

應付孩子的「駁咀」習慣

〔心理學家文章系列七〕

遇到子女「駁咀」，你會如何處理？類似以下的情況可能也會在你家中出現過：

「不要看電視了，快點去睡覺吧。」爸爸勸道。
「我現在還未睏呀。」兒子賭氣地回答。
「但你明天一早要上學，現在還不睡覺，明天就起不了床。」
「你明早也要上班，為何你又不早點睡覺？」
「我是大人嘛！大人不用睡那麼多。」
「不公平呀！為何大人就可以睡少一點，小朋友就不可以？」
「但我早上不會懶床。」
「那麼我明天不懶床就是了！」
「不要辯駁了。快點去睡覺吧！」
「我不依！為何大人可以遲睡，小朋友一定要早睡呢？」
「好吧！我現在就去睡，你也要立刻去睡！」爸爸沒好氣地說。

相信很多家長遇到子女「駁咀」都會感到很頭痛。要子女乖乖聽從指示，有時即使家長拉盡六壬，還是不得要領。

為何子女會養成喜歡「駁咀」的習慣？

其實子女「駁咀」也不全然是壞事，因為這表示他們正在思考有關問題。如果家長可以掌握適當的時機，引導子女分析事理，也不失為一個幫助他們發展思考能力的好機會。

但有時在不適當的時候說道理，可能會引至反效果。尤其當子女正在發脾氣，家長說的道理再好也於事無補。如果家長也受到負面情緒影響，說道理甚至會演變成吵架。這不僅會破壞親子關係，也無助於子女的思維發展。

這種情況持續下去的話，孩子可能會形成一種心態，認為只要說贏大人就不用聽從指示了。就好像上面的例子，表面上是爸爸成功使兒子立即睡覺，但事實上兒子也成功「說服」了爸爸提早上床就寢。這樣，即使兒子沒有贏，他也沒有輸，因為他的說話也控制了爸爸的行為。這變相鼓勵孩子



「駁咀」的行為，不用服從大人的吩咐。

家長可以怎樣改變這種局面？

首先，家長要注意在平日與子女培養良好的親子關係，避免造成「對着幹」的局面。因為良好的親子關係，是家長要求子女服從的本錢，如果關係不好，要子女服從便難上加難。其次，就是營造一個「有規有矩」的環境，及早訂立「家規」（例如晚上十時必須上床睡覺），讓孩子有清晰的行為指標。若能附以有效的賞罰制度，令孩子知道需要為自己的行為承擔後果，養成「駁咀」習慣的機會便會減少。

如果孩子不服從或正在發脾氣，家長只需簡短而清晰地說出指令，而不用即時跟他理論，因為即時和孩子理論只會給予孩子「駁咀」的機會。家長可以先協助孩子平靜下來，待他心平氣和時才慢慢跟他分析道理。

如果一些行為問題是可預計的，家長可儘量在行為發生前說明要求及理由，例如訂立「家規」的時候，和孩子一起討論遵守這些規則的重要性，從而培養他們的自律性和分析能力。

製造良性循環

除了一些應付「駁咀」習慣的策略，家長也可做一些預防措施，例如多讚賞子女的服從行為，讓子女得到正面的回應。孩子都喜歡得到家長的認同和讚賞，如果家長多些讚賞子女的良好行為，他們便會重覆那些行為來爭取認同和讚賞。這樣，孩子的行為模式便會進入一個良性循環，「駁咀」習慣便會大大減少了。

東華三院教育科臨床心理學家
李穎芝

歡迎讀者就文章內容向東華三院提供意見
或查詢 (enquiry@tungwah.org.hk)

《交心集》逢周三於教育版刊登



SINCE 1878