



反抗是兒童成長的行為



所謂「反叛」，是指孩子違背父母的意願及期望所作出的決定或行為。因此，當孩子年幼，尚未懂得分辨是非，未完全明白父母的要求，就沒有「聽話」與「不聽話」之分。幼兒期的小孩，開始識行、識走、識講，並且開始懂得爭取自主權，開始會頑皮、拗頸。這些看來不順從的行為，只是他們探索環境及建立自我的正常現象。

約七、八歲左右，孩子開始建立道德觀念，學習什麼叫「是」及「非」，同時，在日常生活與父母相處時，逐漸明白父母對自己在各方面的要求及期望。在這時期，孩子若能聽從父母的意思去做，父母故然開心，深感孩子成長的樂趣。但一些如駁嘴，不聽勸導，不願承認或改正錯誤等，也是令父母十分頭痛的。

父母的自我檢討

究竟是什麼因素影響孩子有較強烈的反叛傾向，本人認為這與父母的期望及管教方式有著密切關係，我們現在可嘗試從三方面去檢討：

一. 父母有否忽略孩子的需要和能力限制：

父母對孩子都有一定的期望及要求，日常生活的要求都是以孩子的好處作出發點，例如要求他完成功課後，把握時間立即溫習功課，都是希望他可以有良好的學業成績；可是，孩子都是活潑好動的，除了書本上的學習外，他們還需要運動和遊戲。因此，若果我們要求孩子連續數小時坐定來做功課及溫習，他們抗拒我們的要求，或表現得不專心，都是歸咎我們的要求不合理，忽略了孩子的需要和能力限制。



二. 父母的約束是否過分嚴格？



在日常生活中，有很多事情並非關乎道德上的善惡和對錯，例如上那一間餐館用膳，穿那一套衣服出外，週末家庭活動的安排等等。若孩子的興趣與父母不同，而父母又事事堅持孩子依循自己的喜好，令孩子不服氣，如此不單破壞彼此的感情，也會使孩子在多方面表現反叛。

三. 父母的管教是否過寬？



可能由於現今父母選擇生育較少子女，或他們忙於工作，不能花太多時間在子女身上，不少父母都傾向縱容子女，一味順從孩子的要求，尤其在孩子年幼時，明知孩子的要求和行為不合理，也不作出明確糾正，孩子因而失去接受訓練的機會，漸漸變得自私，任性和自我中心，到孩子長大，父母開始發覺不妥而施予管教，結果是事倍功半，父母越想管，孩子越反叛。

當父母認真地反省以上各點，便會明白孩子反叛的行為其實是一個訊號，它要向我們傳遞的其中一個信息是：我們的要求及管教方式可能不合宜，或許我們需要改變自己的管教方法，以改善親子關係。

一些提議

一般來說，要與孩子建立良好的關係，減少孩子反叛，父母可參考下列各點：

一. 對孩子的要求要合乎他們的能力

例如在功課方面，孩子若未能一口氣完成所有功課，父母可讓他分段進行，每段休息片刻，然後才繼續下去。在孩子的學習動機較弱時，父母要避免要求完成功課後，立即溫習；相反，可以讓他先有一段遊戲或自由活動時間，才開始溫習。父母的體諒可以增加孩子與他們合作的機會。

二. 尊重孩子的喜好

對於一些純屬個人興趣的選擇，例如早餐的食物，衣服的顏色，父母大

可由得孩子選擇，讓孩子發揮他的自主權。

三. 尊重孩子的一些堅持

讓孩子承擔一些因為他自己的堅持而引來的後果（這當然是包括一些他能承擔得起的事情）。例如在功課方面，他堅持不改正你指出的錯處，父母可從容地說：「我已提醒過你這條數是算錯了，若你堅持自己是對的，就讓老師去評估吧！」父母不宜勞氣，因為孩子到頭來，可能從錯誤中學習得更多。

