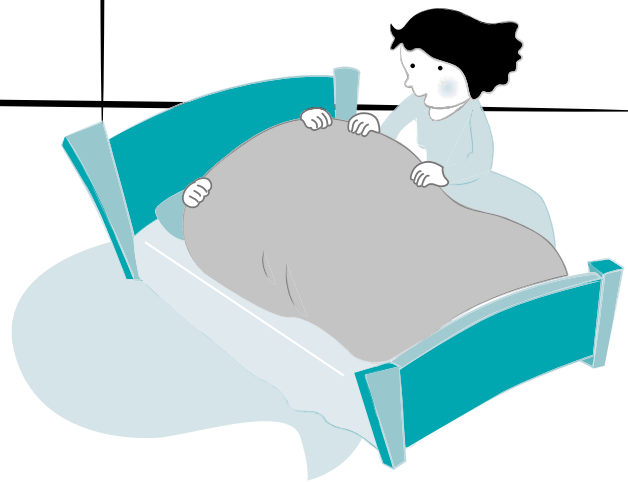


行為背後

個案	動機	「正中下懷」的反應
母親正在跟朋友通電話，孩子獨自砌拼圖。未幾，孩子把玩具箱翻倒，無聊地隨處丟玩具。	為了吸引母親注意，那管是正面還是負面的注意力。	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 終止和朋友通話，立即處理孩子的問題。 ◆ 一邊與朋友談話，一邊找東西娛樂孩子。
父母要求孩子趕快把不喜歡吃的飯糰吃完，孩子故意把食物含在口中，良久才嚥下一口。	顯示自己有控制權，父母也拿他沒辦法。	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 利誘孩子，或提出交換條件，務求孩子盡快吃完。 ◆ 把飯糰取去，不准孩子繼續進食。
母親教導孩子寫字，其後，請他自行練習，孩子卻哭說不會寫，無法獨自完成作業。	認為自己無能為力，也無意嘗試。	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 暫時不用孩子寫字。 ◆ 握著孩子的手寫，協助他完成。
父親想專心看書，要求孩子關掉電視機。孩子沒有關掉電視，只是一邊把聲音調低，一邊留意父親的反應。	企圖試探父親的堅持度。	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 對孩子的不聽從，反應不大，只管重複要求。



- ★ 未能正確教導孩子如何做好，也沒有引導他去自我管束。
- ★ 未能顧及孩子的需要，增加不當行為繼續出現的可能性。
- ★ 破壞親子關係，造成彼此間的對抗，妨礙了管教的效果。
- ★ 打擊孩子的自尊心，令孩子覺得自己不值得父母疼愛或自己能力欠佳。
- ★ 向孩子錯誤地傳達訊息：當我憤怒時，便理當可以合理地傷害對方。



