

# 給高中生家長的N堂課

中山女高 黃 琪

2023. 08. 26

# 課前暖身

- 我的期待/目標：
- 我的先備知識：
- 我要學習的是：

我的孩子上高中了

我希望她\_\_\_\_\_

健康

快樂

優秀

?

?

# 未來職場最搶手的人才 擁有哪種技能？

天下雜誌2019-08-08

- 美國世代專家詹金斯（ Ryan Jenkins ）：  
「一旦未來，A I 醫生可以診斷出患者的狀況，精確度比人類醫生要高出許多，那人類醫生們要做什麼？」

# 未來十大技能 2020 Top10

- 複雜問題解決能力 Complex Problem Solving
- 批判思考能力 Critical Thinking
- 創新能力 Creativity
- 人際管理能力 People Management
- 協同合作能力 Coordinating with others
- 情緒智力 Emotional Intelligence
- 判斷與決策能力 Judgment and Decision Making
- 服務導向思維 Service Orientation
- 協商能力 Negotiation
- 認知靈活性 Cognitive Flexibility

# 軟技能

- 情緒智商

感知、控制、表達情緒

審慎、具同理心地處理人際關係

# LinkedIn 公布搶手技能排行榜： 這 10 種人才，老闆最愛！ 2020.

## 硬技能

- 區塊鏈
- 雲端計算
- 人工智慧
- 聯盟行銷
- 雲端計算
- 商業分析
- 數據分析
- UX 設計
- 業務銷售
- 影音製作

## 軟技能

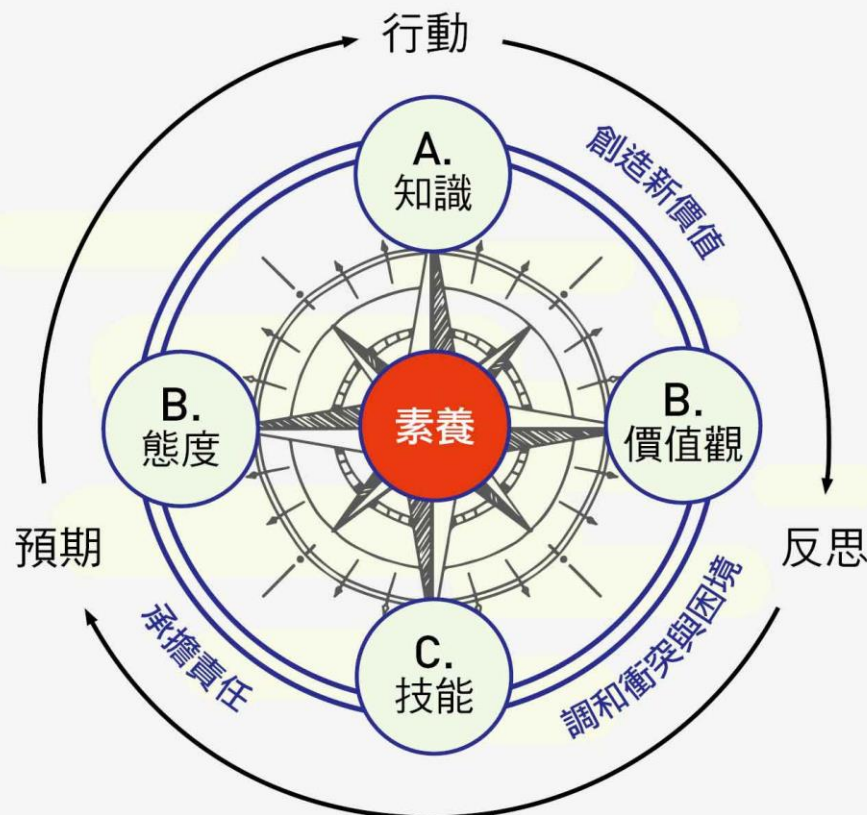
- 創造力
- 說服力
- 協作力
- 適應力
