

# 正面訓練(Positive Discipline)的知識與運用

## 何為「正面訓練」？

「正面訓練」是指成人運用「正面訓練」的策略/技巧引導或協助幼兒發展自律性、責任感、解難能力和樂於與人合作的能力。Jane Nelsen是最著名推廣「正面訓練」Positive discipline的教育心理學家，她認為很多幼兒的行為問題是由於未能成功建立以下七種能力而產生的。

1. 建立個人認知能力；
2. 建立自尊、自重的能力，知道自己能作出的貢獻，並知道自己是個有用的人；
3. 知道自己擁有改變或影響個人生活的能力；
4. 具有自省能力；
5. 具有與人溝通的能力；
6. 具有整理，組織系統的能力；
7. 具有判斷的能力。

## 「正面訓練」的策略建議：

1. 預測及計劃避免可能會發生的行為問題；
2. 了解幼兒行為背後的原因，與老師或家人討論加深對情況的了解及對症下藥；
3. 當處理幼兒行為問題時，應針對幼兒的行為而非評價幼兒個人。讓幼兒清楚知道那些行為會被表揚，重點並非那些人被表揚；
4. 協助或引導幼兒預知行為背後會有或要負什麼後果；
5. 協助或引導幼兒運用解難的技巧/策略尋求解決困難的方法；
6. 向幼兒解釋不同的選擇，例如，如果你想玩車，就需要依箭嘴方向行駛；
7. 協助或引導幼兒思考自己出錯的原因及對自己的錯誤作出更正或補救；
8. 觀察幼兒的情緒或精力是否得到適當的發洩。有需要時，可適當地安排大肌肉活動讓幼兒得到均衡的身心發展。

## 使用「正面訓練」模式時，成人要具備甚麼態度：

使用「正面訓練」模式時，成人要冷靜思考、分析幼兒行為背後的原因，了解幼兒需要建立那一種能力，按情境運用不同的策略協助孩子建立長遠的正確態度和能力。在使用「正面訓練」模式時，成人要持一個開放、開明及尊重孩子的態度，要耐心地提供機會讓幼兒自行嘗試找出自己要改善的地方；要從孩子的角度出發思考，要讓孩子知道你愛和關懷他/她，但不會放縱他/她的行為。讓孩子感到愛與關懷的同時、亦要讓孩子在預設的範圍下讓孩子選擇，讓他/她體驗自己是個有影響力的人。

總校長：陳嘉敏

二零零九年五月十五日