四. 用肯定的語氣去告訴孩子你的堅持

這些堅持主要是針對一些孩子還未有足夠能力判斷的事，例如晚飯時間到了，與其問孩子：「吃飯好不好？」倒不如說：「晚飯預備好了，快去洗手吃飯吧！」又或者，與其問孩子：「做功課好不好？」倒不如說：「是時候做功課了，選你最有興趣的功課先做吧！」每次堅持中，也留有一些讓他選擇的餘地，這樣孩子會較容易接受你的要求。

五. 向孩子清楚解釋需遵守的規則

父母須向孩子說明「那些事可以做，那些事不能做」，並清楚解釋理由。不要單說：「不可沒有禮貌，不可頑皮。」而要說：「去到姨姨家時，要與人打招呼」、「只可玩表哥表妹拿出來的玩具」等等。父母的說話要淺明簡潔，無需要時，盡量少提那些不應作的行為，因為一個簡單的「不」，會容易使孩子產生抗拒和挑戰。

六. 若孩子做了一些不當的事，父母便應立即加以糾正

若他耍賴，發脾氣反抗，你向他解釋規則的理由後，便可以不理睬他，例如：孩子在客廳踢球，須嚴肅地告訴他「不可以在客廳踢球，會破壞傢俬」。孩子若仍吵鬧，只須將球拿開，擺到他拿不到的地方。

七. 利用短暫隔離法作為懲罰

有時孩子的反叛行為會十分過分，令父母沉不住氣來。有些父母會使用短暫隔離的方法，要孩子自己坐在一隅三數分鐘，禁止他作任何活動，來減低他的反叛行為，這是一個有效的管教方法，它的副作用較體罰少，對親子感情也較少傷害。

八. 嘗試明白孩子行為背後的情緒

有時孩子的反叛行為是要表達他極度不滿的情緒。這時候，父母應該心平氣和，冷靜地分析是什麼事情令孩子如此不滿，就算事情不能夠改變，父母也可以教導孩子合宜的疏導情緒方法。父母太過著眼於反叛的行為，反而忽略了行為背後要傳遞的信息，有時又會被孩子的反叛激怒了，控制不了自己的情緒，以致作出激烈的反應，增加了孩子的反感，而更傾向反叛。

長遠來說，父母要在孩子年幼時，就開始把握機會，多與孩子溝通，增進彼此的了解和感情，讓子女感覺到父母是站在他身旁，指引及陪伴他成長，而不是他時刻要掙扎及對抗的對象。這樣，就算孩子到了十多歲，進入青少年期，開始摸索自我及尋求新價值觀念時，也不會因與父母關係惡劣，而變得更加反叛呢！（作者為資深臨床心理學家）



家長活動一週六晚「家庭團契」

緊接四月份的家長晚會及講座，基真堂於 16/5 成立了一個家庭團契，透過家長互相認識、交流、分享、支持，以基督教信仰為基礎，建立一個有質素的家庭生活，用愛心教育子女，共同面對子女成長的重要人生階段。本學年之聚會日期：6/6，20/6 及 4/7，歡迎大家同子女參加。詳情請致電 2958-0958 基真校牧岑樹基宣教師或曾詠珊姑娘查詢。

本週團契日期：6/6/2009（星期六） 時間：7:30-9:15 p.m.

地點：基真一樓活動室 內容：美女廚房學烹飪



《暖流》感恩祝福版 2 徵稿：6 月 12 日前

《暖流》將於七月初編印第二次感恩祝福版，現邀請你或子女就任何與「健康家庭、夫婦親子溝通、生活分享及心得、親身體會、好書介紹...」等題材投稿，你也可寫一點對閱讀《暖流》的感受心聲，給大家一點鼓勵。來稿長短不拘，編委會有權刪節。請註明家長姓名、學生姓名及班別、聯絡電話，於 12/6 前擲回學校校務處《暖流》收件箱，或電郵至基真小學校牧岑樹基宣教師 keichun@pacific.net.hk 收。每位投稿者將獲紀念品乙份。