正向紀律 的管教

黃成榮教授
卓越生命成長服務中心董事

教育是什麼意思？

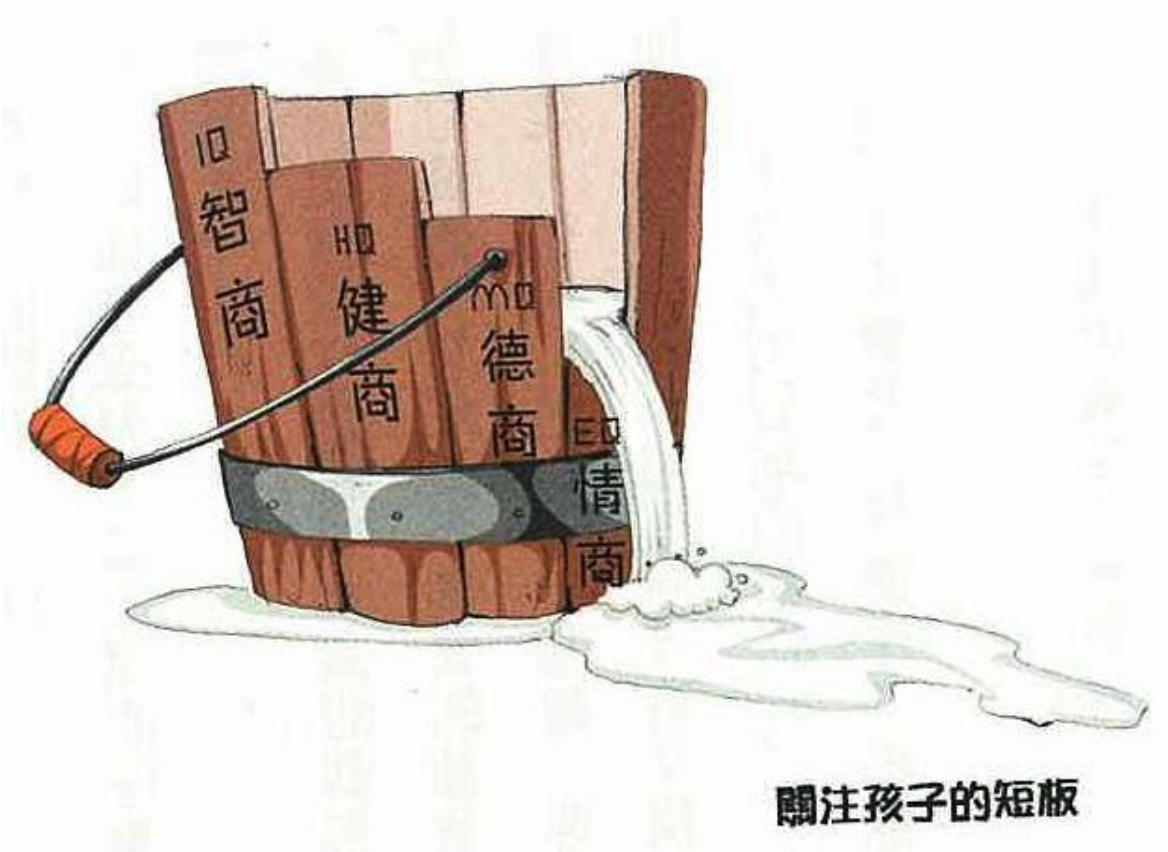
- 著名的哲學家或社會科學家指出教育泛指一切傳播和學習人類文明成果，即各種知識、技能和社會生活經驗的傳授活動或過程，例如：

- 盧梭(J.J. Rousseau)：認為教育是開展個人潛能的歷程；
- 康得(I. Kant)：認為教育是啟發理性、啟發良知的歷程；
- 塗爾幹(E. Durkheim)：認為教育是個人社會化的歷程；
- 杜威(J. Dewey)：認為教育即成長，是經驗不斷改造與重組的歷程。

「教育的目的應該是先成人，後成才；不能成了才，不成人。」

成績只能給孩子一張文憑，而能力和素質卻能給孩子一生的幸福。

教育要培養孩子的強項，更要避免孩子的短處。



正向紀律是家長的魔術棒

孩子的紀律問題，小的包括上課態度散漫、發白日夢和欠交功課；而嚴重的包括考試出貓、欺凌同學和偷竊等，往往令到很多老師及家長束手無策。老師懲處的方法普遍是記缺點和見家長，不過，這些方法今時已難見效，屢勸不改的情況頗為普遍，有些家長又不合作，偏幫孩子，令到家長和老師頭痛不已。

