

訓導 年幼子女的 正面方法

訓導年幼子女

- 訓導子女的目的在於教導他們社會上一些約定俗成的規矩及價值觀，讓他們長大成人後能夠幸福快樂、自我克制，並成為社會上有責任感的一份子。
- 皮爾區保護兒童會相信，家長應該使用正面的訓導技巧，而非對子女施行打屁股或其他形式的體罰，因為後兩者對孩子的身體、情緒及成長均會構成傷害。
- 即使責罵也會傷害孩子的情緒。對孩子說「你這孩子真壞」等這類的說話都會損害孩子的自尊。

建立關係

- 在處理孩子紀律問題前，父母必須先與子女在信及愛的基礎上建立關係。
- 嬰兒期是建立這種關係的最佳時機，但錯過了亦非為時已晚，應該把握機會去建立這種關係。
- 建立父母與子女之間的關係方法層出不窮，包括愛心、輕撫子女以示愛護關懷、陪伴他們、尊重他們的感受、決不食言、必需時更要向子女道歉，與他們一起玩樂等。

建立日常規律

- 不管任何年齡的孩子，每日作息有定都會為他們帶來安全及安穩感。
- 吃飯、睡覺及每週活動要相類似，讓孩子感到生活一貫及規律化。
- 日終的時間是父母及孩子感到壓力的高峰期，期間兩者會出現最多的衝突場面。為避免這種衝突，父母應該為孩子建立一套睡前規律，包括陪伴子女共渡一小段寧靜的時刻，讓子女能夠安靜下來。

常備小秘訣

- 幼兒的記憶短暫。必須以溫和的方式提點他們有關的規矩，幫助他們學習。
- 當孩子未能遵守規矩時，可以使用玩具或另一項活動來轉移他的注意，免得他繼續肆意破壞規矩。

疏導孩子的情緒及防止他們發脾氣

- 當孩子感到挫敗或不能解決難題時，試試用另一項活動。此舉有助防止孩子發脾氣。
- 如果孩子開始失控，就應該走近孩子身旁，用臂彎摟住他們。
- 如果摟抱適得其反，令孩子更感憤怒，那就應該把手臂鬆開，並且保持鎮定，等待孩子安定下來。
- 大發脾氣對孩子來說是可怕的，因此父母要在事後安慰孩子。

後果

安全的情況

- 在安全的情況下，應該讓孩子親歷自己行為帶來的後果。
- 舉例言之，可以對孩子說：「你玩積木時如果一定要把積木到處亂拋，那麼我就會把積木收起來。」
- 如果孩子繼續亂拋積木，就必須貫徹事前的警告，把積木收起來。
- 此舉可讓孩子明白自己行為所帶來的後果。



不安全的情況

- 如果孩子正在進行危險活動，就應該先把他們帶離險境，事後才向他解釋後果。
- 很多父母看見自己的孩子衝出馬路時，便很自然會追上去，把孩子抓住，然後打他屁股。但根據研究指出，此舉並不會防止同樣情況重演。
- 在孩子脫險後，只需向他解釋有關的危險便可。此舉應會比體罰更有效，讓孩子學會安全的問題。

暫停

如果孩子拒絕表現良好行為或拒絕遵守規則，可以暫停他們正進行的活動。此舉對二至十二歲的孩子奏效。方法如下：

- 1) 把孩子帶到一個安靜的地方，讓他可以冷靜下來。
- 2) 向他解釋暫停他的活動是因為他行為不當。
- 3) 當孩子感到可再嘗試參與活動時，便應把孩子帶回原來活動的地方。
- 4) 在暫停時間過後，孩子首次表現出可以接受的行為時，便應予以嘉許。

預防不當行為 第一步

- 在家裡提供一個安全的環境，讓孩子可以玩耍及進行滿足好奇心的探索。
- 危險及貴重物品必須放在孩子沒法拿到的地方。
- 外出時帶備玩具及小食。
- 切勿讓孩子過度飢餓、疲倦或沉悶。

定下公平簡單的規則

- 定下幾項簡單規則，清楚說明孩子在行為上所受到的限制。
- 以安全為首。所定的規則應該可以讓孩子能夠在安全的情況下學習和探索。
- 對輕微事故應予接受或毫不介懷。

溝通

- 必須確保孩子明白您對他所定下的期望。
- 如果孩子年紀較長，可以向他解釋規則背後的原因。
- 聽取孩子告訴您的事情。

要從正面著眼

- 重點應放於孩子可以做什麼，而非不可以做什麼。
- 所用語言也應該正面，此舉會更容易令孩子作出正面回應。
- 取笑、辱罵及侮辱對孩子造成的傷害可與打孩子相同。切勿把自己的孩子與其他孩子比較，並予以貶抑。

讓孩子有充份的反應時間

- 孩子正在進行自己喜愛的活動時，不喜歡馬上停止。
- 在關掉電視機上床睡覺或收好玩具吃飯前，應給予孩子五分鐘的準備時間。

樹立良好的榜樣

- 要以身作則。例如，切勿因為孩子打人而打孩子。

