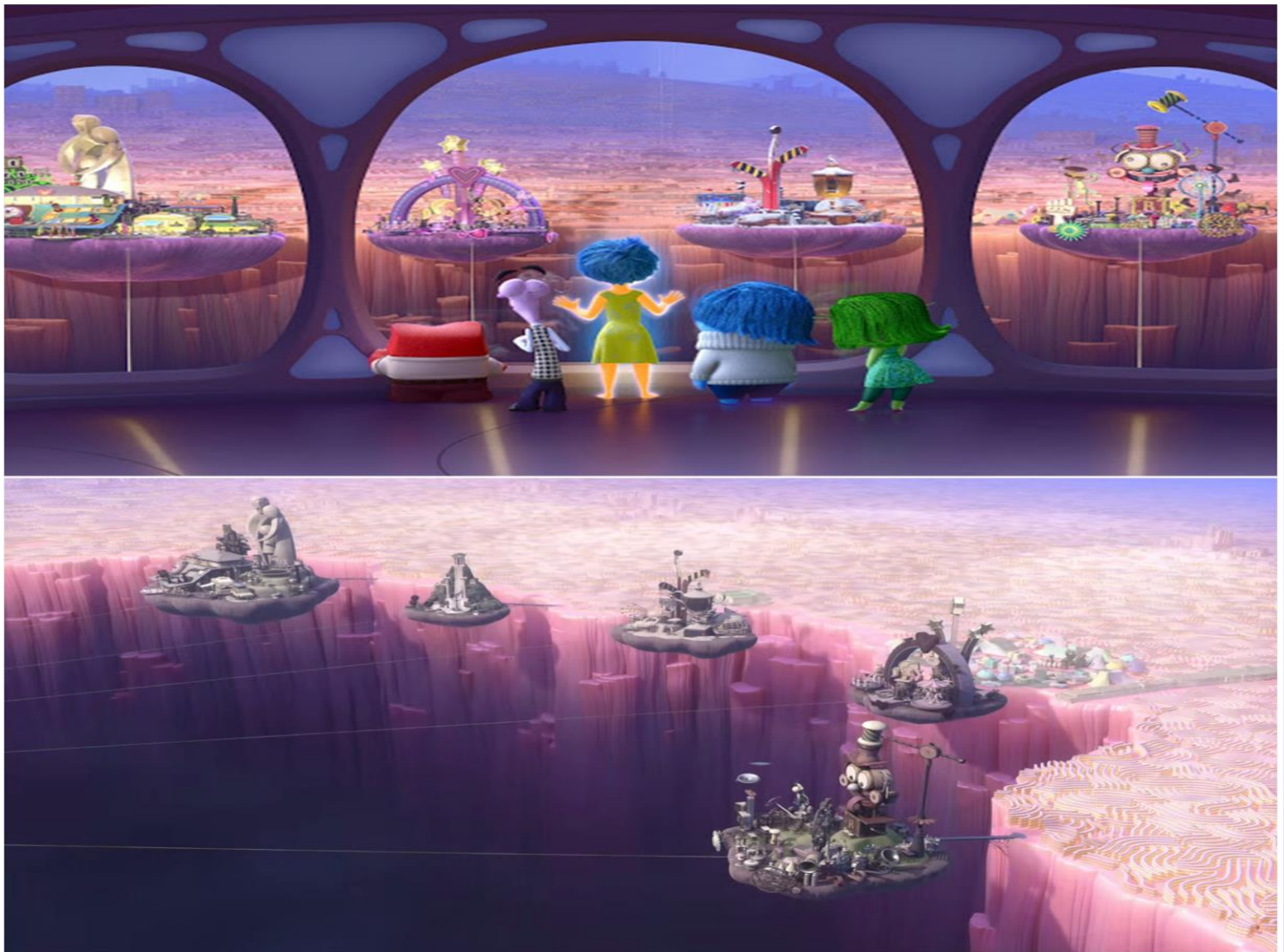


資料來源：動畫《腦筋急轉彎》(2015)