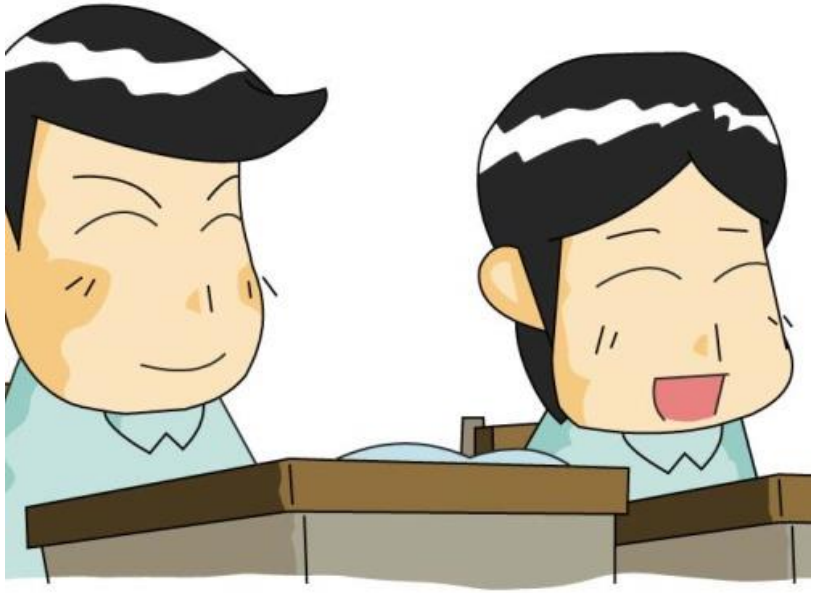
適當的紀律可令孩子健康成長，因此是必須的；紀律不等於懲罰，而是讓孩子明白規矩，大家都應共同遵守，使學校和社會更加和諧；沒有規矩，人就不能互相尊重和合作，因此我們提出正向紀律的概念。

一個正向紀律的環境

1. 需要一個安全的學習環境
2. 發展與人親密的感覺
3. 發展能自己控制自己生命的感覺
4. 透過聆聽別人而學習認識自己的情緒與行為
5. 學習問題解決技巧
6. 理解錯誤的出現及如何從錯誤中學習

以正向紀律的信念

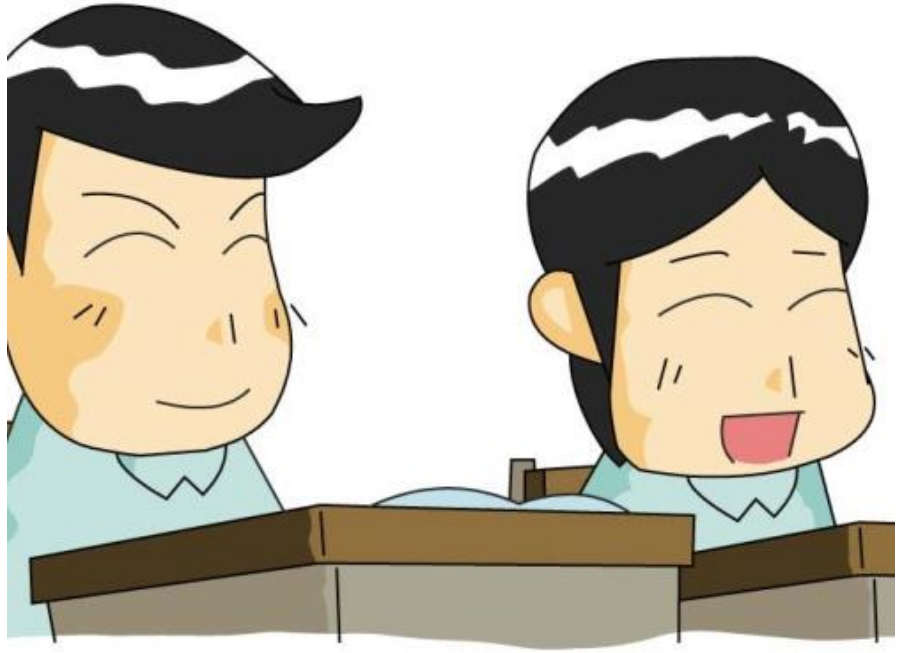
- 每位孩子都可以作出正面的轉變
- 互相尊重及彼此欣賞的文化，有助提升學習動機及學術成績
- 孩子的行為衍生自模仿周遭的人物。有良好的行為樣本作參考，才可促使他們學習良好行為



