

徹底改造幼兒驕縱的習性-態度是可以改變的讓小惡魔變成小天使(二)

[發表醫師]:王淑真 醫師(復健科)

[發布日期]:2005/11/4

態度是可以改變的

幼兒的態度並非一朝一夕形成的，而是受到了先天氣質的影響以及後天的長期習慣所養成，了解行為的背後成因後，才能夠治本。透過觀察孩子，你甚至可以歸類出孩子在什麼時間、什麼地點、面對什麼事情、什麼樣的人，最容易展現出壞脾氣、霸道、輸不起……等行為，即可發現孩子的天生氣質是如何，哪一些習慣是如何被養成，並尋找合適的方式因材施教。例如，而接下來，父母的態度和溝通能力則成為了是否能夠改善幼兒行為的最重要關鍵，從以下幾個方向著手將會非常有幫助、

先檢討自己是否成為了壞榜樣？

面對孩子的大發脾氣，你通常的反應是什麼？

是否能夠堅守約定好的原則？

徹底改造計畫

自以為是

有一天，陳媽媽帶著小強出門作客，到朋友家之後，小強和朋友的孩子比賽玩光碟遊戲，結果小強贏了，還對另一個孩子說：「你很笨耶！根本都不能贏我，我隨使用一根手指按一按就贏了，太簡單了。」

改造計畫一：一起來比賽

先找出一項孩子自認為非常得意的能力，例如他覺得自己投球很準，家長就以這項活動來挑戰，當然家長也必須衡量自己是否有把握可以贏過孩子，這樣才能達到這項改造計畫的目的。

爸爸可向孩子提出比賽的邀請，並認真的投球，手下不留情，贏過孩子，殺殺孩子的銳氣，但請記得不要和孩子一樣，使用言語來展現自己的能力。

此時，和孩子一起討論，怎麼投球才會高分，

爸爸贏了，但是和他一起討論，通常，自以為是的孩子到了這個時候會不想再玩了，或是拉不下臉來承認自己技不如人，家長要讓他知道每個人擅長的能力不同，即使是自己最擅長的事情，也還有人比爸爸厲害啊！爸爸還可以教孩子投球高分的秘訣，和孩子分享。

下回如果又遇到小強又發生同樣的行為，就可以和他一起回想這次比賽的經過，讓他自己說出

對症下藥：謙虛、分享快樂、殺殺銳氣

改造計畫二：龜兔賽跑

準備一個烏龜布偶和兔子布偶，如果布偶不易準備的話，也可以利用圖畫紙做出紙偶即可、

和孩子先一起閱讀「龜兔賽跑」圖畫書。

閱讀完畢後，和孩子一起利用布偶配合圖畫書，演出「龜兔賽跑」的故事。

讓孩子擔任兔子的角色，由媽媽引導故事進行。

演出結束後，仍以布偶的身分進行對談，聊一聊為什麼兔子會輸呢？如果他沒有這麼自大驕傲的話，會贏嗎？

和孩子一起改造兔子的性格後，一起演出「新龜兔賽跑」。

對症下藥：反省、同理心、謙虛壞脾氣

小風和新搬來的芹芹正在玩「醫生和病人」的遊戲，本來說好了要小風當醫生，芹芹當病人，玩過一遍之後再輪流交換角色，可是小風說什麼都不要當病人，他大聲的說：「我一要一當一醫一生！」把芹芹都給嚇哭了呢！

改造計畫一：安靜空間

跟孩子一起發現他壞脾氣發作的徵兆和一些小動作，像是聲音愈來愈大、胸口悶、拳頭緊握、心跳加快等等。

在孩子的房間設定一個安靜空間，可以聆聽音樂、畫畫或是打枕頭的地方。

和孩子約定：每次當他感覺到好像有壞脾氣要發作的時候，先沉靜下來，並離開現場，回到他的房間裡去聆聽一段具有舒緩情趣的大自然音樂，或是去化出心中的憤怒，或是直接槌槌枕頭。

等到心情覺得平緩一點了，才能回到現場。

對症下藥：冷靜、反省、EQ 培養

改造計畫二：改錯

當孩子畫畫時，發生畫錯或是令他不滿意的作品，媽媽可以請他改一改、休一修，並請孩子把改好的作品當成禮物送給媽媽。

當媽媽收到這個禮物時，請不要隨意的丟棄，最好可以把作品裱框起來收藏，讓孩子知道你非常的珍惜他這個從挫中修改完成的禮物。

提醒孩子，下一次如果還有畫錯、剪錯的作品，請他不要因為不滿意自己而急著生氣或是想要換掉紙張重新畫，他可以發揮創意，修一修、改一改，將它送給媽媽，因為媽媽好喜歡喔！

對症下藥：學會接受、讚美、創意

需索無度

「我要我要我要買！我要買那個洋娃娃！」可可已經擁有好多好多個漂亮的洋娃

娃了，可是今天一上街卻又吵著要買一個新的，還在大庭廣眾下哭鬧，直接坐在地上不走了，媽媽真不知道該如何是好……

改造計畫一：勾勾手大約定

每次出門前，都和孩子進行「勾勾手大約定」，把今天出門要約定的事情和行為說好後，就大拇指貼大拇指當作蓋印章，約定好了。

如果出門後，孩子仍然提出要求，就可以和他做出大拇指貼大拇指的動作，提醒他：「我們今天有約定嘍！」

如果孩子仍然哭鬧不止，父母應該把孩子帶到角落，重複 2 的說明，並告訴他：「其實媽媽才想哭呢！因為你沒有遵守我們勾勾手的約定喔！」

或者是讓孩子情緒發洩完畢，或是態度堅決的離開現場，總之要讓孩子了解到約定不能被破壞。

約定，不一定是全面禁止性的，也可以約定：「今天只買一個喔！」、「今天不買，因為後天再買」等等。

對症下藥：遵守承諾

改造計畫二：存錢遊戲

家長幫孩子準備一個小撲滿，每次孩子一有優良行為的時候，就讓他自己投下錢幣，作為紀錄。

如果孩子出現比較偏差的行為，家長就可以取出撲滿中的錢幣。

當要出門時，家長可以一起和孩子聽一聽撲滿的聲音，抱抱看撲滿，看看有多重，數數看裡頭到底有幾個錢幣，然後再決定這回出門是不是可以買東西呢？如果可以買東西的話，就要把錢幣取出，如果錢幣不夠的話，就可以和孩子商量，因為錢幣還不夠，只要再加上幾個就可以了，讓我們一起努力，希望下次出門就可達成、

每次要投入或是取出的錢幣數量以及購物時所等同的錢幣個數，父母可以和孩子一起討論來決定。

對症下藥：自我控制、知足、儲蓄

待續三

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。