

1. 真誠的態度
2. 相互尊重，正向溝通
3. 虛心接受父母的教誨
4. 要有體貼父母的心意
5. 分擔父母的辛勞



## 愛要說出來，用行動表現出來



1. 勇於說：對不起，不好意思
2. 逢年過節，適時表達自己的孝心
3. 爸媽請不要擔心，我會自己照顧自己
4. 打電話、傳簡訊告訴父母：我在哪裡？幾點回家？

## 相處態度-尊重與陪伴

- 1.善用他人智慧，被尊重的人會覺得活得有尊嚴
- 2.多和他們說話，即使是普通問候語，也能讓他們感到開心
- 3.坐下來陪他們看連續劇、話家常或談談新聞
- 4.出門、回家告訴他們
- 5 人總是會老，彼此多多包容與體諒



## 與父母溝通技巧

- 1.保持尊重父母的心態，主動傾聽父母的意見，了解父母的觀點和需要，適時表達自己的感受
- 2.子女要有技巧地表達，向父母反映自己的情感、看法和立場
- 3.多從正面及積極的角度，看待人和事

這是一幅長輩圖