正向紀律的背後的假設

- 嚴懲可以短暫地阻嚇不良行為，但對孩子長遠的身心成長沒有幫助，相反還有可能導致孩子出現反權威心態及自暴自棄的現象

- 要建立自律行為，必須要有遠見，願意接納和具備互信。雙方的期望要清晰，彼此要願意承擔責任

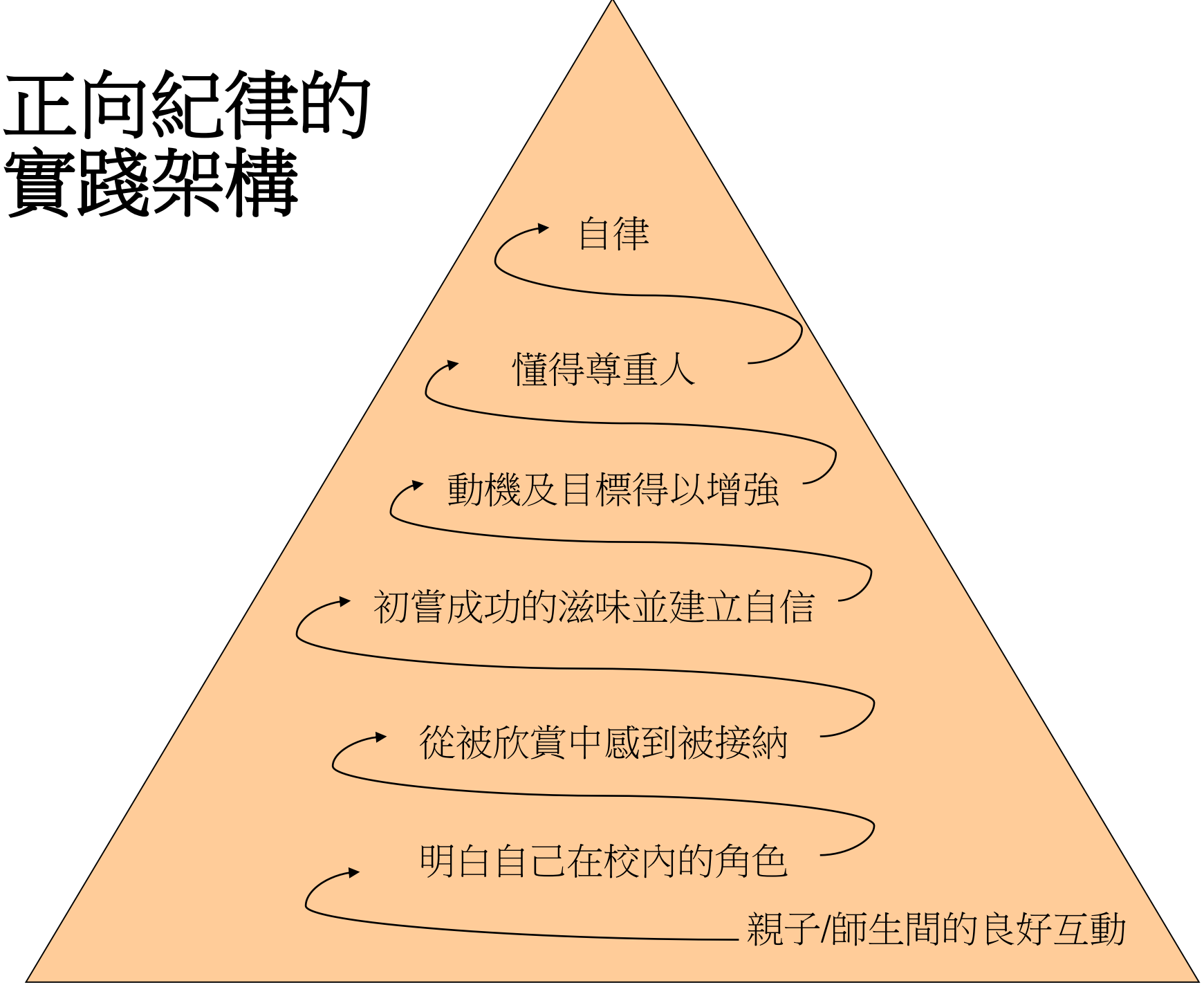


	正面紀律	嚴厲紀律
焦點	• 鼓勵好行為的出現及延續 • 重視師生互動及合作關係 • 啟發學生明白自己的境況，提升動機，邁向自律	• 阻止壞行為的出現及延續 • 重視校規及法定條文 • 以殺一儆百的方式控制學生行為，不容有亂子出現
關鍵詞	• 積極預防 (proactive) • 合作關係 (co-operative relationship) • 清晰指引 (clear instruction) • 提升動機 (enhance motivation)	• 逃避痛苦 (pain avoidance) • 懲罰 (punishment) • 阻嚇 (deterrence) • 矯治 (reform)
理論背景	• 正面心理學 (positive psychology) • 充權理論 (empowerment theory) • 動機面談法 (motivational interviewing