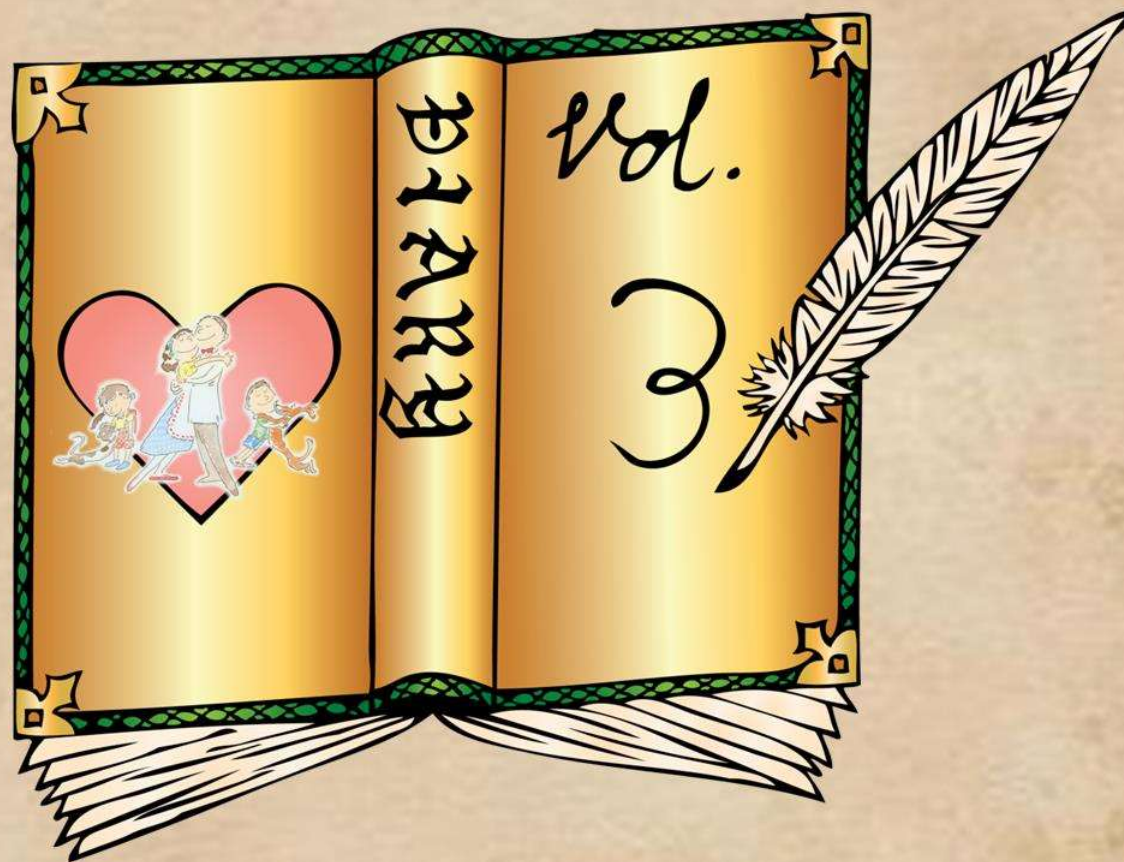


【愛家日記 第三篇】



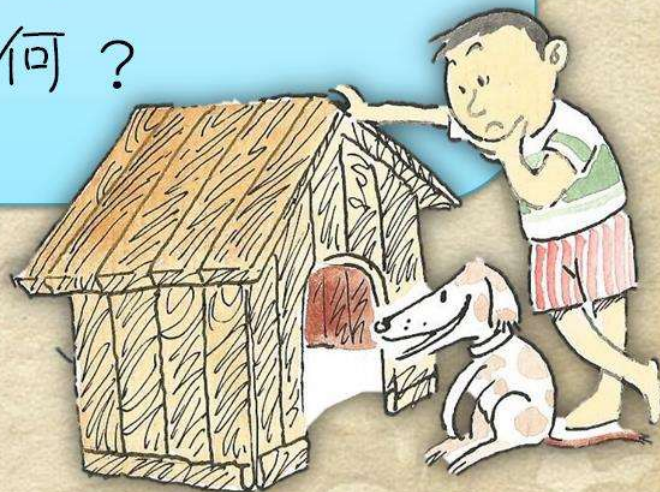
每個家人都不同

分享：愛家活動

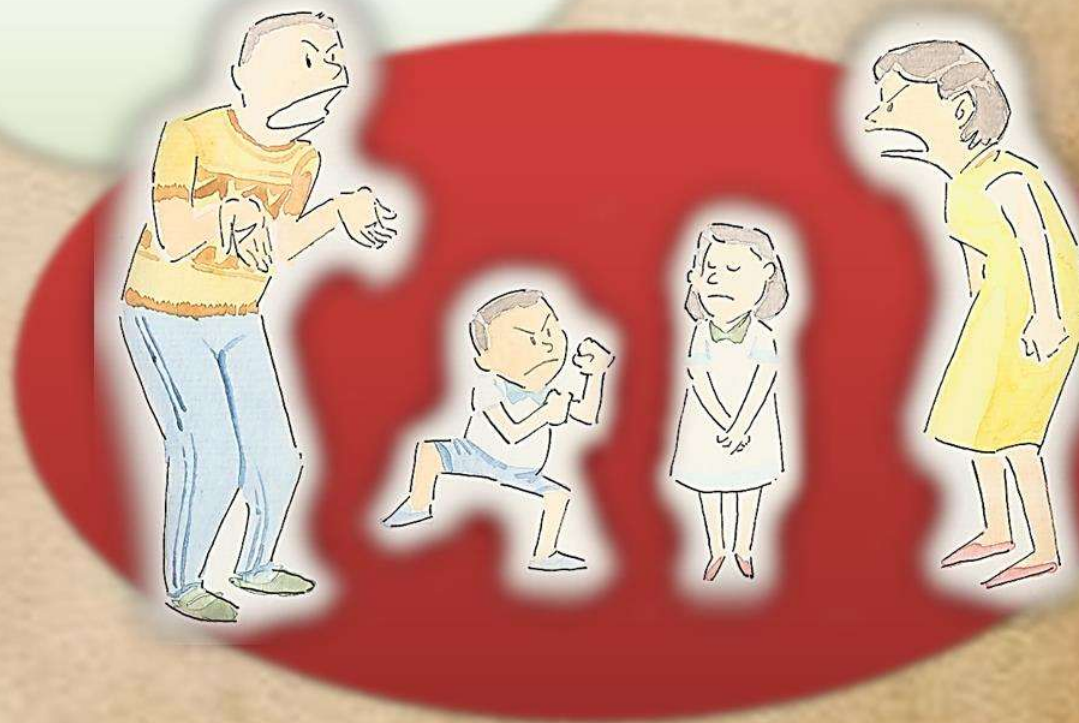
不同的家，特別的我

家長認為你所具有的特質，跟
你自己認為以及同學的發現有
哪些相同與差異？

你的感覺如何？



家人有不同特質
會不會有
產生衝突的時候呢？



影片欣賞



影片討論

1. 爸爸和佳佳發生衝突的原因是什麼？
2. 衝突發生的前後，爸爸和佳佳可能有什麼樣的感受或心情？



影片討論

3.如果你是佳佳，你會怎麼和爸爸溝通自己的想法？

4.你曾經有類似的事件和家人產生衝突嗎？後來如何解決？

5.你認為發生衝突的主要原因是什麼？



原來……

每個人看重的特質
都不一樣！



現在請想一想

你的家人具有哪些特質？



範例：佳佳眼中的家人

稱謂：
爸爸

