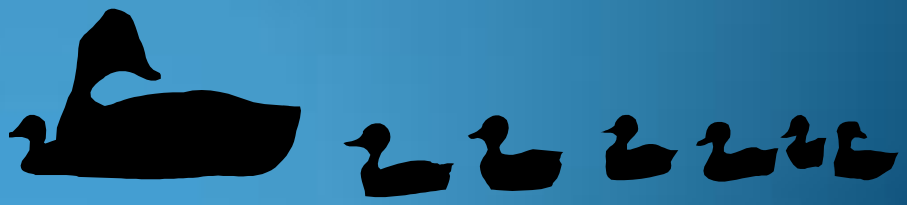
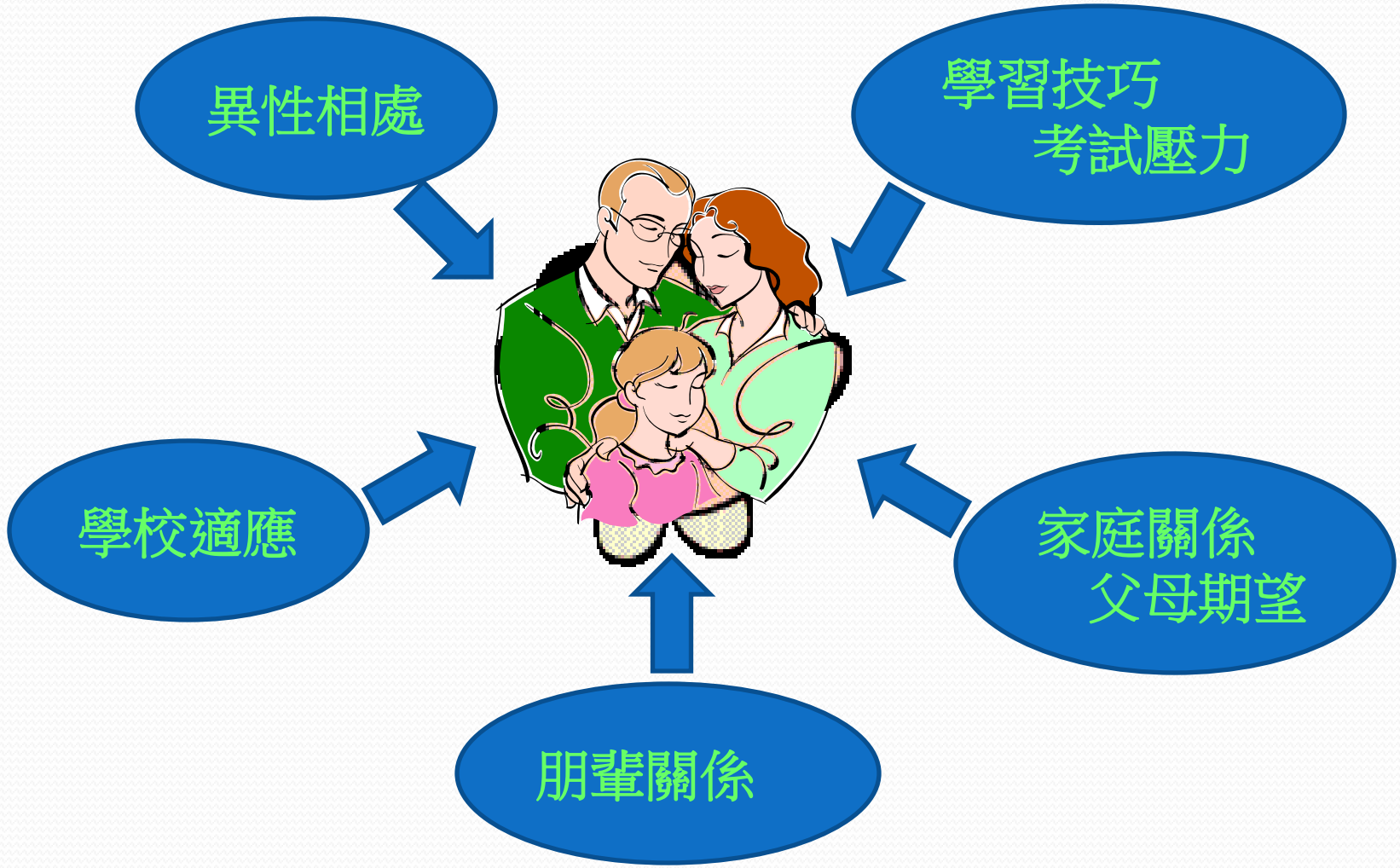
家有升中青少年