協助服從三步曲

三個步驟

要協助孩子遵從父母的指示，當中涉及三個基本步驟，即「給予清晰指示」、「提供選擇」，以及「切實執行」。步驟的先後次序，要視乎情況的緩急。

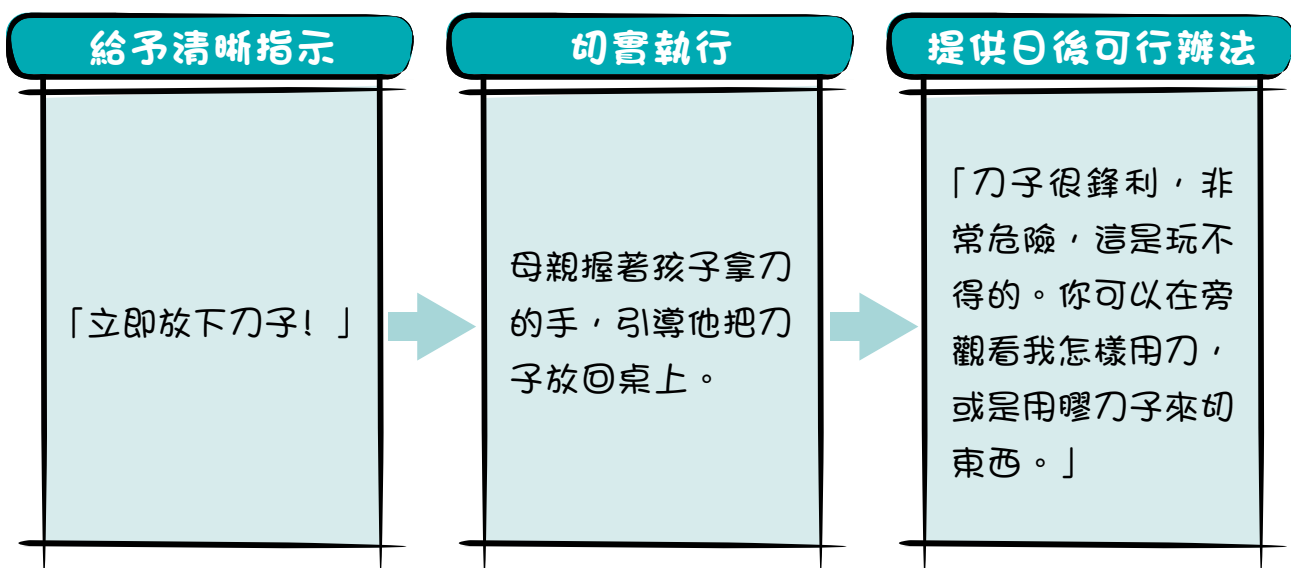
步驟詳情

危急情境

- ◆ 立即給孩子一個簡短而清晰的指示，再以行動去阻止，然後提供日後可考慮的做法，供孩子參考。若孩子失控或堅決不從，需用隔離或其他方法去處理（參考筆記 7.7「短暫隔離」）。
- ◆ 很多時候，孩子的好奇心會導致危險行為的出現。父母制止之餘，亦須考慮該如何滿足孩子的好奇心，避免他重蹈覆轍。同時，該為孩子提供可參考的做法，讓他明白有更恰當的選擇。

