

### 第一階段



#### <相處時間>

**重點：**要投入輕鬆愉快的親子時間，不給予任何指示，找機會讚賞孩子

### 第二階段



#### <給予指示>

**重點：**從簡單工作開始，指示要清楚，避免一次過多要求，記得讚賞

### 第三階段



#### <有效指示>

**重點：**練習給予指示的技巧，避免外間騷擾，要孩子重複，要認真執行，建立「要做的事」清單

### 第四階段



#### <獨立時段>

**重點：**訓練孩子獨立活動，不騷擾他人，要放下自己的工作常去讚賞（由三分鐘開始到八分鐘）

### 第五階段



#### <獎勵制度>

**重點：**善用獎勵卡，換取非物質獎勵，快樂地聽從指示/完成工作也可獎卡一張

### 第六階段



#### <恰當懲罰>

**重點：**要合理扣除獎勵卡，來處理不聽從指示情況；不討論，不容許孩子討價還價

### 第七階段



#### <暫停時間 Time Out>

**重點：**用隔離椅子，面對牆壁作為懲罰，孩子冷靜後協助思考和要求道歉

### 第八階段



#### <公共場所>

**重點：**踏入可能會有行為問題的地方前，說明行為要求、獎勵和懲罰方法，記錄表現，回家後再跟進