- EQ

所有職務必備的基本能力

2030  
OECD

經濟合作暨發展組織

# OECD 2030學習羅盤：以幸福為最終目標



## A. 知識

- 學科知識
- 跨領域知識
- 認知知識：知道專家工作與思考的方式
- 程序知識：知道完成目標的行動步驟

## B. 態度與價值觀

- 個人價值觀
- 人際價值觀
- 社會價值觀
- 公民價值觀

## C. 技能

- 認知技能：包括批判性思考、創意思考、學習如何學習和自我調節
- 社會與情緒技能：包括同理心、自我效能、責任感與合作
- 實作技能：包括使用新資訊與科技傳播裝置

資料來源：OECD

中山女高112學年度新生家長說明會

認知

社會與情緒

實作



# 什麼是素養？

OECD(經濟合作暨發展組織)教育主席 & PISA 領導人  
史來賀 Andreas Schleicher :

素養：能去創造、去想像、  
去面對不確定性、以及去執行

資料來源：天下雜誌2020.11.03

# 未來人才需要的是： 創意思考的培養

- 非制式答案
- 養成方法： 給予空間去嘗試、去犯錯
- 老師角色的轉變：  
發號施令→教練、引導者
- 家長心態的調適：  
孩子可能不會去學我們熟悉的、學過的東西

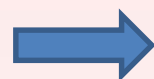
# 史來賀的建議

- 這個時代，學校無法為孩子準備所有他們人生需要的東西，只能給他們**方法**
- 父母**打造創意思考的環境**：
  - 鼓勵孩子自我探索
  - 協助他們發掘問題

不是直接給答案

更不要代替他們  
解決問題

直接給答案



弱化孩子的**創造力**  
與**想像力**

代替孩子解決問題



孩子將缺乏  
**學習解決問題的**機會****

EX:

