

社會福利署中央心理輔助服務(學前服務)  
2010年1至3月份家長及員工專題講座

# 行爲問題處理： 【管教三步】—指令的應用

臨床心理學家蘇漢基

# 家長提問—疑慮及煩惱

- 管教孩子時自己的情緒很難控制，不知如何平靜？
- 現代社會普遍用讚賞和鼓勵的方式管教，避免體罰、嚴厲呵責，家長應如何在平衡兩者呢？
- 叫孩子不要做的事他偏要做，應怎樣處理？
- 幼兒不順心事時會大吵大鬧，以其他事物引開也不湊效可怎辦？
- 孩子會用眼淚逼你妥協，怎麼辦？

當發生問題時.....

煩惱是在我身上，  
還是孩子身上？

我處理問題的方式，  
令孩子得到甚麼著數？

# 管教會令孩子不開心？

- 一般想法：孩子不開心 = 破壞心理健康  
+ 不要打鬧，要說道理
- 反思：「大人的世界難道沒有不開心的時間嗎？」  
+ 「我打鬧孩子時，是孩子當時特別曳，還是自己心情特別差？」
- 建議：管教 = 不開心，但管教 = 引發孩子合作 → 好行爲 → 讚賞 = 開心

# 出門口的難題？

- 大清早叫阿仔/女起身返學, 仔仔/女女擾擾攘攘不肯合作, 轉眼間時間已到, 再不離開便要遲到, 於是你說：  
「小朋友點可以扭計唔返學架！」, 孩子隨即躺地大發脾氣.....

\*\*\*我會有甚麼反應?\*\*\*

# 反應1

- 「唔好好似BB咁扭計啦，返學洗乜唔開心啎，有同學同你玩，又有先生錫你；我擺塊你最鍾意食既曲奇餅俾你，快D收聲啦！」

Dismissing打發型:

沒有用心明白孩子的感受，轉移視線，以賄賂收買孩子

## 反應2

- 「日日都咁扭計，越趕時間越俾麻煩我，好地地返學都要扭一輪，我忍夠你啦，你再唔起身我發火架！睇吓係咪拾條籐條你先知死！」

Disapproving否定型：

否定孩子感受，歸咎問題於孩子上，藉責罵恐嚇控制

## 反應3

- 「哎唷！我知道要返學你好唔開心！等媽咪錫番晒先！??!!?!...拿, 我哋玩多10分鐘，跟住要乖乖地收聲返學嫁，第日唔可以咁扭計架！」

Laissez-Faire放任型：

過份看重孩子感受, 只懂體諒但  
不敢管教，迴避拖延

## 反應4

- 「做乜唔返學呀？」「我要同媽咪一齊！」  
「同媽咪一齊做乜呀？」「我想留嚮屋企！」
- 「等我試吓明白你點噏先！媽咪有時都唔想返工留嚮屋企，不過媽咪今日有好重要嘅嘢要做，唔可以遲到偷懶架！」  
「點解唔可以㗎？咁樣唔公平！我唔理，我唔返學！」
- 「仔仔過嚟媽咪度！（母抱仔在膝上）我知你好嬲，但我地唔可以留嚮屋企，我知咁你會好失望！」  
「係呀」「重有D唔開心！」

- 「媽咪都一樣唔開心（母靜靜地抱著孩子讓他哭一會）；不如我哋唸吓星期日你唔駛返學我又唔駛返工，我地可以成日一齊，你有D乜嘢想同媽咪做？」  
「我想睇電視同食雪糕！」  
「好呀！仲有呢？」  
「我要去公園玩！」  
「無問題！」  
「咁表弟去唔去呀？」  
「咁要問吓姑姐先。好啦，媽咪要返工啦，你要乖乖地食早餐然後返學啦！」

Emotional coaching情理型：認真  
體會孩子的感覺，引導正面的  
期望，堅持行爲要求

# 感情銀行進支表

進	支
給他選擇活動機會 專心陪他玩 欣賞他的努力 在別人面前稱讚他 原諒他的犯錯 向他道歉 對他微笑	拒絕他要求 體罰 恐嚇制止行爲 不滿他興趣嗜好 嘮叨 拿他的和別人比較 大聲對他說話



# 溝通一步步

從孩子角度看事情:

多聽 → 少講

批評 → 讚賞

先情 → 後理

# 管教三步

1. 認同感受
2. 指出錯處
3. 引導正確行爲／作預告

# 讚賞三個位

1. 做得好
2. 未曳前
3. 改正後

【孩子與大人建立互信】

# 孩子大發脾氣時怎麼辦？

- 一般手法：轉移視線
- 反思：「孩子視線是否容易轉移？若是，這其實有甚麼問題？若否，又怎麼辦？」
- 建議：與孩子一起面對問題，放下焦急的心，與孩子經歷不安的情緒，直待情緒平伏

# 孩子扭計嚷著要買東西怎麼辦？

- 一般手法：出發前預告不要扭計
- 反思：「預告若無效怎麼辦？」
- 建議：施發有效的預告，讓孩子知道何時才可得到想要的東西

# 孩子時常問點解來對抗怎麼辦？

- 一般手法：解釋，希望以道理說服孩子
- 反思：「給了孩子解釋又如何，他是否會服從？」
- 建議：以指令取代解釋堅持要求孩子合作

# 孩子知錯但不肯認錯怎辦？

- 一般手法：堅持要孩子認錯
- 反思：「錯須否認？認又如何？」
- 建議：不要執著認錯，錯不必要認，但必須要改；引導孩子找出改正方法，並協助他實行