



親師溝通 parents-teacher communications 指教師與學生家長，雙方運用各種聯繫的方式（如電話、會談），相互分享、傳達學生的生活及學習訊息，以便拉進彼此之間的關係，了解彼此對教育的期望，增進對孩子教育實施的共識，進而提升孩子生活的適應及學習效果。

### 親師溝通是一種情緒管理的藝術

★父母與老師同為孩子童年的守護者，透過良好的溝通會使親師對孩子的心智發展、友伴關係、行為成因得到更多訊息，更能掌握幫助孩子成長的方式。

★孩子的成長需要教師和家長共同的努力灌溉，才會萌芽茁壯，拉近親師間距離及釐清不同的觀點和看法，建立起良好而健康的互動模式，如此才能造就教師、家長和孩子三贏的局面。

### 親師溝通具有的性質

- \* 親師溝通是親師互動的歷程，是情感、訊息、意見的交流
- \* 親師溝通在於增進親師彼此的了解與共識，在協助學生學習與成長

### 溝通必須選擇好時機

- 尊重對方嗎？對方覺得受到尊重嗎？
- 生氣時不要講話，找到合適的機會溝通

### 情緒管理三步曲

#### 第一步：認識（接納、激勵）自己

先察覺自己在溝通歷程中，通常呈現何種特質？這樣的特質對於溝通有加分還是減分效果？若能以開放的思考、體諒的心思、耐心的態度等對待對方，才能傾聽更多對方的聲音，取得共識，而對溝通有加分作用；反之，若一味閃避，或無法認同彼此看法，則為減分效果。

#### 第二步：認識他人

想一想，對方是什麼特質？那樣的特質對於雙向溝通是一種助力還是壓力？遇到具有親和力，能誠懇相待的家長或老師，雙方的關係很容易打成一片；但是個性容易焦慮或太有主見的家長或老師，就會造成彼此的壓力，那時自己心理要有什麼準備？萬一不好處理還可以找哪些人力或資源來協助自己？

#### 第三步：雙方達到協調、合作

親師一對一溝通可運用方式：「閱讀表情+專心的聽+腦有所想+心有所感+溫和的說」：

1. 身體語言的表達：關切眼神、專注表情、認同點頭、表示支持的拍拍肩膀、自在的握手 ...。
2. 同理心：設身處地站在對方立場，以「開放式反應」，如能接納對方的困擾，說出對方的感覺、問題，避免破壞式（如指責老師、家長或學童不是）或閉鎖式反映（如避重就輕問題）。
3. 正向的自我表達：傾聽同時，也同步澄清整個事件的前因後果是什麼？從對方述說部分找出認同的地方？思考自己的原則是什麼，有沒有和對方相衝突？該怎麼處理才能維護孩子的最佳利益，以及教育的價值？當表達自己想法時，宜以正向語氣。

大人工作的目標是薪水，但孩子工作的目標是希望，每個孩子都是希望的種子，我們永遠不知道我們耕耘的是未來的愛迪生，還是愛因斯坦，但是只要有一個學生造福了人類，我們的辛苦就值得了！