technique)	• 審判學派 (justice and punishment perspective) • 行為改良理論 (behavioral modification theory) • 學習理論 (social learning theory)

正向紀律 – 家校合作推動情理兼備的教育 (2)

黃成榮教授

正向紀律的實踐架構


自律
懂得尊重人
動機及目標得以增強
初嘗成功的滋味並建立自信
從被欣賞中感到被接納
明白自己在校內的角色
親子/師生間的良好互動

《心中的小星星》

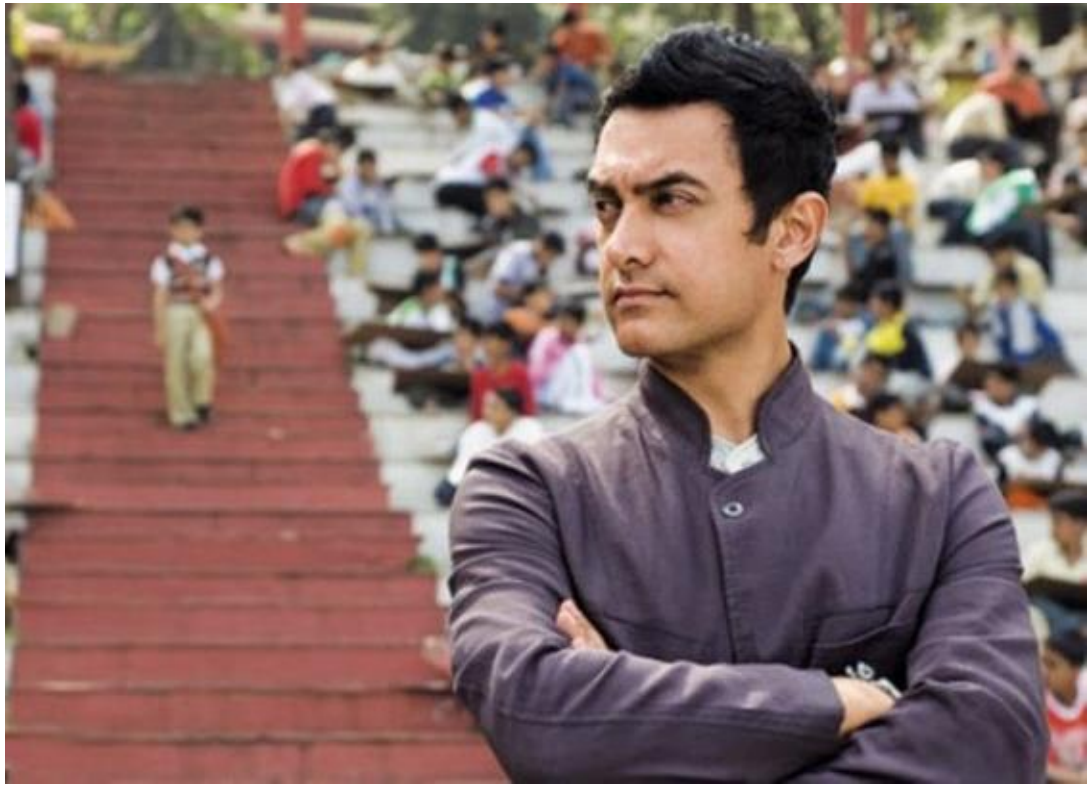
- 最近, 我很喜歡觀看印度之电影(寶來塢 Bollywood), 尤其是阿米爾 . 罕 (又稱印度劉德華 (主演過我們熟悉的《打死不離三兄弟》即打死不離三兄弟、《打死不離三父女》), 今天分享的是其中有一套名為《心中的小星星》（Taare Zameen Par）的电影 (2007)。
- **《心中的小星星》這是一部描寫一位年約八、九歲的可愛有哨牙小弟弟伊翔 Darsheel 的電影。故事描寫一位八、九歲，有哨牙小弟弟正在就讀小學三年級，他叫伊翔，他擁有豐富的想像力，但卻要留級，有一個很不一樣的童年。**