特質：
自律、領導性強
可靠的

看重的事：

每個人要負責好自己的事，管好自己不讓人擔心

看重的事：

希望事情按照計畫完成，注意細節。

稱謂：
媽媽

特質：
溫和、細心
焦慮的



你與家人常會因為
什麼事情衝突呢？



範例：佳佳容易與家人衝突的事件

◇ 與家人容易衝突的事件：

晚回家或電腦使用時間到，我還沒有結束，就容易與爸爸
吵架。



衝突源於我們「看重的不同」

佳佳所看重的

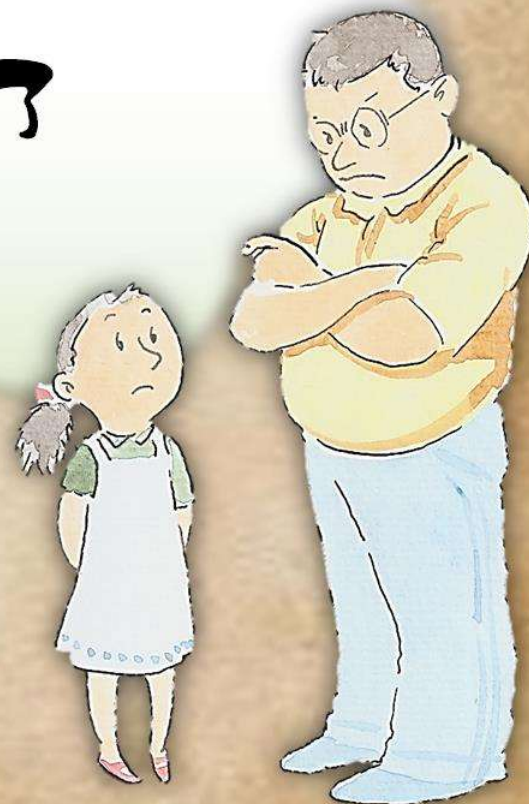
關懷別人的需要
包容

爸爸所看重的

誠信，說到做到
自律，管好自己



如果，
已經發生衝突了
怎麼辦？



**不要擔心，
我們有套秘密武器！**



愛家活動

其實和好並不困難！
讓我們學習看到
家人對我們的關心。



和好三步驟

- 承認錯誤
- 體會對方感覺
- 改進行動



和好三步驟

(範例)



1.承認錯誤

親愛的 爸爸 對不起，（發生的事件/態度）
跟您說好只玩電腦一小時，我沒有遵守約定
