

香港资优教育学院 The Hong Kong Academy for Gifted Education

资料页

提升自尊感的方法

一般孩子都需要良好的自我感觉，资优生亦然。其实，资优生的情绪可能较其它孩子的更为复杂，无可避免的是，他们的社交及情绪会影响他们的行为及学习。提升他们的自尊感会增强他们的自信，也会使他们感到自己是有价值的。

提升自尊感的方法:

赞扬

尽量找机会称赞孩子，比例为 4:1，即每一次负面的评语就有四次正面的评语。

避免负面的称号

不要说孩子愚蠢或顽皮。重点应该是注视他的行为，而不是他本身。要让孩子知道你爱他，你不满的只是他的行为。

避免比较

每个人都不同，不要将你的孩子跟别人比较，即使是兄弟姐妹之间的比较也应避免，应着眼于孩子有否尽力而为。

体谅及帮助

对你的孩子说，犯错是学习过程的重要一环，即使是成年人也会出错，我们都要从错误中学习，然后改进。

分段执行工作

帮助孩子把功课及学习细分成几个段式部分，使艰巨的功课变得较易处理。

奖励孩子的成就

把握任何一个机会提醒孩子能做到的事及他们的成就，更可考虑为孩子及家庭设计一项合适的奖励计划。

正面思考

帮助孩子正面思考，以积极的态度学习。教他怎样把‘我不能’的想法以‘我能够’的想法代替。

内容改编自 NAGC - Factsheet