《心中的小星星》

- 伊翔無法融入學校的「正規教育」，成績一直不見起色，每當老師吩咐他閱讀書卷時，伊翔需要很多時間熱身，因為伊翔見到the letters are dancing.
- 有一幕是校長和老師約談伊翔的父母，談及伊翔學習成效差的原因作了以下說明：「他故意犯錯、上課從來不聽、常常藉故上廁所、故意惡作劇擾亂課堂秩序，每一科都零分，他也許不正常。」
- 在印度高壓的競爭環境之下，制度化下的教育講究原則、紀律，伊翔遲遲跟不上同年齡小孩的讀寫能力，學校和家人責罵伊翔不會讀與寫是「態度出了問題」，未能察覺伊翔正面臨閱讀障礙的困境，不斷闖禍的伊翔終於讓爸媽忍無可忍，他們決定將他送到一所以管教嚴格紀律聞名的寄宿學校。被迫離家讓伊翔十分傷心，不被父母兄長所瞭解更讓他難過不已……

《心中的小星星》

- 有天，學校新來了一位美術老師尼康。尼康老師不但用歡樂和熱情來感染學生，更以鼓勵思考、勇於作夢的教學方式，激發大家無比的想像力。
- 尼康老師很快察覺到伊翔的不快樂，他決定去拜訪伊翔的爸媽。他在鼓勵伊翔的父親時用下列的例子：
- 「也許你們也可以關心一下所羅門群島的法，所羅門島上的土著要耕種土地時，他們並不砍樹，只是一群人圍在樹旁，喊叫、咒罵，一段時間過後樹全枯死了」 。 正規教育為了打造將每位學生達到所謂優質的目標而將迫他們進一個「死胡同」，個人的獨特性或學習的差異將不會被高度關注，追不上的是有問題！



掃除障礙 正向地處理孩子行為

障礙	關懷行動
• 成人常假設自己明白學生的想法及感受。(Assuming)	• 以行動去檢視孩子真正的想法和感受。(Checking)
• 赦救/解說是成人自定的使命，於是教學流於講說。(Rescuing)	• 運用探索方法去與孩子一起探究成功與失敗的經驗。(Exploring)
• 成人常用指揮之方法去要求孩子完成任務。(Directing)	• 可考慮以邀請/鼓勵的方法替代指揮。(Encouraging)
• 成人對孩子有一定的期望並不斷給予要求。(Expecting)	• 讓學生自己訂定期望，並助他一步一步完成，發揮潛能，肯定他的能力。(Celebrating)
• 成人主義：(“Adultisms”) -為何你永遠不聽話! -你現在知死啦! -你每次都是這樣的!	• 尊重主義：(Respecting) -你從這次事情學了什麼？ -你認為下次再做時要注意什麼才會辦得更好？ -當你交這份功課時你想著什麼呢？

實踐正向紀律的態度

明白每個人都是獨特的，孩子成長路徑有所不同

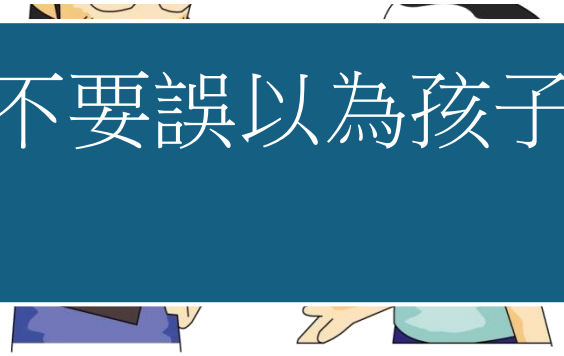
在不影響他人自由下，每人都有權利按自己的人生價值觀選擇生活方式

掌握積極聆聽及洞悉別人心理技術，運用同理心，維持互信關係

節錄自：黃成榮 (2007)。《訓輔人員專業手冊》。香港：香港學校訓導人員協會。(http://www.hkdca.org/handbook)