➤ 萊莉爸媽的反應



萊莉的個性群島



► 傾聽大考驗(麥可·尼可斯博士 Michael P. Nichols)



附錄四



一共**25**道題，請在
1~4的數字中，圈選
出適合你的答案。

1 2 3 **4**

所需時間大約**10~15**
分鐘，有題意不清之
處，可舉手發問。

► 傾聽五層次



① 同理心聽



② 積極傾聽



③ 選擇性聽



④ 假裝在聽



⑤ 完全漠視

優

標準以上

標準

標準以下

劣

► 同理心聽：設身處地

Put yourself in

THEIR

shoes



👉 聽他人所聽

Put yourself in

THEIR

shoes



👉 看他人所看

Put yourself in

THEIR

shoes



👉 想他人所想

►同理心聽(續)-同理對方感受



☞ 妳/你感覺很挫折、難受、傷心、憤怒、 、 、 … (空格可自行代換)

☞ 或是：這真的很不容易…、你/妳是怎麼熬過來的…、任何人遭遇這種事時都會火冒三丈…。

►同理心聽(續)-另一種互動



👉妳/你沒幫爸媽忙

____、____、____…，一定有個
好原因(空格可自行代換)

👉真的嗎…、然後呢…發生什麼
是…傑克那真的太神奇了…。

👉重點：不傷害孩子

➤SOFTEN技巧-六步驟

SOFTEN

S

Smile

O

Open

F

Forward

T

Tongue

E

Eye Contact

N

Nod

積極傾聽

► 身體



面帶微笑



身軀前傾



眼神交會



點頭示意

➤SOFTEN技巧(續)- O & T



➡ Open: 開放心胸

➡ Tongue: 幽默語言

➡ 需要**時間與經驗**淬鍊

➤SOFTEN技巧(續)-有秘密



- ➡ 外表鎮靜，內心震驚
- ➡ 不動聲色，持續探索
- ➡ 呼吸放鬆，給予回饋

► 愛在午夜希臘時



愛在午夜希臘時
(2013)



漢克 (Seamus Davey-Fitzpatrick
飾) VS. 傑西 (Ethan Hawke 飾)

➤ 傑西送兒子去機場(續)



資料來源：動畫《愛在午夜希臘時》(2013，截圖)

► 溝通動力學



➤ 溝通動力學(續)

目的：分享、建立共同的想法



說話/溝通是人際間有來有往的過程，交換彼此間相同或相異的觀點，也包含彼此的情感和態度。



除此之外，從事溝通至少是兩個人的互動；所傳送的訊息有其內容和意義，經由多種管道予以傳送。



通常人與人的互動，透過口語、非口語方式，以建立正向或建設性的對話。

➤ 溝通四特色

溝通者

- ① 傳遞
- ② 譯碼
- ③ 接收

口語+
非口語



口語+
非口語

聽

接收者

- ① 接收
- ② 譯碼
- ③ 傳遞

噪音
有內容

是過程

➤如何與孩子談性-讀者投書



新聞大事件

生理話題

■蔡秀卿（台東市）

如何與孩子談性？

95/3/27(-) 聯合 (E5)

有一天，在就讀高二的兒子書桌抽屜，發現一片日本的色情光碟，兒子一向活潑、乖巧，所以讓我很驚訝。

晚上，和往常一樣作息，兒子照樣在晚餐後到房間讀書。約十點左右，我輕敲兒子的房門，對他說：「寶貝兒子，累不累？休息一下好嗎？媽咪想跟你聊聊。」貼心的兒子立刻放下功課聽我說。

我說：「媽咪想跟你談談與你身體有關的問題哦！」接著，我說：「兒子，你已經十八歲了，恭喜你已經長大成人。媽咪想問你，你對自己的身體轉變感到好奇嗎？有沒有任何疑問？」

