

有效共親職，優化教養質

112. 5. 8星期一
18:30~18:40
各班教室(線上)
輔導老師 詹莉玟



陪孩子走一段成長歷程 一起攜手**共親職**優化教養質

伴侶能共同分擔照顧、教養孩子的責任，爸爸不再只是有空才來協助媽媽照顧小孩的幫手，而是和媽媽形成一個**親職同盟**，在**相互支持、溝通合作及彼此尊重的原則下**，建立愉快的**親職同盟**（許芳菊，2021）。

理想的共親職

合作式的家長，雙方衝突程度是最低的（林秋芬，2016）。

1. 教導：協助孩子解決問題、教導孩子新技能、與孩子討論問題及處理孩子不當行為。

2. 照顧：替孩子準備飲食衣物及上學用品、清潔整理孩子的生活物品及房間等。

3. 休閒活動：和孩子一起從事戶外活動、和孩子在家遊戲與參加其學校活動等（林惠雅，2010）。

家長如何陪伴孩子勇敢自信的成長-1

1. 溝通分工：針對孩子的發展需求，家長與學校教師、同學、親屬等重要他人的觀察與建議，**透過深刻溝通對話，發揮彼此在教養上的優勢能力**，共同陪伴孩子走過當前發展上所遭遇的難題。

2. 補位求援：共親職的分工可能因彼此的生活變化無法順暢執行，此時，家長必須能透過**即時補位或尋求外援**的方式，讓孩子的發展需求能獲得照顧。

家長如何陪伴孩子勇敢自信的成長-2

3. 包容鼓勵：補位求援的實踐過程中，難免有不如預期成效的感受出現，在此當下，應**包容彼此的作法與思考，給予對方滿滿的鼓勵與讚美**，攜手**反思**每個行動當下可再滾動**微調之處**。

4. 與愛同行：分工固然是共親職實踐過程非常核心的一部分，然而，在整體實踐歷程中，應隨時回到**以愛出發的「合作」觀點做思考**，找機會共同參與每個細部分工內涵，製造親子同聚時間，展現1+1大於2的教養力量。

我和我的孩子

一本給家長的手冊



—— 青少年篇 ——

鼓勵彼此，容許孩子緩慢成長過程的停滯不明，預留彼此共同與個別休息時間，調適好身心狀態後，與愛繼續同行！

