

## 容易放棄的孩子

成功的第一步是嘗試，第二步是堅持，但如何令孩子敢於嘗試、堅持不懈，對家長來說絕非易事。

### 八種行為 亮起警號

「現在的孩子真難教，動不動就說放棄。」教體育的阿健嘆氣。

「你在說你的侄兒小俊？」教中文的王老師問，「是不是你對他太嚴格？」

「不是我太嚴格。」阿健說，「有次小俊說想踏單車，我就帶他去玩，他只是失平衡跌了一下便說不再學。另一次他看了一齣電視劇，說主角射籃很有型，我又帶他去練習，他只是練了半小時，就說太難，不玩了。」

「或者他沒有運動細胞呢！」我笑說，「不過，有一個簡單方法，可以測試小朋友有否欠缺信心和恆心。」

「副校快說！」阿健急着聽。

「以下八項行為，假如小朋友有三項或以上，大人就要留意了。」我說。

- 一、小朋友經常說「很難」、  
「下次才試」。
- 二、還未嘗試做，就覺得自己辦不來。
- 三、害怕學習新事物或轉用新

方法。

- 四、頻頻自我否定。
- 五、就算試，也擔心會做得不好。
- 六、害怕失敗，只挑易辦的事做。
- 七、抗拒做要花時間完成的事。
- 八、遇到困難就想方設法逃避。

### 打氣四式 激發堅毅

「有什麼方法可以激起小俊的鬥心？」阿健接着問。

「多一點給他正向能量。」王老師說。

「說得好，這是打氣四式中的第一式。」我說，「多對孩子說鼓勵話，例如『辦法總比困難多』、『事情一定有方法解決』等等，專家更鼓勵家長可把這些勵志話，設定在孩子的電腦屏幕上，當他們開電腦做功課，第一眼就看到。」

「這個方法簡單又有效。」王老師點讚。

「其次是多講勵志故事。」我說，「假如嫌傳統的故事悶蛋，可以拿新鮮的新聞跟孩子分享，譬如奧運得獎運動員的奮鬥故事。」

「這方法也很好，我看過張家

朗爸爸媽媽的訪問，談到如何讓兒子追尋理想，很有啟發性。」阿健點頭贊同。

「第三式是當孩子遇上疑難時，透過討論，商議解決辦法。有一套『SAND解難法』很有用，首先要讓孩子冷靜下來（Slow down and clam down）；接着用發問引導孩子思考（Ask him what can do）；繼而要孩子講出所有可做的解決方法（Name everything you can do；最後要他們作最好的決定（Decide the best method）。」

「聽起來很有趣。」王老師說，「第四式是什麼？」

「是及時讚賞，重點在及時，當有小進步時就要即時讚美。」我說。

「對，小朋友聽到讚美，會更有信心堅持下去。」阿健再點頭。

### 七大金句 永不言棄

「最後，還有七大打氣金句。」我逐項細數：

- 第一，你還未嘗試，怎知道不行？
- 第二，成功不是你想像中那麼遠。



第三，挫折並非失敗，是賺經驗。

第四，累積經驗，就能走向成功。

第五，最難的時間，只是一剎那。

第六，中途放棄，努力就會白費。

第七，勝利只留給堅持到底的人。

### 爸媽想一想

- 1 孩子常有負面思考，是因為過度敏感？
- 2 沒耐性教導孩子，孩子會學到耐性嗎？
- 3 如果試了很多次都失敗，應該放棄嗎？

### 親子話

親子討論，是幫助子女開竅的鑰匙；爸媽用心聆聽，子女才樂意思考。

## 貓爸與小貓

### 膠袋也環保？

**小貓**：麻煩畀個膠袋我裝食品。

**貓爸**：小貓，點解不用環保袋？

**小貓**：不是不想用，但要裝冷藏食品。

**貓爸**：講起膠袋，你知不知今年12月31日起，會提高膠袋徵費？

**小貓**：知道，由現在每個收五毫加到收一元。

**貓爸**：加幅高達一倍。

**小貓**：加費都是為了減少濫用，我贊成。

**貓爸**：雖然話加一倍，但其實這項徵費以往從未加過價。又考下小貓，何時開始實施膠袋徵費？

**小貓**：好似收咗好多年，有10年嗎？

**貓爸**：答案是13年，由2009年7月

7日起實施。

**小貓**：實施之後，收效大不大？

**貓爸**：初期收效很大。根據數據，2005年送去堆填區的膠袋大約有80億個，徵費實施一年後，即2010年，大減至1.5億個。

**小貓**：咁犀利？

**貓爸**：不過近年又大幅回升，2020年棄置堆填區的膠袋多達41.8億個。

**小貓**：希望今次加價，可以打擊下濫用啦！

**貓爸**：另一個問題是，開徵膠袋徵費之後，各式環保袋暴增。環保袋原意是循環再用，但因為美觀，很多人買了很多，卻很少再用。

**小貓**：這樣會造成更多垃圾。

**貓爸**：其實以前常用紙袋，但只能用一次，轉用膠袋就是為了環保，可以多次使用。