

活用正向亲子技巧 育儿更轻松

(转载自星岛日报 2015 年 11 月 10 日)

在街上经常会见到孩子闹情绪或表现顽皮，家长第一时间加以制止，并予以严厉责备的情况。这种管教方法容易令孩子产生抗拒情绪，破坏亲子关系，家长应避免采用，在教养资优儿时尤其要谨慎。资优儿常见的特征包括不同步发展、情感过敏，以及容易出现行为问题，他们并非故意不服从，希望家长明白资优儿的特质。

行为干预未必能有效处理资优儿的行为问题，正向亲子技巧是家长的育儿更好帮手。当孩子出现行为问题时，父母要心平气和，避免责骂，应以坚定的语气告诉孩子其行为有哪些不恰当的地方。如果孩子情绪激动，家长可待他们冷静后才继续对话，这样才能了解行为背后的原因，积极寻求解决问题的方法。家长可与孩子一起讨论，鼓励他们说出内心感受，共同寻找解决方法，藉以提升其解难能力。父母的信任有助孩子建立自尊和自信。

很多家长因爱子心切而表现得过分保护，事情尚未发生就加以制止，久而久之会令孩子变得过分依赖，害怕失败。其实失败是非常重要的学习机会。学习面对挫折、为自己的行为负责是成长的必修课，家长不应过分保护孩子。帮助他们分析失败的原因，总结经验，思考如何处理，反而会让他们领悟更多。

面对行为问题时，父母和子女应该坦诚沟通，尊重彼此的意见，寻求适切的解决方法。家长可清晰地告诉孩子自己的要求，并贯彻执行，让他们明白父母教养原则的一致性，孩子也更容易作出配合。行为管理宜从小做起，但随着孩子长大，成长的各个阶段会出现不同的行为问题，故此，家长对孩子的要求也要适时作出相应的调整，不能一成不变。教养子女可说是家长终身学习的课题，须不断尝试和调节亲子沟通技巧。活用正向亲子技巧培育孩子，定能找到双赢的沟通方式。

香港资优教育学苑院长吴大琪教授