

社會福利署  
中央心理輔助服務(學前服務)  
家長/員工講座

# 品格培養

# 誠實測試——錢包實驗

- 實驗內容：
  - 1,100 個錢包被放置在電話亭/大廈門口等當眼地方
  - 每個錢包內有\$50及物主的姓名和電話號碼
- 實驗目的：
  - 比較不同地方的市民歸還錢包之數量

• 實驗結果：

挪威 (100%)

丹麥 (100%)

：

美國 (67%)

：

意大利 (35%)

瑞士 (35%)

香港 (30%)

墨西哥 (21%)

- 反思

- 個人的品格是受到文化背景所影響
- 家庭的影響更為重要：很多受試者認為父母從小所灌輸的正確價值觀促使他們將錢包歸還主人
- 同理心的重要性：加拿大待業者**Brian Toothill** 的分享

# 2007年全球誠實大調查（讀者文摘）

- 實驗內容及目的：

全球三十二個國家／地區的主要城市，分別刻意遺下三十支中等價位的手機，看看有多少能物歸原主？

• 實驗結果：

盧布亞那(斯洛維尼亞首都) (96%)

多倫多 (93%)

•

•

墨西哥 (66%)

台北 (53%)

新加坡 (53%)

香港 (43%)

- 反思

- 公民教育

- 信仰是使人誠實的力量之一

- 貧窮人不一定就不誠實

- 家長教育影響重要：

1. 小時候父母曾教導要誠實

2. 要給兒女作好榜樣

- 歸還手機比率平均達68%，心理學家保羅·艾克曼認為：「邪惡罪行有時被媒體過分渲染了，其實大多數人都是奉公守法的好公民，可以互相信賴。」

# 品格的類別

1. **Wisdom** (智慧)
2. **Justice** (公平，尊重，正直，責任)
3. **Fortitude** (堅毅，忍耐，自信)
4. **Self-control** (自制)
5. **Love** (仁愛，憐憫，慷慨，服侍，忠誠，寬恕)
6. **Positive attitude** (積極，樂觀，彈性，幽默)
7. **Hard work** (勤奮，主動，目標)
8. **Integrity** (誠信)
9. **Gratitude** (感恩)
10. **Humility** (謙虛)

# 品格的特性

- 令我們和他人能過着美好的生活；
- 即使不能帶來明顯的裨益，也有其本身的道德價值；
- 展示個人品格並不會貶低身邊的人的重要性；
- 從思想、感覺和行動中展現出來；
- 從文化中汲取養分，獲制度、習俗、榜樣、寓言、格言和兒童故事滋養

# 品格的重要性

- 抗拒環境誘惑—色情暴力風氣的漫延
- 重建家庭結構—壓止離婚，家庭暴力及未婚產子
- 減低罪惡行為—吸毒，酗酒，欺詐
- 建立公義社會—肅貪，改善貧富懸殊
- 提昇親職功能—協助子女邁步人生
- 防止文化衰落—古化文明的失落引以為慚

# 建立子女品格方法

## 一·重視道德教育

品格為因，成績為果  
心態及習慣自少養成

## 二·堅守親職權威

被尊重及服從的權利

絕不容忍不禮貌的說話及行為

- “留意你說話既語氣？”
- “即使心情唔好，你都唔可以講呢D說話。”

# 建立子女品格方法

## 三・愛護子女

質與量並重

編排單獨相處的機會

有內涵的溝通

努力維繫夫妻關係

## 四・身教勝於言教

示範寬恕家人的過失

對待配偶及親朋的態度

為持守信念付代價

# 建立子女品格方法

## 五·控制視聽

傳媒灌輸物質，個人主義及性開放

控制電視，電子遊戲及上網時間

解釋傳媒散播的不良意識（保護子女責任）

## 六·直接教導

禮貌

- “講唔該，多謝” “不可以打斷別人的談話” “同人講說話要望住人” “收拾自己的物件” “咳既時候要遮住個口”  
“別人送禮物比你既時候要致意”

“唔可以講大話，作弊及偷竊”

“無扭計，無投訴，無藉口”

# 建立子女品格方法

## 七· 教導道德判斷

- “你希望別人怎樣待你，你便怎樣待人？”
- 公平原則
- 你喜歡其他人都這樣做嗎？
- 這是否真實及正確無誤？
- 父母會怎樣看？
- 與個人信念/信仰原則相符嗎？
- 與良心有衝突嗎？
- 會有不良後果嗎？