例子：

孩子跟母親在廚房弄飯，乘母親不覺，拾起桌上的刀子，並將它四處揮動，這時，母親該說……



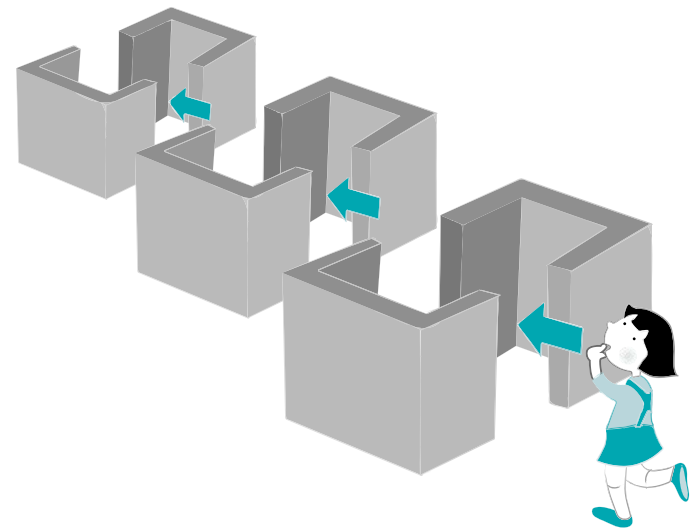
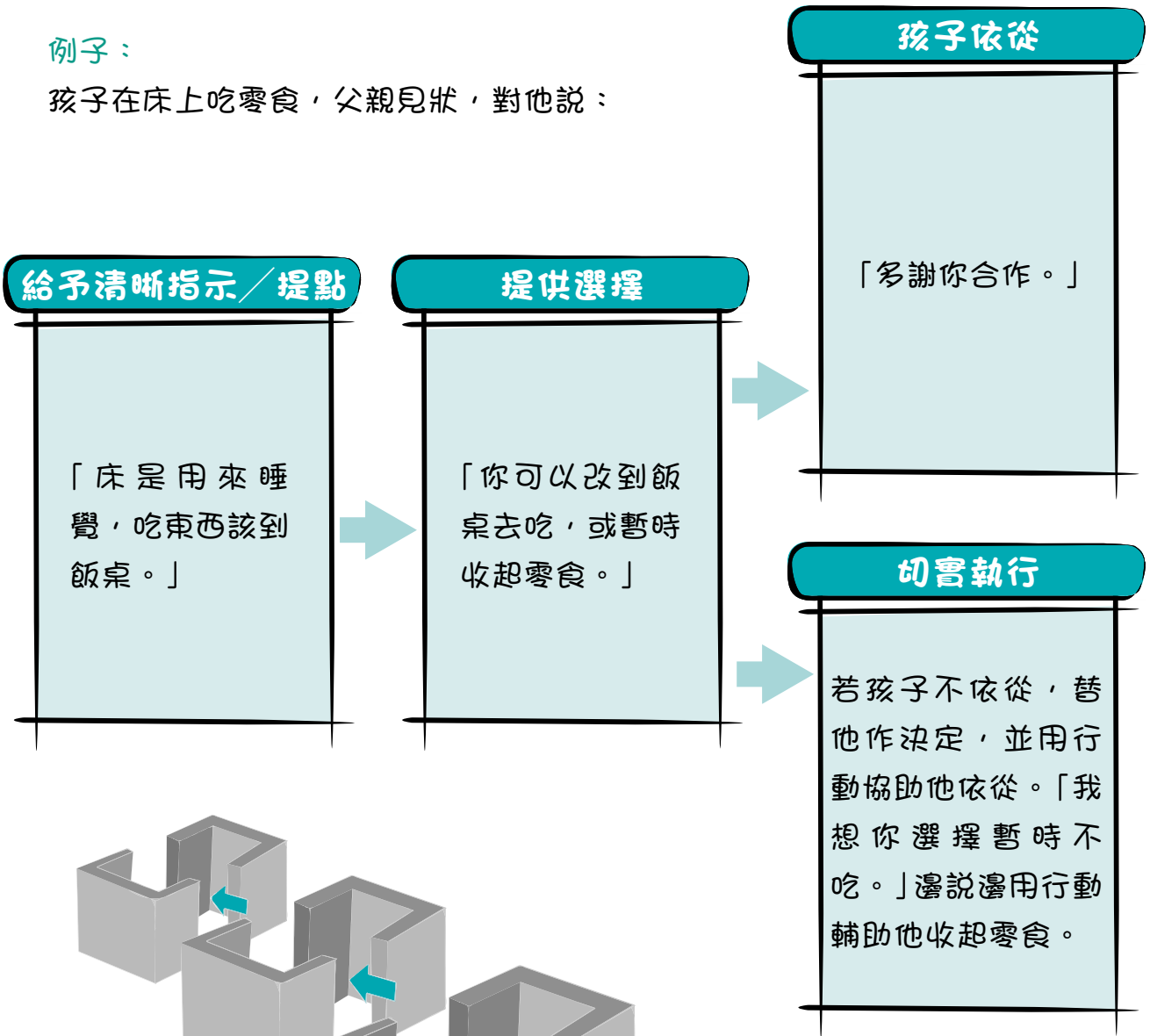


安全情境

- ◆ 給孩子一個清晰的指示或提點。若他依從，就多謝和稱讚孩子的合作；若不依從，為孩子提供一個選擇；若孩子不接受或沒回應，便替他作決定，並用行動去協助他依從。若孩子失控或堅決不從，需用隔離或其他方法去處理（參考筆記 7.7「短暫隔離」）。

例子：

孩子在床上吃零食，父親見狀，對他說：



刻意忽略

何時運用？

如果孩子的動機只是為了吸引父母注意，或是用行動威脅父母就範，如大叫、哭泣、亂發脾氣、不斷要求讚賞，甚至做小動作，父母可以「刻意忽略」孩子的行為，令他達不到目的而自討沒趣，孩子自知方法不管用，自然減少或終止該行為。

