

看懂孩子的反抗言行

當孩子逐漸掌握用說話和行為表達情緒時，難免會開始出現搗蛋、駁嘴和不聽話等令家長頭痛不已的反抗行為。其實這些言行能夠反映出孩子成長中的性格發展與自我探索，值得家長們瞭解背後的動機。



愛唱反調的孩子

情緒控制對孩子來說是一門艱深的課題，當被敏感及衝動的情緒左右時，便會作出一系列不受控制的舉動，例如不該做的事偏要做，還一臉得意或是「駁嘴駁舌」。另外，孩子若沒有獲得足夠的關心，唱反調便成了吸引父母注意力的手段，渴望自己的小情緒被父母看到。他們當下以這些方式來表達對眼前的不滿，但家長卻把過多注意力放在相應行為本質的對錯上，不僅令孩子認為父母沒有正視自己的情緒，更會對懲罰和說教產生恐懼，反覆積累下只會傷害親子關係。

反抗言行屬好屬壞？

偶爾的叛逆反抗雖使家長熬心費力，卻可被視為孩子穩定成長的表徵。能有足夠的認知與語言能力挑戰父母，代表着自主意識開始萌芽；相反，認知發展較遲緩的孩子叛逆期則會來得比較晚。當家長注意到孩子有過度的反抗言行，像是蠻不講理、與他人相處時表現出不尊重或遇上不如意時便發脾氣等，則可能源於其性格發展。家長須就此多加留意及教導，以糾正孩子價值觀上的錯誤觀念及偏差的個性發展。

如何面對孩子的反叛階段？

當被子女刻意挑戰底線，家長總是不容許孩子「駁嘴」，隨即開口嚴厲地責備。面對倔強又愛鬧脾氣的孩子，家長宜用以下方法應對：



- 一、**保持冷靜**，先接受孩子的情緒宣洩，然後心平氣和地讓孩子瞭解你的感受。
- 二、**把專制的溝通方式改為雙向式**，將家長的姿態放低，給孩子表達意見的機會。
- 三、**瞭解孩子偏激行為背後的原因**，找出使其情緒波動的因素。
- 四、**以鼓勵代替責備**，多讚美和欣賞孩子的優點，同時鼓勵他們接受自己的缺點，慢慢改正。

調適心態面對孩子的反叛階段，定必可令教養之路更為順遂。

摘錄自：黃巴士

<https://www.yellowbus.com.hk/%e7%9c%8b%e6%87%82%e5%ad%a9%e5%ad%90%e7%9a%84%e5%8f%8d%e6%8a%97%e8%a8%80%e8%a1%8c/>

2023年4月28日