實踐正向紀律的技巧

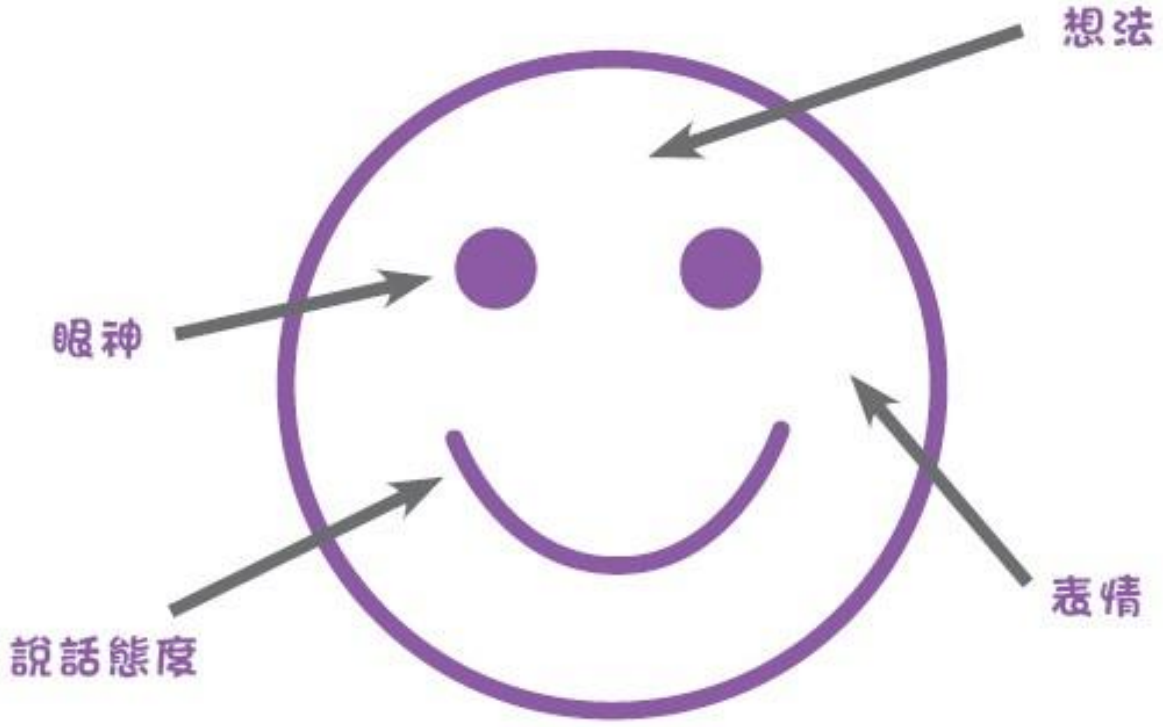
- 堅持不用負面說話或語氣對待孩子。用尊重及肯定言詞表達期望
- 不要為了盡快把事情解決而導致情緒失控
- 遇到孩子反叛行為時，保持冷靜，不要誤以為孩子刻意挑釁



節錄自：黃成榮 (2007)。《訓輔人員專業手冊》。香港：香港學校訓導人員協會。(http://www.hkdca.org/handbook)

語氣、態度和表情

- 在執行紀律時，家長慣常的想法是甚麼？
- 在執行紀律時，家長的眼神如何？
- 在執行紀律時，家長的表情如何？
- 在執行紀律時，家長的說話態度如何？



家長不該說的話

孩子的情況	家長不該說的話
表現過分活躍	你為甚麼總是坐不定的！
上課散漫	你無帶個腦返學嗎？
常發脾氣	你患了燥狂症嗎？
經常不聽家長的話	你想玩「野」嗎？
常與家長對抗	你想作反呀！
不理會家長勸告	你以為我死咗呀！
人際關係遇到問題	你似乎是來自火星！
很少說話	你啞咗呀！
受不良朋輩影響	你是「黑社會」嗎？
常被人孤立	你好似是「獨孤精」！