香港小童群益會
賽馬會青衣青少年綜合服務中心

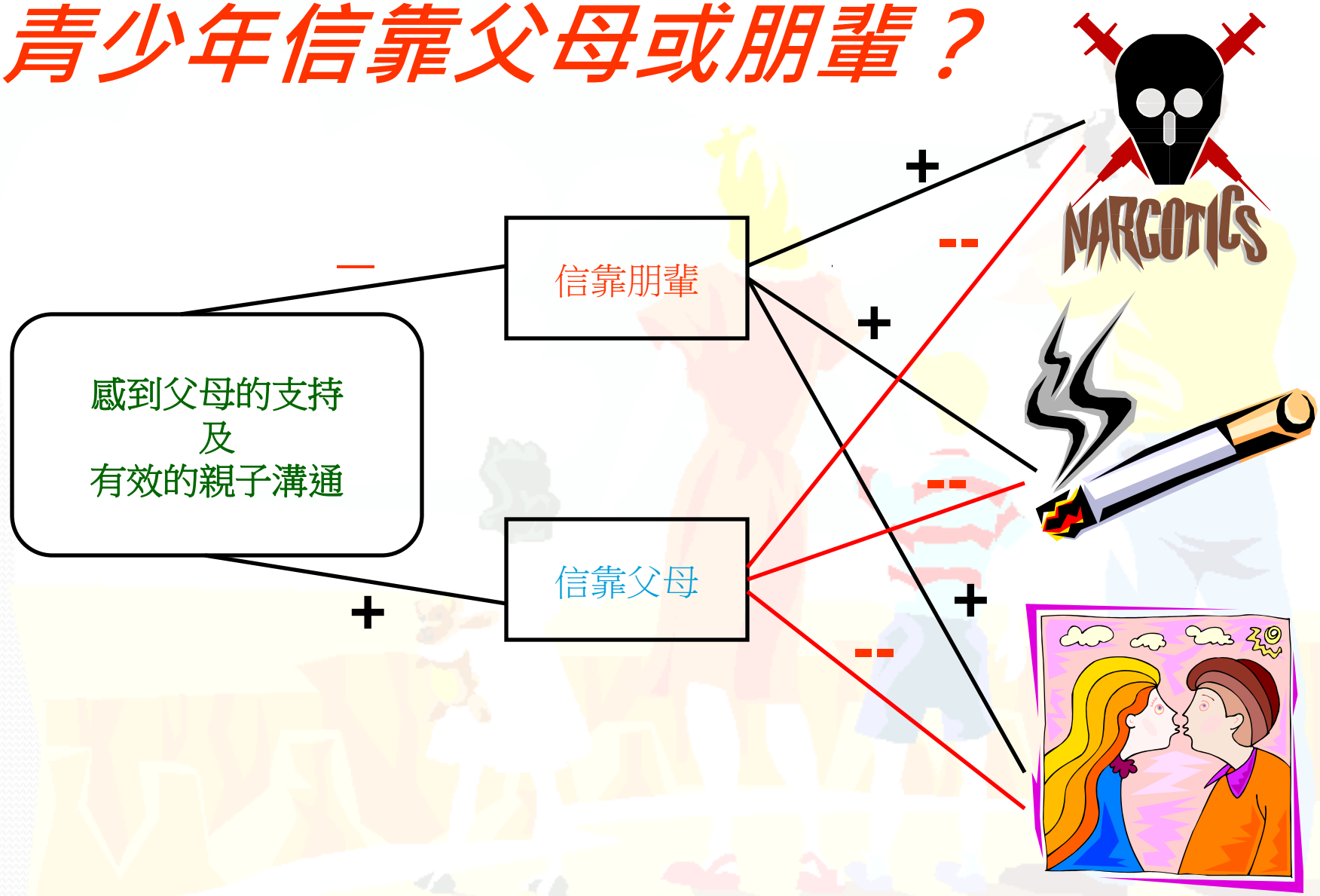


現今青少年的問題是?