複雜性思考

人際互動（尊重、同理、接納）

# 根本而重要的事

- 正向樂觀的態度
- 承受挫折的能力
- 溝通表達的能力
- 團隊合作的能力
- 終身學習的能力
- 負責承擔的能力
- 創新與應變能力

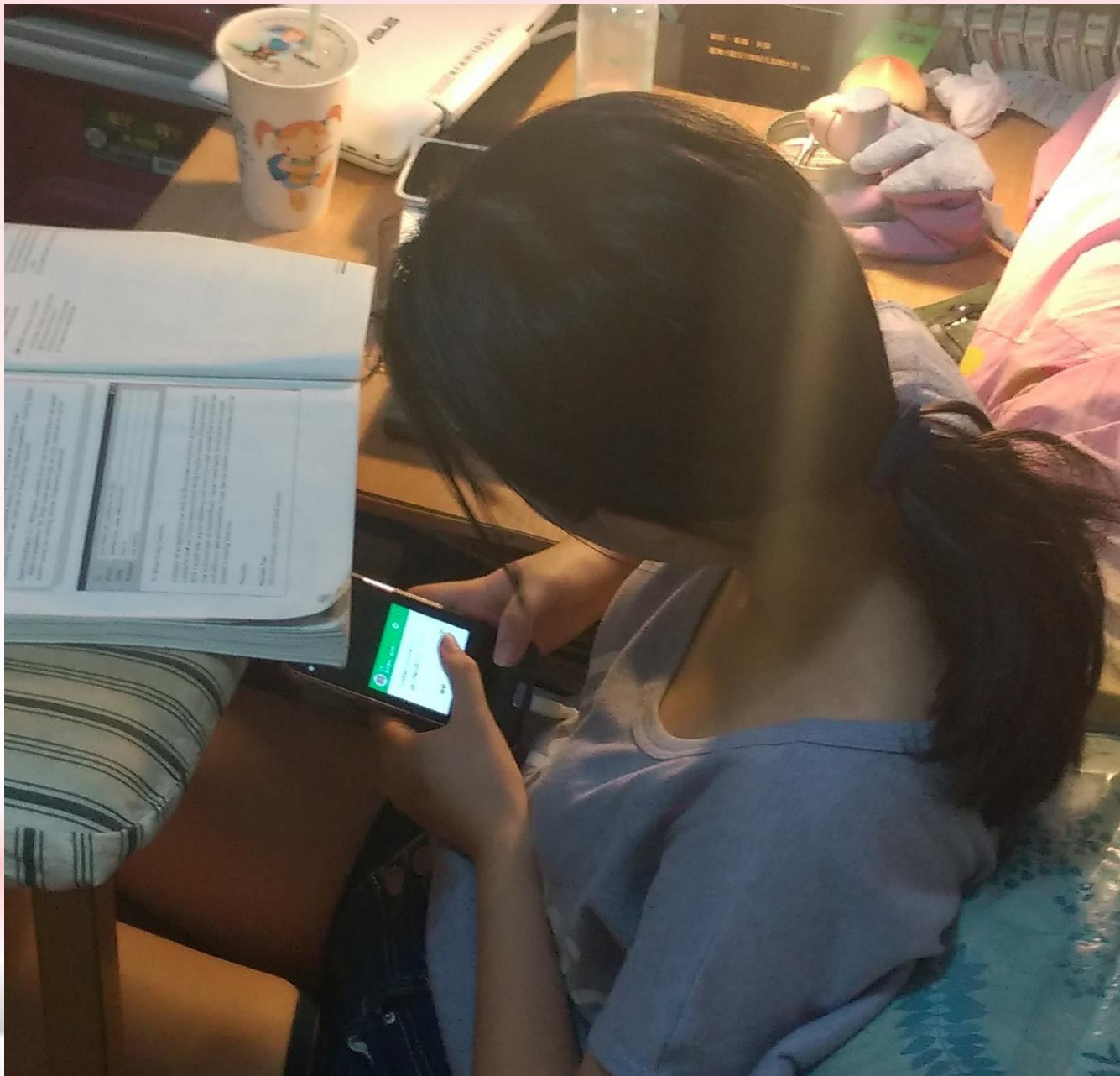
➔ 孩子必須自己學會，父母無法幫他做到

# 前測：國中 v.s. 高中



|      | 國中生   | 高中生                  |
|------|-------|----------------------|
| 心理   | 依賴    | 獨立                   |
| 行為   | 須他律   | 應自律                  |
| 課業   | 基礎、簡單 | 銜接大學、難度增高、範圍擴大       |
| 人際關係 | 班級、校內 | 班級、學姊妹、社團同學、跨校       |
| 社團活動 | 時間花費少 | 課堂時數外，練習時間長；<br>成果發表 |
| 師長職責 | 管教、指導 | 提供教學專業、引導學生自主學習      |
| 家長感受 | 生活規律  | 孩子很忙，常不在家            |

高中：學習獨立、自主的階段  
父母的功課：了解孩子，給予關心和尊重



# 第一堂課 概論

- 課業變多、變難
- 做不完的簡報、溫習不完的功課
- 沒有聯絡簿，沒有老師安排考試
- 時間不夠用，在忙亂中度過每一天
- 日出而作，熬夜不息
- 腦袋變笨了，什麼都記不住
- 人際關係好複雜，又不想得罪人
- 沒自信（外貌、成績、能力）
- 交不到好朋友（同性、異性）
- 錢總是不夠用
- 爸媽不了解我



