



學生輔導 - 親子溫習溝通小錦囊

我們都希望孩子可以持續進步。而其中一個方法就是透過我們的說話來影響孩子。以下是一些「固定型思維」和「成長型思維」的說話例子參考。如果想孩子進步，記得用成長型思維的模式說話呀。

固定型思維



家長持固定型思維態度的說話例子：

1. 教你這麼多次都不明，真笨！
2. 你永遠都這麼粗心大意。
3. 同學們都較你聰明，所以考得好。

孩子持固定型思維態度的說話例子：

1. 我經常都錯，不會學懂的了。
2. 我已經很努力了，都沒有進步。
3. 我之前已經考得足夠高分，可以輕鬆玩一下啦。

成長型思維



家長持成長型思維態度說話的例子：

1. 我再想想還可以用甚麼方法說明。
2. 我見你還未掌握仔細覆卷的技巧。
3. 考好成績的同學是如何做到的呢？

以成長型思維態度回應孩子的例子：

1. 從這些錯誤中，你學會了甚麼？
2. 的確有點沮喪，我們一起再多花點時間，並嘗試用其他溫習方法吧。
3. 哪些方面還可以進步呢？

