



拆解細路3大惡搞問題

新世代兒童普遍都存在不少惡搞問題，令家長頭痛不已。尤其是有責任感、經常發脾氣、唔出聲講嘢等，更幾乎是每問必中，是每個孩子都有的問題。你家中的孩子也有這三種惡搞問題嗎？以下找來專家為家長詳細剖析。

有責任感

有責任感

個案1：有責任感

惡搞指數：☠☠☠☠☠
*以5個骷髏頭為最嚴重

黃太發現仔仔做事缺乏責任感。很多時候，她吩咐仔仔做某些事情，例如玩完玩具後要收拾，或吃完點心後要把碟子放入廚房等，他總是會因為顧住玩耍或看電視，而將本身要做的事情拋諸腦後，非常「冇手尾」，多次令黃太失望。而已升上小三級的他，還經常因為欠交功課而被罰留堂，又常常記不清測驗和考試範圍，而被黃太責罵，有時他甚至反過來說是因為媽媽沒有幫他記清楚這些資料，連累他被老師罰。黃太想教仔仔要有責任感，卻不知從何入手。



發脾氣

唔出聲

模特兒小檔案

- 諸太，全職媽咪，育有兩子諸德謙（3歲半）、諸德深（4個半月）
- 諸太表示，遇到孩子發脾氣時，會先等待他冷靜後，才作解釋及傾談。她平時會習慣叫孩子執拾東西，或自己陪伴一起收拾。她認為，在教導孩子時需要很嚴肅，讓他們知道甚麼時候需要認真。



歡迎提供資料

身為父母，從孩子出生的一刻開始，就要為照顧他們的生活起居，以至日後升學等教育問題而大費周章。設立這個「聊天室」，目的是希望邀請不同家長漫談他們在養育孩子時遇到的喜怒哀樂，藉此與其他家長分享。

專家回應 管教原則 學懂放手

個案中家長最大的管教原則是要學懂放手，因為父母越是凡事關心孩子，他們就越不能分辨哪些是自己的責任，只會繼續依賴父母，期望父母會幫助自己。家長可做以下兩件事情：

- 1 讓孩子自行承受後果。若孩子不肯收拾玩具，家長千萬不要幫他們，如果他們有心愛的玩具因此而不見了，更不要作出補償，任由他們承受後果。又如孩子不交齊功課，家長應放手讓孩子被老師責罵，令他們覺得「察」，從而自我反省。
- 2 訂定後果。例如規定如再繼續不收拾玩具，就罰一星期不可以玩玩具，給予他們要承擔的後果。

當孩子知道不能履行責任後，是會有後果的，以及必須由自己承擔，才會被迫成長，發展出責任感。因此，父母付出越多，就越會埋葬他們內在的責任感。父母應放手讓孩子去經歷和面對事情，在身邊陪伴他們一同度過，而非事事保護，否則會剝削其心靈被傷害從而成長的機會。



我要點就點！

個案2：容易發脾氣

惡搞指數：☠☠☠☠☠
*以5個骷髏頭為最嚴重

林太說仔仔脾氣暴躁，容易因小事而動怒，只要稍不如意，動輒便大吵大鬧，直至有人關注或遷就他才肯罷休。有次，林太叫仔仔先做完功課，然後才吃點心，但仔仔則因堅持要先吃點心而大發脾氣，甚至用力推跌枱面上的東西。又有一次，林太於晚餐時煮了番茄豬扒，而非仔仔最喜歡吃的蠔油豬扒，他就因不滿意而吵鬧起來，弄得大家心情低落。不但身邊的父母、親人遭殃，仔仔在面對同學時，也是一貫的壞脾氣，曾試過有同學因不小心弄跌他的作業簿，竟惹來他的拳頭對待，結果驚動雙方家長，最後搞得不歡而散。

專家回應 採用「刻意/積極忽略」

個案中孩子的情況頗為嚴重，不能控制自己的情緒，因小事而大吵大鬧，這正是「港孩」的其中一項特徵。家長面對小朋友發脾氣，大多有兩種做法：一是與他們鬥發脾氣，以權威把孩子鎮住，但這方法到青少年期就未必奏效。二是安撫或順從孩子的意思，但這其實是在助長他們的脾氣，訓練其變得更霸道。因此，孩子在3歲後發脾氣，家長應採取「刻意/積極忽略」(planned ignoring)，即不理會或不與孩子交談，待其冷靜後才「有得傾」，當然也不要隨便順從孩子無理的要求。如果孩子扔或推跌東西，一定要由他們自己去收拾殘局，必須為自己情緒爆發的後果而負責。這樣的話，孩子會漸漸明白發脾氣是「此路不通」，慢慢學習控制情緒。

不過，在某些情況下是不能使用這方法，如當孩子生病、肚餓、受傷或在馬路等危險環境，家長就不能「忽略」他們了。另家長亦要調整心態，學習抽離，先令自己冷靜下來，思考子女此刻最需要的是甚麼，以及如何使他們的情緒冷靜下來，切勿與子女「硬碰硬」。

個案3：把口撬極唔開

惡搞指數：☠☠☠☠☠
*以5個骷髏頭為最嚴重

張太的仔仔個性內向，一向沉默寡言，對家人還願意開口說話，雖然都是「一句起，兩句止」，但彼此的溝通還是良好的。然而，當仔仔面對陌生人或不熟悉的人時，嘴巴彷彿被縫合了一樣，怎樣都不肯開聲說話，更遑論是打招呼了。因此，仔仔面對其他親戚或在學校面對老師時，常常都是低着頭，迴避對方的眼神，不肯打招呼和說話，以致他常常得到「冇禮貌」、「冇家教」的劣評。張太曾問過仔仔為何不肯說話，但他只是說：「不知道說甚麼好。」亦不肯作出改善。

專家回應 鼓勵溝通 從家庭入手

面對這個情況，建議家長可從以下三方面入手，鼓勵孩子多與人溝通：

- 1 透過家庭內部溝通，加強孩子對溝通的動力。家長平時可投其所好，與孩子討論他們感興趣的東西，例如分享關於遊戲或卡通片的感受，藉此打開話題，使孩子覺得溝通是有趣味的，不抗拒溝通，進而彼此分享日常生活中的事情和想法。
- 2 在日常生活中，教授孩子溝通的技巧。家長可把握與親人溝通的機會，有意識地訓練孩子，例如遇上長輩生病，可叫孩子致電長輩作慰問；或叫孩子幫助親人出來聚會。如孩子起初不懂得如何做，家長可先「教路」或示範，當他們能夠做到後，在下次面對類似情形時，就會懂得如何處理。
- 3 給予孩子心理準備，以及「溝通」的任務。例如在出門前，可先與孩子做role-play，模擬他們在出門後會遇到誰人，和應該如何做等，讓孩子在與鄰居未相遇前，先有心理準備。另可在開學前，給予孩子簡單的「溝通任務」，如請他們告訴自己，鄰座同學叫甚麼名字、去年唸甚麼班等，藉以推動孩子與人溝通。最後，可用象徵性獎勵，當孩子有與人打招呼或完成任務後，就給予貼紙或別號作鼓勵，加強他們的推動力。②



我唔想講嘢！