如何運用？

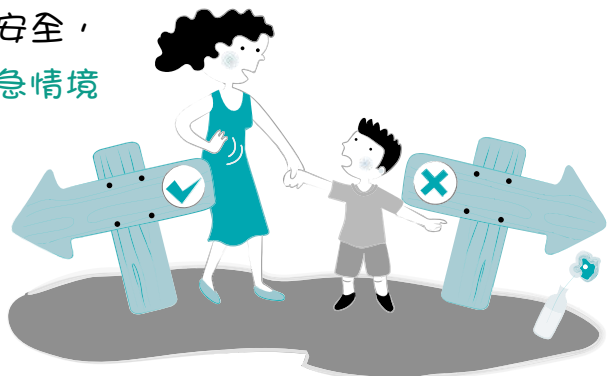
- ◆ 當孩子故意表現欠佳，父母可以完全不作任何反應(包括說話、面部表情或眼神接觸)。在許可情況下，父母可以稍為遠離孩子，免受到他的行為和情緒所影響。父母堅持不理睬，讓孩子明白「此路不通」，唯有冷靜下來，才會得到父母接納。
- ◆ 待孩子結束不當行為，父母才給予注意力和讚賞，無須重提剛才不愉快事件。例如：「你安靜下來的樣子特別討人歡喜。」「真好，歡迎你再次加入我們的遊戲。」





注意甚麼？

- ◆ 這方法只適用於處理孩子故意作惡，以吸引父母注意、激怒父母，或逼使父母就範的情況。父母事前宜了解孩子的動機，切勿濫用這個管教方法，以免適得其反。譬如，孩子因信心不足，常要求父母給予讚美和認同，父母若未洞悉原因或不以為然，就「刻意忽略」，可能會進一步挫敗孩子的信心。
- ◆ 運用初期，這處理方法未必能即時收效，反之，孩子的不當行為可能會加劇，如提高聲浪或發更大脾氣，以試探父母的容忍程度，逼使父母妥協就範。父母要沉着應付孩子的挑戰，避免正中他下懷，否則前功盡廢，並變相錯誤教導孩子：「只要我變本加厲，父母始終會屈服。」
- ◆ 這方法要父母絕對堅持，若決定刻意忽略某個行為，就必須每次做法一致，例如：孩子說粗話想引起父母回應，若父母每次都無動於衷，孩子最終會放棄，但假若父母偶爾回應，孩子便得到期望的獎賞（父母的注意），間歇性的獎勵會促使不當行為持續。
- ◆ 宜先在家中熟練此方法，才在公共場所運用。父母應避免在百貨公司或乘坐公共交通工具時試行，因為孩子若在公眾地方大吵大鬧，必定引來途人注意，令父母感到尷尬和不安，徒增實踐的困難，也妨礙日後使用的信心。
- ◆ 要在孩子結束所有不當行為後，父母才給予讚賞和關注，否則會誤導孩子以為父母願意妥協，就不能收到預期的效果。
- ◆ 使用時，父母要暗地裡留意孩子的安全，於必要時才介入（使用筆記7.3之危急情境的協助服從處理方法）。



承擔後果

甚麼是「承擔後果」？

- ◆ 孩子自己承擔不當行為所引致的後果。
- ◆ 兩類後果：「自然後果」和「訂定後果」。
- ◆ 「自然後果」是行為本身自然帶來的結果。例如：孩子把玩具遺留在浴缸，弄濕玩具，不能再玩。
- ◆ 「訂定後果」是由父母訂定的行為後果，後果與行為沒有必然關係。例如：孩子沒有於指定時間內吃完午飯，母親便取消跟孩子到公園玩耍的安排。

目的為何？

- ◆ 讓孩子明白他的行為會帶來甚麼後果，以及提點他須為自己的行為負責，這是協助孩子學習自律的第一步。
- ◆ 孩子從行為後果中得到教訓，領會到諸多不便，或是嚐到苦頭，就會發現後果與自己的期望大相逕庭，覺得不值得繼續下去，自然會結束不當行為。這個方法既省時省力，又可減輕親子對抗的情況。

承擔何種的後果？

- ◆ 孩子做出不當行為時，家長應先考慮該行為所引起的「自然後果」。若行為本身不會構成危險，而最終後果又有教訓意義，家長可容許後果自然發生，讓孩子親身去體會和學習，從而作出改善。
- ◆ 若孩子的行為會構成危險，或未能產生教訓的效果，家長應選擇「訂定後果」，讓孩子學習承擔，明白不當行為的代價。