兒子被我這麼一問，有點不好意思，難以啓齒。我鼓勵他：「不要不好意思，因為你是媽咪生的，媽咪看著你一天天長大，心裡真的好高興，而身體的蛻變是很正常的。」於是，兒子點點頭表示：「都很好」。

我接著問：「如果你看小說或電視劇裡有男女親密的情節，身體會有反應嗎？」兒子說：「有時候會。」、「你會忍不住去撫摸嗎？」兒子有點靦腆的點著頭，「晚上睡覺會有所謂的夢遺嗎？」兒子說：「只有幾次。」我一樣用肯定的口氣告訴兒子：「你的反應都是正常的，你不必感到羞恥，知道嗎？」

我看氣氛和時間都對了，於是，溫

和的問兒子：「媽咪在你的抽屜發現一片色情光碟，是誰給你的？」兒子說：「同學。」我問：「你看了嗎？」兒子說只看一半。「看了之後有什麼感覺？」兒子說：「說不上來。」

我跟孩子說：「其實你這種年紀對性好奇是很正常，媽咪不會責怪你，而且，性本身是婚約中男女兩情相悅下，自然產生的一種行為，是一件很美好的事。色情光碟中的男女主角是演給觀眾看的，所以，動作及聲音都很誇張，有些動作甚至很不正常，而且會傷害身體，跟正常夫妻間的親密行為有很大的差別哦！」

兒子聽了說：「我知道，媽咪，你不用擔心。」我問他：「光碟你還想看嗎？」兒子說不看了，我尊重兒子：「光碟需要還給同學嗎？」「同學送我的，所以不用還」「那媽咪可以沒收嗎？」兒子笑著說：「可以啊！」光碟事件就在愉快且讓孩子感到被尊重下，圓滿解決。

