



### 1. 想暢順與孩子溝通

就要避開溝通路障♡

2. 協助孩子時 ♡

一動不如一靜

### 3. 不傷自尊的教導

「行為」和「人」要分開 ♡

4. 說話小技巧 ♡

「我」訊息-要講真感受

剪下

摺疊



### 5. 面對防衛機制不宜硬碰硬

不知怎做時，就靜靜再多等一刻♡

6. 與孩子衝突時♡

並不是指導他們的好時機

7. 做一個情緒翻譯員 ♡

看穿孩子行為和說話背後的真實情緒

8. 在衝突時，務要在無輸家下

找到彼此接受的方案

「家」多點守護



家長小錦囊(第三節)

