

別成為孩子「表演」的「觀眾」



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/one-sad-little-toddler-boy-asian-631510010>

撰文：GLP 全力愛創辦人兼總幹事

林何佩儀

讚賞經常會被誤解和誤用，有些家長認為讚賞是「萬靈藥」，任何的讚賞，孩子都會照單全收。其實，孩子無法接受語帶諷刺的讚賞，這樣只會令孩子反感，適得其反，不知方向。對待孩子，給予適當的讚賞比嚴厲的責罰更有效。有些說話會對孩子造成傷害，甚至會影響孩子一生的人格發展。成功的父母要把握可以讚賞或鼓勵孩子的機會，因為適時適當的讚賞能發揮激勵和鼓舞作用，使孩子能朝着一個正確的方向成長。

同時展露笑容與有眼神接觸

家長在讚賞孩子時，一定要同時展露笑容，並注視孩子雙眼，這樣真摯的感受是最幸福洋溢的。因為，讚賞是一把雙刃劍——恰當的讚賞，會讓人如沐春風，自信愉悅，努力向前；但錯誤的讚賞卻會弄巧反拙，讓孩子迷失方向，停滯不前。

例如當孩子不肯「坐定定」時，家長應配合表情跟他說「請你坐下」。如果孩子願意服從，家長可馬上稱讚他，然後跟他玩有趣的遊戲。但如果孩子仍然不服從，家長可立即帶小孩離開現場，轉移注意力及引導他跟從指示。或者當你告訴孩子把玩具放好，但他仍一邊看著你，一邊用力丟玩具，試探你會否放過他。於是你可以用平靜溫和的語調跟他說：「請溫柔地將玩具放好」，或者「我們一起學習收拾玩具，好嗎？」



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/happy-mother-clapping-little-daughter-when-674984575>

引導孩子明白表達方式要得宜

父母不需要款待孩子的不良行為，並盡量減少爭辯或安慰的說話，這只會給予孩子更多空間繼續「表演」，因為他們找到了「觀眾」，甚至有些孩子可能因為你的忽視或者鬧情緒，令不良行為變本加厲。我們要引導孩子明白，只有合宜的表達方式，才能得到他們想要的東西。只要父母堅持下去，孩子就會明白這些行為是不會得到父母的注意，自然就會放棄。



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/asian-little-boy-cry-lying-on-1471001003>

如果孩子停止這行為，父母就可以即時給他反應，讚賞他原來也可以很安靜，然後轉移他的注意力到其他活動上。只要孩子受到別人的讚賞，自然會散發出自信與喜悅，同時也會對讚賞自己的人產生信賴感和親切感。不過，長期重複單一的表揚方式會失去效用，所以家長在表揚時也應注意要有新意。

留意說話語氣 以身作則

孩子是上天賜予我們的禮物，只有在愛裡面，其他方面的成就感才不會變成一種炫耀和驕傲。說話語氣的不同，足以影響親子關係的疏離或親近；父母的情緒和行為關係著孩子未來的學習態度和人格特質。因為孩子大多在摸索與模仿中學習，孩子會觀察父母的待人接物和用字遣詞，進而學習自己的情緒管理以及人際相處，所以父母以身作則的重要性是不容忽視的。即使是一個擁抱、一個微笑、一個眼神，都能成立一種讚賞。對孩子而言，父母的影響力遠勝於師長或同儕。在孩子成長過程中，得到愈多鼓勵，對他們未來的發展愈有幫助。

每個孩子都有不同的特點，父母應該觀察並發掘他們的潛能，讓他們順著自己的優勢去發展。「鼓勵可以使孩子成長，責罵卻會讓孩子膽怯。但兩者仍須並行，不可偏頗。」唯有賞罰分明，才能讓孩子感受到父母的關愛，並懂得面對錯誤並承擔責任，健全發展。