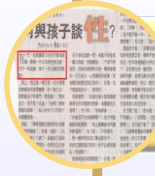
如何與孩子談性-因應方式



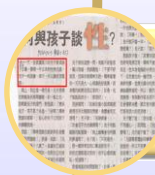
母親發現日本色情光碟



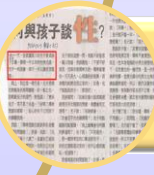
晚上10點，母親跟兒子聊一聊。



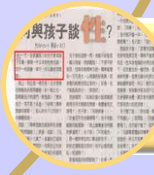
高興孩子身體的蛻變



看親密戲會忍不住去撫摸

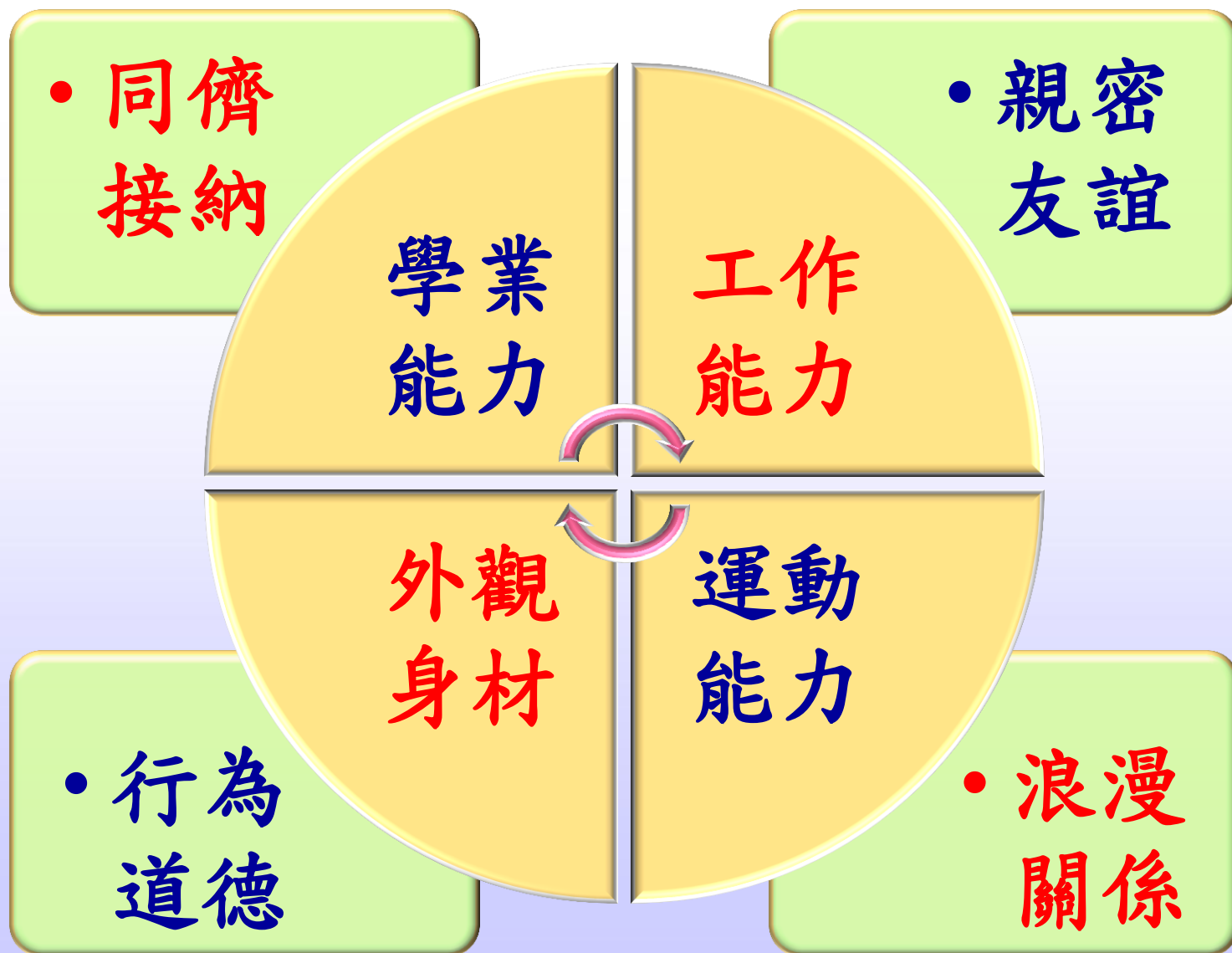


看色情光碟的感覺



性本身是男女兩情相悅的行為

(4) 專家篇：孩子人生八議題



(5)提醒篇：情緒管理不可少



《白銀谷》啟示



氣定則心定，心
定則事圓。

► 子敏老師的建議



我的天才夢



侯文詠

子敏老師的建議-續



「所以，他的過親斷孩錯責
 之，孩為錯反父不小對與
 孩小因犯。做有訴是利
 小是有利，也告麼權
 以就們權來的地什的任。...」

我看得出來大兒子被我嚇得半死。可是我失控的情緒根本無法收拾，最後雅麗只好帶著小孩下車，搭了另一部計程車去上學。

發完脾氣之後，我自己覺得懊惱，跑去找當年寫《小太陽》的資深老爸——子敏老師。子敏老師叫我不耍擔心，他笑咪咪地說：

『小孩之所以是小孩，就是因為他們有犯錯的權利。反過來，做父親的也有不斷地告訴小孩什麼是對錯的權利與責任。有時候，這要花很久的時間，做父母親的不能太心急。小孩慢慢會長大，一旦時候到了，他想起父母親曾經告訴過他那樣的話，於是他就改變了。』