# 建立子女品格方法

## 八·公平處理衝突

聆聽各人的感受

從別人的角度看問題

讓他們參與解決家庭問題及維繫和諧關係

## 九·給與實踐機會

家務

功課=工作

訂定計劃的習慣

# 幼兒品格發展的技巧延伸訓練

1. 誠實遊戲、誠實小故事
2. 大勇氣小故事、勇氣事件簿、勇氣遊戲
3. “尊重” 角色扮演
4. 玩具公平齊分享
5. 同理心小偵探
6. 友善真英雄
7. 感謝/感恩遊戲
8. 自律小生活
9. 愛心輪盤

# 誠實遊戲

- 步驟一：事實的真假

例子：

我們用眼睛看東西 (+)

我們用鼻子聽東西 (X)

天空是藍色 (+)

天空是綠色 (X)

- 步驟二：講真話/講假話

例子：

我在廚房拿了餅乾，媽媽問我，我說：「我吃了兩塊朱古力夾心餅。」  
(真話)

我拾起一元然後說：「我沒有拾一元。」 (假話)

# 誠實小故事

- 從前小麗家養了一頭小狗叫Bobo，有一天……
- 故事告訴我們甚麼？為甚麼誠實那麼重要？

# 大勇氣小故事

- 巨龍的故事

從前有一個王子 . . . .

# 勇氣遊戲紅黃藍

- 學校、家庭事件簿

大勇氣 (紅)	小勇氣 (黃)	欠缺勇氣 (藍)
++	+	--

# 勇氣遊戲--你會怎樣做？

1. 你和媽媽一起去商場,你突然發現不見了媽媽!
2. 學校來了一位新同學,他不懂說廣東話,只懂說法文,你會怎樣做?
3. 你在學校門口發現一個銀包!

# “尊重”角色扮演

- 家長：扮演小孩
- 幼兒：扮演其他角色
- 目的：讓小孩明白被尊重的感受
- 例子：
  1. 孩子不停騷擾媽媽和鄰居姨姨傾談
  2. 孩子雙腳得累，但很見媽媽提著很重的餸菜，他沒有扭計要媽媽抱，乖乖地跟在媽媽身邊步行回家

# 玩具公平齊分享

- 輪流的概念
- 一齊玩的好處

# 同理心小偵探

工具：

- 手偶/公仔
- 情緒面譜

題材：

- 與情緒有關的故事書

# 同理心小偵探

- 例子：彩虹下的寶物
- 基本情緒面譜：開心  
難過（不開心）  
驚  
憤怒

# 友善真英雄

- 從前有兩個男孩住在一個名「任何之地」(Anywhere)的地方
- 主角：「大隻先生」和  
「友善先生」
- 誰是真領袖？

# 感恩遊戲

- 材料：

深色袋一個

玩具—食物，衣服，動物，花，公仔

其他——筆，圖書，錢幣

- 遊戲方法：

將材料放入深色袋內

每次小朋友拿一物件，憑觸覺先猜是甚麼東西，然後說出該東西對小朋友的意義/值得感恩的地方

例：牛——給我們牛奶喝

# 自律小生活

- 遊戲前工作
- 早睡早起
- 「太多」遊戲

吃太多糖果 · · · · 丟牙齒

睇太多電視 · · · · 沒時間玩玩具

太多 \_\_\_\_\_ · · · · \_\_\_\_\_

# 愛心輪盤

- 材料： 汽水/水樽一個  
紙條二十多張 (正面內容)
- 遊戲方法：參加者圍圈坐，水樽放在圈中間轉動，被指到的小朋友抽一張紙條然後回答問題
- 例：誰今天幫助小朋友？  
誰有禮貌？  
你想為誰做一件好事？是甚麼？

## 總結：

- 孩子品格乃是從小培養出來的
- 家庭為培養孩子品格最重要的地方
- 孩子品格——今天由你開始！

## 參考資料：

- Eyre, L. & Eyre, R. (1993). Teaching your Children Values. New York: Fireside
- Jenkins, J.B. (1991). Twelve things I want my kids to remember. England: Scripture Press.
- Lickona, T. (2004). Character matters: How to help our children develop good judgment, integrity, and other essential virtues. New York: A touchstone book.
- Miller, J. (1998). 10-minute Life Lessons for Kids. USA: Haper Perennial