是我的錯，請您原諒。

2.體會對方的感覺

我可以想像，您會覺得 不被尊重、生氣

3.改進行動，學習品格

我願意學習 誠信、自律、節制 品格
具體行動：遵守約定，若有臨時狀況也要主動
提出跟爸爸商量，徵得爸爸同意。

愛家活動



☆ 家長請寫下您的愛與接納。

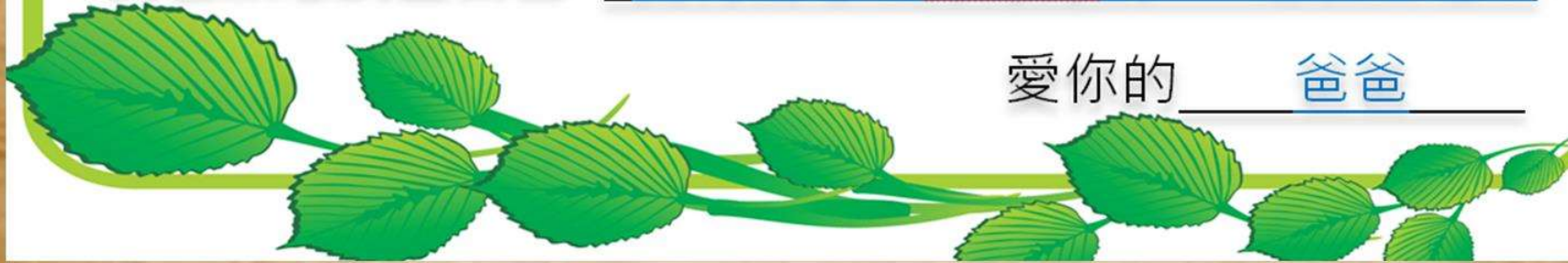
親愛的孩子，看到你願意 體會爸爸的感覺，主動道歉，

並且學習自律 我很欣慰，我願意原諒你，

希望你能學習 對自己和別人負責，遵守約定，

我也願意調整自己， 更有耐心和妳好好說，一起加油喔！

愛你的 爸爸



愛家小語

家人間有衝突，不代表不相愛，
只是因著不同的特質，
所看重的事情也不同，
因此需要在愛中彼此瞭解、
勇於和好、互相學習與接納。



製作團隊

承辦單位：台灣家庭生活教育專業人員協會

指導教授：黃迺毓 教授

內容編撰：王怡婷

研編委員：邱筠芝、洪婉紋、劉容襄

繪圖：陳德馨、吳書葦

後製美編：吳書葦

See you !