初中青少年面對的困難



青少年信靠父母或朋輩？



如何突破溝通障礙？

溝通困難

- 與青少年子女溝通困難的最常見現象：

第一類	針鋒相對，父母說一句，子女就頂一句；
第二類	單方獨白，父母只管說，子女口頭雖應著，但卻心不在焉，仍舊我行我素；
第三類	緘默無言，父母子女互不瞅睬。

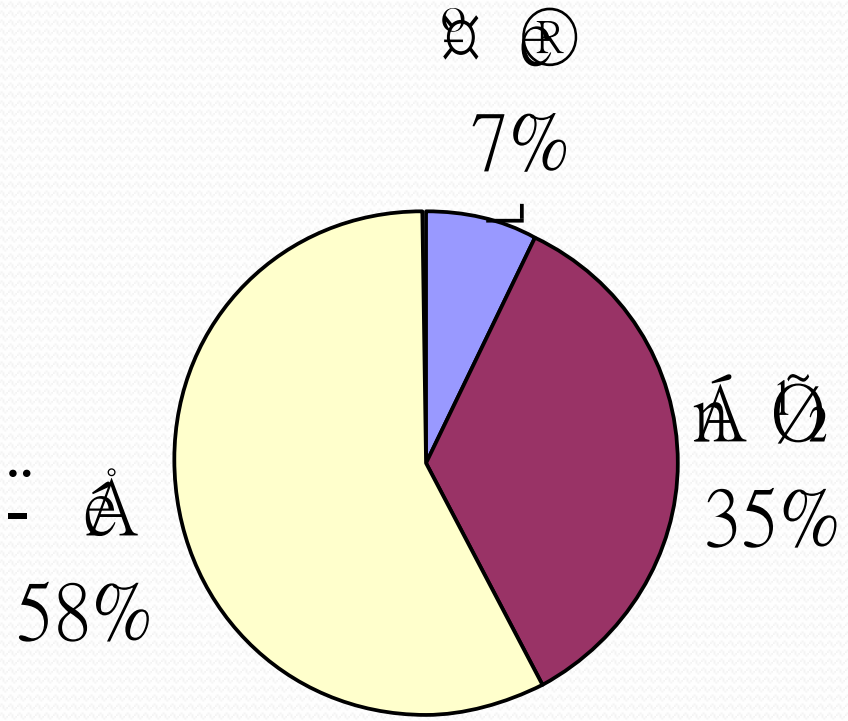
與子女溝通基本功

甚麼是最有效的溝通？

身體語言

聲調

內容



如何改變溝通模式？

- **聆聽三步曲**
  - 第一步: 預備聆聽
    - 先瞭解自己當下的情緒, 來自孩子? 還是自己過去所積聚的情緒?
    - 期望過高, 過多的準則, 以致拒絕聆聽?

如何改變溝通模式？

- 聆聽三步曲
  - 第二步: 聆聽些什麼?
    - 開放地接收信息
    - 準確聆聽, 兼顧有聲及無聲的言語
    - 無聲語言有時較語言世界更豐富地傳情, 例如: 點頭和搖頭; 臉部表情; 身體姿勢

如何改變溝通模式？

- 聆聽三步曲
  - **第三步: 回應**
    - 感同身受
      - 你覺得 … … 因為 … …
      - 他們怎樣捉弄你?
    - 提問
      - 簡短句子或問題, 澄清不清晰的資料
      - 甚麼, 為甚麼, 甚麼時候, 如何, 那裡, 誰… …?

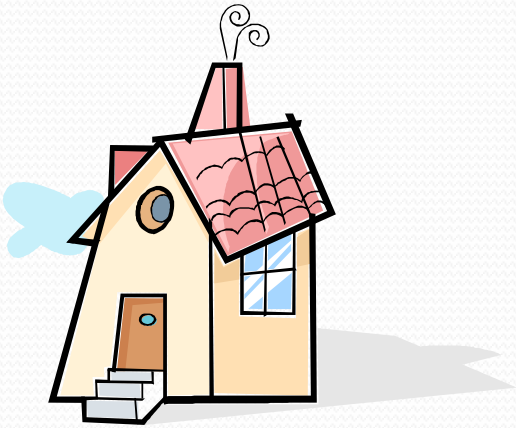
與青少年子女接觸的準備

- 帶著好奇多去**了解**子女的生活及興趣
- 養成**發掘及欣賞**子女優點的習慣
- 養成**多聆聽、少「盤問」**的態度
- 了解自己的限制，預備**開放接納**的態度

擇自青草地全人發展中心

- 嘗試了解青少年的潮流文化

介入方式



- 初步諮詢
- 個案面談
- 小組
- 訓練活動

  (團隊訓練、義工服務、成長小組...)

學校社工 王姑娘

香港小童群益會
賽馬會青衣青少年綜合服務中心

東華三院吳祥川紀念中學
駐校日期：星期一、二、四、五
聯絡電話：2495 0226