小学家长教育资源套

双亲合作子女愉快成长：

如何促进父母亲之间的合作？

优点赞赏工作纸

**目的：**帮助家长认识赞赏并肯定伴侣在照顾子女上的付出的技巧，让家长在照顾子女上保持正面的合作关系。

**活动：**反思伴侣的内在优点，并在日常生活中寻找能反映这些优点的行为

**活动时间：**5分钟

**内容指示：**赞赏及肯定伴侣的付出时，家长需要具体及清晰指出伴侣的正面行为，并将这个外显行为与伴侣的内在优点连结起来。在以下24个内在优点中，你觉得你的伴侣有哪几个？请先圈出三个你伴侣的内在优点﹙圈出三个白色格子﹚，并记录过去一个月内你伴侣通过什么行为显示出这些优点。



将伴侣的外显行为与伴侣的内在优点连结起来：

|  |  |
| --- | --- |
| 内在优点 | 外显行为 |
| 例子：喜爱学习 | 伴侣在星期天都走去听家长讲座，学习支持子女发展的知识。 |
| 我的伴侣的优点一： |  |
| 我的伴侣的优点二： |  |
| 我的伴侣的优点三： |  |