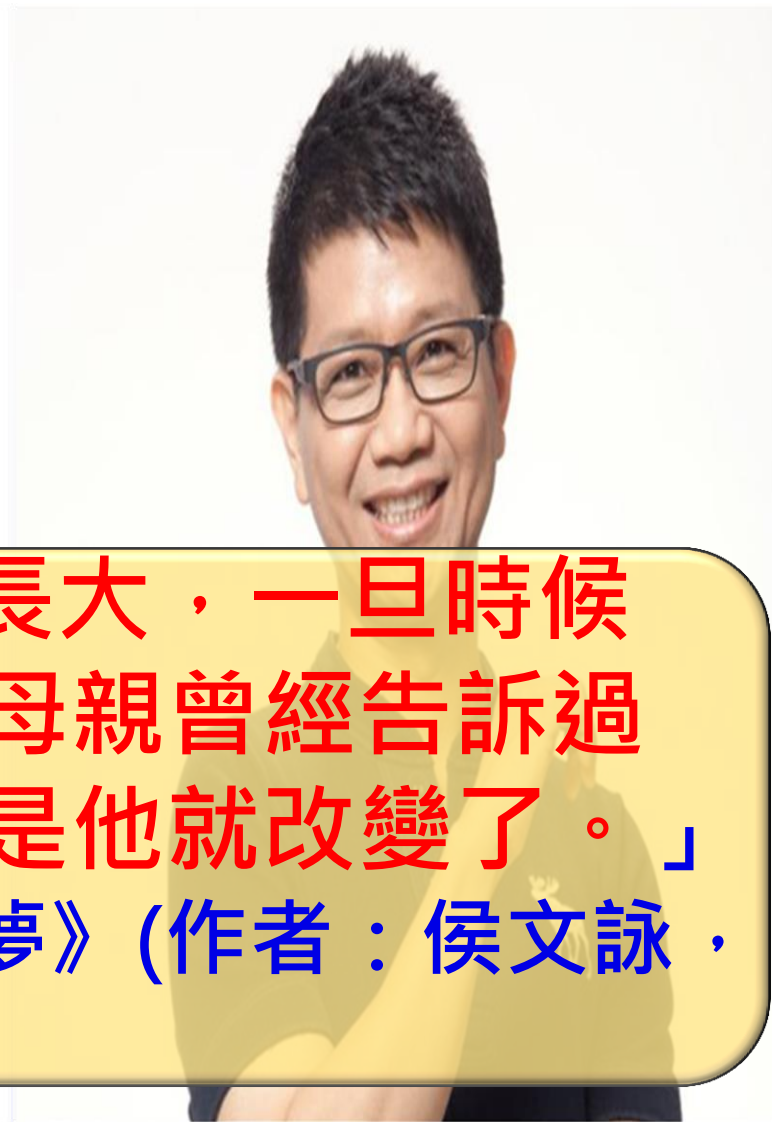
這話聽起來很玄，我只好又問：

『那你怎麼知道孩子一定會變好呢？』

『每個生命都會給自己找出路。父母親要對自己的孩子有信心，這樣孩子自己才會對自己有信心。』

這些聽起來有點像是某種宗教信仰的意見，回想起來我最初其實是不太懂的。不過子敏老師的態度宛如和煦陽光，讓我覺得自己實在是心胸狹隘的父親。

➤ 子敏老師的建議-續



「...小孩慢慢會長大，一旦時候到了，他想起父母親曾經告訴過他那樣的話，於是他就改變了。」
~語出《我的天才夢》(作者：侯文詠，頁145)

➤ 構築親子關係橋



(1) 親子關係
金三角

(2) 親子身處
異星球

(3) 傾聽溝通
各不同



(5) 情緒管理
不可少

(4) 孩子人生
八議題

親子關係心突破



2015/10/23 07:34

我 的 聯 絡

CONTACT ICONS



djiatau@gmail.com



0935-300-280



【George隨想筆記】
<http://blog.udn.com/djiat>



【George的心靈冒險】
<http://mypaper.pchome.com.tw/djiat/>



丁介陶的尋幽探險話心靈



丁介陶的故事之家
@tk8026w