實踐正向紀律的反思

要時刻反思介入手法有何目的及是否有效

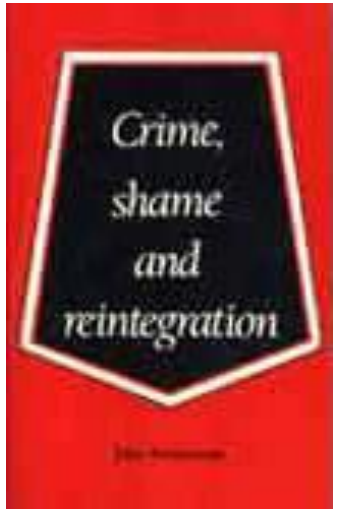
要明白合作的重要性，不恥下問或尋找合作伙伴，產生最好效果

節錄自：黃成榮 (2007)。《訓輔人員專業手冊》。香港：香港學校訓導人員協會。(http://www.hkdca.org/handbook)

運用4R原則

- 手法宜相關(related)： 解決方法宜直接與該問題有關
- 保持尊重(respectful)：家長與孩子維持尊重的關係
- 合情合理(reasonable)：不應因態度或其他問題而立刻增加處罰，處理手法要與行為嚴重性掛鉤
- 採用公開準則(revealed)：及早讓孩子知道違規及犯錯的後果，以公平手法處理

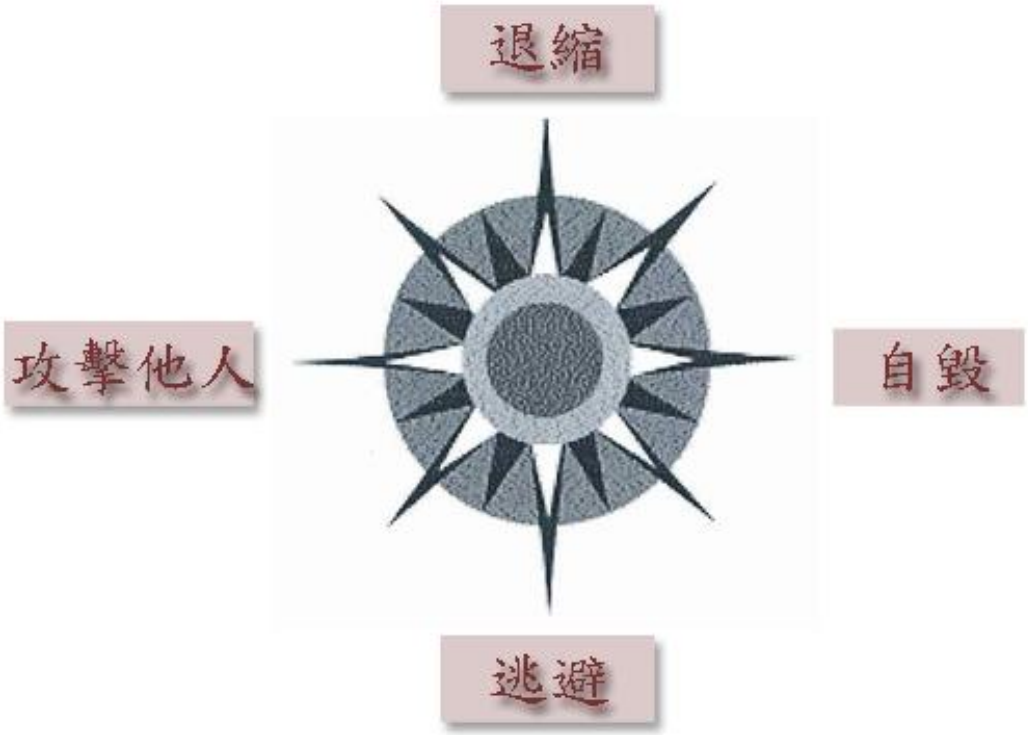
面對挫敗 處理恥感



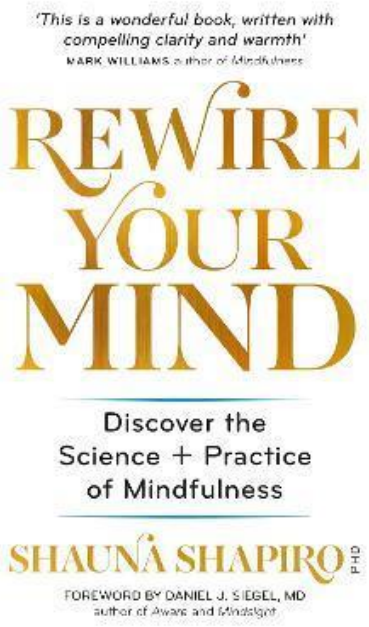
我們都曾被人傷害，感到憤怒，無法釋懷

愛別離　求不得　放不下　怨長久

恥感管理 (Shame Management)



