

獅吼式家長

有沒有聽過獅吼式管教？這種管教方式與催促式管教比較，哪一種殺傷力更大？

經常喝罵 後患無窮

「見到志高做事拖拖拉拉，你會不會大聲喝罵？」書記阿芷問。

「當然會啦！」高媽坦率地說，「孩子不聽教時，所有爸爸媽媽都會這樣做！」

「你知不知道獅吼式管教，會對小朋友造成很壞的影響？」我說完，高媽一臉愕然。

「副校講得對，我之前看過一本講管教的書，作者列出四個負面影響。」阿芷逐項細數：

一、孩子會變得膽小怕事，畏首畏尾，生怕自己會再出錯，不敢嘗試。

二、孩子會失去安全感，年幼的小朋友更可能以為爸爸媽媽不再愛他。

三、孩子內心會鬥爭，懷疑自己的能力，甚至自我否定，失去自信心。

四、孩子的性格會扭曲，可能會反叛，也可能因習慣了罵聲變得消極。

「說得太誇張吧！」高媽吃了一驚。

「絕對無誇張，獅吼式管教還

會造成兩極後果。」我補充說：第一種後果，性格內向的小朋友因為被嚇怕，不再信任大人。第二種後果，天性機靈的小朋友會假意附和，取悅大人，避開責罵。

三大心法 化解獅吼

「不過火上心頭，很自然會怒吼幾句。」高媽說。

「爸爸媽媽都是人，也會有情緒，但破口咒罵，小朋友的心靈會留下傷疤，無法治癒。」阿芷說。

我向高媽推介三招，可按捺衝動，化解獅吼：

① 閉上嘴巴，深呼吸冷靜。

人動氣時，通常會緊握拳頭、急促呼吸，這時最好先閉上嘴巴，甚至閉上眼睛，做幾下深呼吸，冷靜思緒，降降心火。必要時，可以喝杯冷水。

② 聳聳肩膀，讓情緒緩和。

有心理學家發現，聳肩可有效急速「降火」，因為這個動作有如打了一個冷顫，制止過度反應，而子女見到爸媽忽然聳肩，會產生疑問，停止正在做的「錯事」。

③ 着眼大處，勿鑽牛角尖。

小朋友偶而出現偏差行為是十分平常的事，不過緊張的爸媽總會過分放大錯處，甚至鑽牛角尖，覺得子女的反叛是挑戰自己的尊



嚴。事實上只要大人目光放大一點，就會發現小朋友犯的只是小毛病，那麼就不會太勞氣。

正向引導 正面管教

「其實管教孩子，最緊要正向引導和鼓勵。」我最後分享了三個方法。

一、用心聆聽，避免誤會孩子。

孩子做出一些大人看來怪異的行為，背後一定有原因，大人應該細問因由，若果武斷地喝停，即時可能收效，但孩子會覺得受委屈，又或者心有不甘，偷偷再做。

二、自我反思，自己有沒有問題？

大人對孩子的偏差行為感到頭痛時，馬上吼叫，孩子會怯懼，但因為年紀尚小，不知道自己做錯什麼，也不明白大人為何發怒。事實上，大人動輒怒吼，自己也有問題。

三、耳語管教，直接道出重點。

耳語式管教是一種平和而又正面的管教方法，當小朋友做了不應

該做的事時，大人可堅定地發出訓示，糾正錯處。首先要善用肢體語言，走到小朋友身旁，用較凌厲的眼神直望他，同時用溫暖的雙手搭在他的肩膀上，軟硬兼施；跟着要用堅定的語氣、簡短的句語，在小朋友耳邊發出直接的指令和訓示。

「聽起來挺好，不用獅吼大罵，少點摩擦，免傷感情。」阿芷點讚。

爸媽想一想

- 1 用貶低的詞語責備，會對孩子造成什麼影響？
- 2 用吼喝制止子女發脾氣，你又是否在鬧脾氣？
- 3 大人好言好語施教，孩子卻不領情，怎麼辦？

親子話

成長路上，每個人都會經歷很多錯誤，才找到正確方向。爸爸媽媽的打氣，是子女最佳的定心藥。



貓爸與小貓

環保過聖誕

小貓：這些水晶球很靚，揀幾個送給同學做聖誕禮物先。

貓爸：水晶球唔實用，唔環保嘍！

小貓：買聖誕禮物都要環保？

貓爸：當然要，如果過節之後製造大量廢物，地球叔叔又會生病。

小貓：好，我盡量揀一些實用的東

西做禮物。

貓爸：小貓還有沒有寫聖誕卡給好朋友呢？

小貓：當然有，不過現在功課忙，寫少了。

貓爸：有想過轉用電子聖誕卡嗎？

小貓：不止想過，之前兩年聖誕，疫情嚴重，大家少見面，都

發電子賀卡。

貓爸：好，不用浪費紙張。

小貓：還省下零用錢呢！

貓爸：講返禮物，除了送文具之類實用的物品，還可以自家製作。

小貓：這個不用爸B提了，我們經常這樣做，自家製作更有心意。

貓爸：對，送禮物講心不講金。

小貓：今年疫情穩定些，我們打算開個聖誕Party。

貓爸：既然逐步復常，我不會反對，不過要留意食物安排。

小貓：我們不會吃高危的食物，魚生、生蠔都不會叫。

貓爸：食物要衛生安全，還要做好預算，叫太多會造成浪費。

小貓：收到！不過我還是想買一個水晶球給自己，好漂亮！