

廖寶珊紀念書院(11-12)
11-11-2011(五) 7:30p.m.-9:00p.m.
家長專題講座「成為孩子的生命教練」
檢討問卷

A. 以下有 10 題有關是次工作坊的安排，請 ✓ 出適當的答案。

	非常 同意	同意	不 同意	非常 不同意	不適用
1. 這次專題講座的時間安排理想	41%	57%	2%	0%	0%
2. 我認為這次專題講座的主題很吸引我	52%	48%	0%	0%	0%
3. 我認為這次專題講座的内容與主題相當切合	55%	43%	0%	0%	0%
4. 透過講座，讓我更明白何謂孩子的生命教練	43%	57%	0%	0%	0%
5. 透過講座，讓我能認識生命教練基本模式	36%	62%	0%	0%	0%
6. 透過講座，讓我能掌握父母如何與子女作有效溝通	33%	64%	0%	0%	2%
7. 透過講座，讓我明白如何教出懂思考的孩子	29%	69%	0%	0%	2%
8. 講員的講解方式能幫助我理解有關的内容。	43%	55%	0%	0%	0%
9. 整體上，我滿意這次專題講座。	50%	50%	0%	0%	0%
10. 我日後再會參加這类型的家長教育活動。	40%	59%	0%	0%	2%

1. 本次工作坊最讓我感興趣的地方是：

- (1) 帶著好奇去了解子女的生活及興趣；養成發掘及欣賞子女優點的習慣；養成多聆聽，少「盤問」。
- (2) 懂得以孩子角度去感受。
- (3) 內容貼題，認識做父母方法。
- (4) 教練技巧。
- (5) 講者技巧很高。
- (6) 可以通過講座知道更多的知識，了解關於多啲孩子的各方面的事，更好的溝通。
- (7) 有她的個人體驗。
- (8) 專題講座名（成為孩子的生命教練）
- (9) 怎樣和孩子溝通。
- (10) “生命教練”對子女的影響。
- (11) 關係。
- (12) 講者的感受、欣賞。
- (13) 孩子在中學階段需要甚麼形式的指導。
- (14) 能明確讓我知道要做的步驟。

- (15) 講者演講生動、有趣，例子很實用！
- (16) 實際地了解，用心去實行。
- (17) 講師用一些簡易方式令我們明白。
- (18) 注意對孩子講話時的語氣，讓我能掌握父母如何與子女有效的溝通。
- (19) 學習跟子女更有效地溝通。
- (20) 先要欣賞孩子，如何用說話表達對子女的愛。
- (21) 讓我明白孩子的心理。
- (22) 多點讚賞，欣賞孩子。
- (23) 瞭解孩子及聆聽她們。
- (24) 講題。
- (25) 希望學到怎樣與子女相處。
- (26) 如何成為教練。
- (27) 講員親身的分享，和子女的關係。
- (28) 講員講自己的女兒事件。
- (29) 如何做個好教練。
- (30) 知道許多興趣的事件。
- (31) 講師能說出一般父母的心聲，一針見血。
- (32) 如何用心去了解子女。
- (33) 能有方法和孩子溝通。
- (34) 明白、了解孩子。

2. 本次工作坊讓我最有收穫的是：

- (1) 幫孩子減少壓力，怎樣和孩子溝通，永遠給他支持性的回應。
- (2) 體諒、了解，接納孩子。
- (3) 完全瞭解和接納。
- (4) 更明白孩子。
- (5) 讓我更加明白知道怎樣教導孩子。
- (6) 認識讚賞和鼓勵。
- (7) 可以更加認識自己立場，學識與孩子的溝通及怎樣做一個好的聆聽者。
- (8) 要尊重孩子，讓孩子將心裡話講出來，多聆聽她的想法。
- (9) 令我認識“生命教練”的基本元素，希望可以運用。
- (10) 關係。
- (11) 改變自己，才可以改變結果。
- (12) 明白本身與子女溝通的問題和應怎樣改變溝通形式。

- (13) 技巧練習。
- (14) 知道現時有些都做得不足，我會改變自己以期望得到更大的回報。
- (15) 懂得用不同方式與孩子相處，多鼓勵及支持。
- (16) 增強與子女溝通。
- (17) 得到教子女的方法。
- (18) 學到很多有用的例子，比喻怎樣支持孩子，怎樣幫助孩子建立自信心。
- (19) 多瞭解子女接納並感受子女的感受。
- (20) 學習用說話表達對子女的愛，接納。
- (21) 明白要瞭解孩子，支持孩子。
- (22) 感受孩子的感受。
- (23) 聆聽她們。
- (24) 要接納小孩。
- (25) 由孩子決定自己的路向。
- (26) 多學一套與子女溝通及相處的方法。
- (27) 明白更多的知識。
- (28) 明白如何和子女建立關係。
- (29) 要建立好關係和聆聽的方法。
- (30) 少批評，多讚賞，用技巧提問問題。
- (31) 更加了解孩子的想法。
- (32) 建立和孩子的關係。
- (33) 關於孩子成長的事。
- (34) 明白與子女溝通的方法。
- (35) 增加與子女溝通的信心。
- (36) 方法、態度、諒解。
- (37) 從不同角度看孩子所說的話、行爲。

3. 本次講座對我最大的影響是：

- (1) 我無法改變別人，卻可以改變自己來改變結果。
- (2) 反省，反思自己的行爲。
- (3) 耐心聆聽，建立關係。
- (4) 更注重溝通技巧。
- (5) 以後如何接納，了解孩子。
- (6) 學會聆聽尊重小朋友。
- (7) 講師的例子及怎樣學面對孩子的相處。

- (8) 我改變我作為家長要體會孩子的想法，認同孩子的想法，要支持她的想法。
- (9) 可檢討管教的方向。
- (10) 關係。
- (11) 對方的感受。
- (12) 改善相處技巧。
- (13) 原來自己都做錯很多，不能真正幫到自己的女兒。
- (14) 日後如何用什麼態度與孩子溝通。
- (15) 令我更明白子女的想法。
- (16) 對孩子的聆聽，多體諒，在孩子迷茫期的支持。
- (17) 重新調整對子女的方向。
- (18) 明白自己。
- (19) 降低自己對孩子的要求。
- (20) 改變我自己的態度。
- (21) 會認真反思自己對子女的態度是否正確及有沒有要改善的空間。
- (22) 希望成為孩子的教練。
- (23) 子女的成長是極需要父母的支持和關心。
- (24) 了解很多。
- (25) 多了解。
- (26) 知道跟孩子怎樣相處。
- (27) 我會嘗試用講座的方法與子女重新去溝通。
- (28) 方法、態度、諒解。
- (29) 思考自己對孩子的態度。

4. 其他意見及建議：

- (1) 十分美麗的信訊。
- (2) 希望可以有多一些這類型的講座。
- (3) 凌太站著太辛苦，下次坐着講。
- (4) 有否延續篇講座？
- (5) 希望有多些此類型的講座。
- (6) 時間可早些？
- (7) 可以提供 powerpoint 筆記？
- (8) 如能多和家長交流會更好。