放下及寬恕
(Forgiveness)



Shauna Shapiro（Rewire your brain: Discover the science ）一書作者，提出五個放下和寬恕的技巧:

1. 接納（Acceptance）

• 接納並不只被動地接受一切苦難的發生，而是主動地接受事實的存在。

2. 情緒管理（Emotion Regulation）

• 在原諒的過程中，我們在憤怒、仇恨、悲傷中掙扎。強烈的負面情緒對我們的理性判斷和行為都會帶來不良影響，梳理情緒，免得被捲入負面情緒的旋渦中。

3. 改變觀點（Shifting Perspectives）

• 原諒他人的過程要求我們由憤怒仇恨的狀態轉變到接納現實、理解加害人的狀態，重新認清事件。

4. 同理與憐憫（Empathy and Compassion）

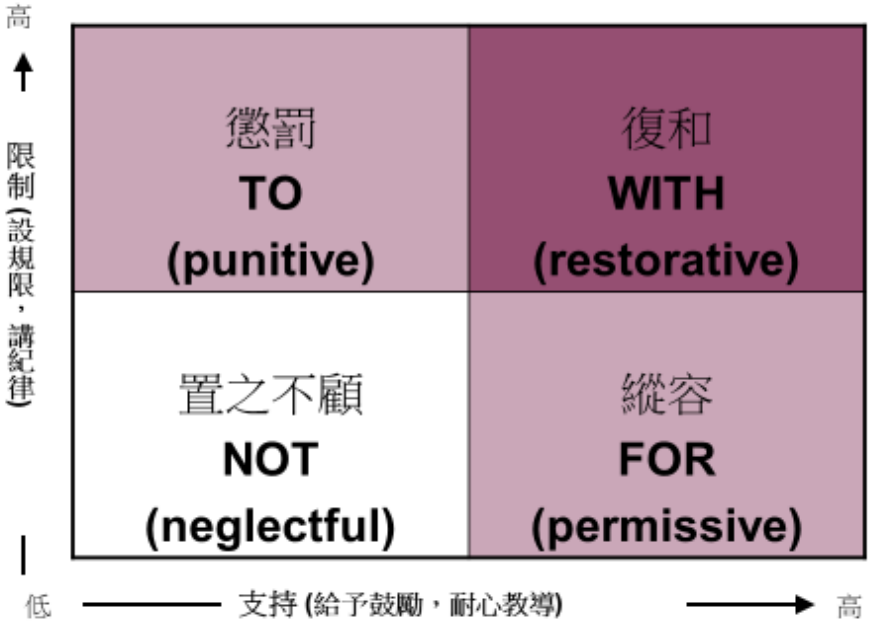
• 同理心讓我們可以嘗試代入別人的角色，憐憫則讓我們可以和別人一起修復，減少痛苦。

5. 積極承擔責任（Radical Responsibility）

• 積極承擔責任並非指我們將事情的發生歸咎於自己，而是認知到我們須要對人生負責，意識到只有改變才可以解決問題。

Restorative Justice and Social Discipline

社會紀律視窗Social Discipline Window



P. McCold & T. Wachtel, 2003

聖法蘭西斯之禱文

- 「將我們的兒童陶鑄成一項和平的工具。那裡有仇恨，讓他們去播送愛；那裡有創傷，讓他們播送寬恕；那裡有猜疑，讓他們播送信心；那裡有失望，讓他們播送希望；那裡有黑暗，讓他們播送亮光；那裡有悲傷，讓他們播送喜樂。神聖的主宰，懇求你教導兒女，少求被安慰，多去安慰人！少求被了解，多去了解人！少求被愛，多去愛人。因為在施與中，我們獲取；又因為在寬恕中，我們獲寬恕；又因為在犧牲中，我們進到永生。」