# 第二堂課 心理學

高中是人格發展的重要階段：

➤ 自我認識、自我探索

多元嘗試：學科、社團、其他興趣專長

➤ 學習獨立

重視隱私

叛逆：孩子自我意識的展現

從不跟父母吵架的孩子，  
不是冷漠無感，就是沒有思考能力

「吵架」意味著  
孩子想表達自己  
的想法

➔ 父母的心理感受：失落感、喪失權威  
要懂得自我調適，接受孩子的改變

# 第三堂課 社會學

## 高中是學習人際互動的重要階段

- 同班同學
- 社團同學
- 學姊
- 外校同學
- 師長
- 其他



父母不再是  
孩子世界的  
中心

# 第四堂課

## 親子溝通

- 先「理」後「管」 - 先理解、再管教
  - 第一步：了解問題所在  
學業？社團？人際衝突？  
異性交往？自我認同？
  - 第二步：進行親子溝通  
心平氣和  
多聽少說  
經驗分享
  - 第三步：共同擬定策略

孩子大了，  
管不動了！

# 親子專家的提醒

從另一個角度理解「聽話的孩子」

- 一個十分聽話的孩子，其實就是一個被剝奪了絕大多數可能性的孩子，因為他只會按照父母的意願去做事，那些父母所不允許的，或者那些由於父母認知局限所限制的領域，於他而言無形中就被關閉了。

# 我們想培養一個聽話的孩子嗎？

- 富蘭克林說：

有些人二十五歲那年就已經死了，  
直到七十五歲那年才埋葬。

他們死的並不是肉體，

而是心中的希望，

以及對人生無限可能性的堅信。

# 賈伯斯曾強調「初學者的心態」

- 初學者的心態：  
不要迷惑於表象，而要洞察事物的本質，  
不要無端猜測、不要期望、  
不要武斷也不要偏見。
- 初學者的心態正如一個新生兒面對這個世界一樣：  
永遠**充滿好奇**、**求知欲**、**讚嘆**。

# 對話技巧

- 允許孩子在安全的範疇大膽嘗試，同時喚醒孩子內心對萬事萬物的好奇。
- **教練技術**（Coaching Technology）中有一套問話模式：
- 當孩子問你問題時，千萬不要急於給答案
- 因為，就算你的答案是對的，他也只得到一個答案。
- 最好的方法是讓孩子自己去尋找答案。

# 對話原則與示範

當孩子問你問題時，他一定自己事先思考過，只是對自己的答案不是很確定。

你可以反問他：「你說呢？」

- 當他有了一個答案之後，你再問他：「還有呢？」
- 當他有了一個答案之後，再問他：「除了你剛才所說的，還有呢？」
- 直到他說「沒有了」，你還可以問他：「假如有的話，是什麼呢？」
- 孩子就會潛移默化地養成一種開放式思維習慣，他的內在會形成這樣一種信念：「凡事都有三個以上的解決方法，只是我暫時還沒有想到罷了。」



# 隨堂測驗

- 孩子說今天不想上學，希望您幫她請假，您會怎麼做？
- 孩子回家向你抱怨功課很多做不完，您會如何回應？
- 孩子跟同學吵架，心情不好，您會跟她說什麼？

# 回家作業

## ➤想一想：

您有多了解自己的女兒？

## ➤該做的事：

1. 營造一個溫馨的家
2. 注意營養，規劃運動休閒活動
3. 傾聽她的心聲，陪伴她度過低潮
4. 培養正確的態度：紀律、守時、禮貌

有了軟實力，才能發揮硬實力

# 第Ⅳ堂課 自我精進

- 成為孩子的助力，而非阻力
  - 能夠解讀她的心情
  - 關心她的身體狀況
  - 培養規律生活作息
  - 專注傾聽代替說教
  - 與她分享生活點滴
  - 一起運動、出遊、用餐

～相信她，放手讓她高飛～

# 推薦書目

- 未來在等待的人才 /丹尼爾·品克（大塊）
- 薩提爾的對話練習 /李崇建（親子天下）
- 情緒解鎖 /馬克·布雷克特（天下雜誌）

父母是孩子一輩子的老師

同理、支持、陪伴  
是父母給予孩子最珍貴的禮物

～共勉～

～謝謝聆聽～

