

## 孩子愛發脾氣

幼小的孩子經常哭鬧，家長會感到煩惱，抑或焦躁不安呢？

## 經常哭鬧 十分難教

「起初會感到厭煩，後來開始不安，擔心小熊的身心出現了問題。」小熊媽說。

「有沒有帶小熊見醫生？」小翠媽問。

「有，家庭醫生說身體一切正常。」小熊媽說，「後來又見過兒科專家，他也說小熊沒有問題，還說每個人的性格不同，有些比較剛烈，情緒較易爆發。」

「既然專家這麼說，應該放心吧！」小翠媽說。

「專家講得對，有些小朋友常常嘻哈大笑，有些則容易哭喊，其實都

是情緒的表達。」我說。

「但孩子經常哭鬧，很難管教。」小翠媽說。

「管是要管，但專家說千萬不要強行喝止，壓抑情緒只會積累負能量，倒不如讓小朋友把內心的不快宣洩出來。」小熊媽說。

「對，年幼的孩子發脾氣哭鬧，大致有三個原因，一是想表達憤怒，二是對面前的狀況感到不適應，三是感到受威脅。制止之前，應該先找出原因，按情況處理。」我說。

## 亂發脾氣 制止有方

「小朋友亂發脾氣也不能制止？」小翠媽問。

「讓他們發洩一陣子，之後還是要及時抑制。」我說。

我舉了四個不同情景作講解：

## 一、動手打人時

不應說：你再動手，看看我會不會打你。

應該說：我知你生氣，但動手就不對，我想你懂得控制的。

## 二、亂丟玩具時

不應說：再亂丟玩具，我也把你丟棄。

應該說：這些玩具不是你心愛的嗎？它們會有什麼感受？

## 三、不聽命令時

不應說：不管如何，現在立刻關燈睡覺！

應該說：啤啤熊都要睡了，你還不睡，會吵醒它啊！

## 三招引導 扭轉局面

「要扭轉局面，讓小朋友意識到

不對，還要有正面引導。」我再提供三個實用技巧。

## 一、叫停無理取鬧

義正詞嚴地對孩子說：你不能把心裏的「氣」交給別人，應該把不開心的事說出來，讓我們一起解決。

## 二、確認孩子聽指令

當小朋友不聽話時，可以轉用溫柔的語調說：你聽到了沒有？媽媽考考你，把我說的話在我耳邊重複說一次。

## 三、要孩子集中精神

當小朋友不肯做功課時，可以和他做約定，先給他十五分鐘休息，並說明大家都要守約，這個黃金十五分鐘，剛好足夠讓小朋友充滿電力。

## 爸媽想一想

1 孩子發脾氣時你也發脾氣，會有什麼後果？  
2 任由孩子動不動發脾氣，會不會變成縱容？

## 親子話

子女鬧脾氣時，爸爸媽媽一個擁抱，可以發揮無比威力，讓他們得到最熱暖的安全感。



## 家長信箱

香橙老師 | 小學訓輔主任

## 問：

小朋友成績好獎勵金錢，是否好做法？怎樣才算好獎勵？

## 答：

教養策略沒有絕對的好壞，無論父母用什麼策略鼓勵孩子做事，背後一定都是出於好意。因此，當我們選擇推動孩子做事的策略時，可多分析策略的預期效果和長遠影響。

父母都希望孩子能自覺學習，學習過程所帶來的成功感，對推動孩子自發做事十分重要。

以默書為例，孩子感到自己有能力，就會樂意預備默書；多花時間溫習又會帶來好成績，所帶來的成功感

## 金錢獎勵 難經考驗

能推動孩子不斷努力。當我們以金錢作為孩子成績好的獎勵時，我們需要留意金錢所帶來的喜悅，有否蓋過孩子的內化獎勵機制。如果孩子以追求金錢獎勵為奮鬥目標，無視學習所帶來的樂趣，他日當不再有金錢獎勵時，孩子就會失去努力的動力。就算金錢獎勵繼續，家長也可能需要把獎金加碼，才能對孩子維持同等的推動力。

鼓勵和欣賞也是推動孩子良好行為的有效方法。稱讚孩子時用字可盡量具體，避免說「很聰明」等針對孩子先天能力的讚許，說「有進步」也

可指出是哪方面的長進，多欣賞孩子的性格特質：「爸爸很欣賞你溫習時集中精神，遇到難記的內容也堅持不放棄。」

此外，有說法建議父母以陪伴孩子作為良好行為的獎勵，跟孩子一起做孩子喜歡的事。這個獎勵方式看似非物質化，惟須留意做法帶給孩子的信息：想有爸媽的陪伴，就要有良好表現。畢竟多花時間跟孩子相處是父母應做的事，不應用作交換孩子良好行為的條件。如果是陪伴孩子去主題樂園、看電影等消費活動，本質上就跟獎勵金錢無異。

\*家長如有任何問題，或育兒心得想和大家分享，歡迎電郵給我們。

電郵：  
tkpschools@gmail.com