

給孩子一個讚

今天，你有沒有給孩子一個真心點讚呢？

兩大好處 注入能量

「三年沒見，小婷愈來愈漂亮，人如其名，長得亭亭玉立。」

珍妮說。

「小婷的『婷』有女字旁。」我說，「不過，亭亭玉立倒是真的，而且斯文大方。」

「你們當面稱讚，會讚壞她的。」伊雲說。

「老朋友，你不知道讚美對孩子十分重要嗎？」珍妮說。

「珍妮講得對，大人一句讚美，對小朋友來說有無限正能量。」我說。

給小朋友點讚，至少有兩大好處：

一、激起奮鬥心

聽到大人的讚賞，小朋友會得到

獲得肯定的良好感覺，激發他們再次努力，繼續探索如何做得更好。

二、建立自信心

獲得大人的肯定，小朋友會有一份成就感，令他們意識到自己的行為正確，逐步建立自信心。

五大注意 把握尺度

「我聽過朋友說，家長應該每天給子女一次讚美。」珍妮說。

「讚美不應該設限額，不過也不是愈多愈好。」我說，「要把握好分寸，不能為讚而讚。」

「我同意，什麼都讚一番，只會變成濫讚。」伊雲點頭說。

我細說了五大注意位：

一、讚美一定要發自真心

倘若大人的讚美只是例行公事，小朋友會嘗到被敷衍的滋味，這樣反而會傷害他們的自尊心。

二、要讚努力而非讚能力

有科學研究顯示，人付出努力而獲得讚賞，心理韌性會增強，會更有勇氣面對下一次挑戰，為了增強孩子的鬥心，應讚美他們的努力。

三、爸媽是最關鍵的人物

小朋友最信任的人必然是爸爸媽媽。能夠得到爸媽的正面肯定和鼓勵，小朋友會有加倍信心，繼續做得更好。

四、讚美話不能過於簡單

簡簡單單講一句「做得好」，小朋友不但會覺得被敷衍，也感受不到好在哪裏。還有，給予點讚時，注意要有眼神交流。

五、讚美一定要把握尺度

凡事都要適可而止，讚美也不例外。誇大和太密集的讚美，只會令小朋友產生懷疑，甚至變成無形的壓力。

「但讚美小朋友要有技巧。」

一、要用肯定式的說話

當小朋友辦好一件事，比方告訴你他已整理好書枱，你應該這樣說：「很好！我相信你做得來，而且以後也可做得到。」

二、要用感謝式的用語

當小朋友提供幫忙後，例如協助照顧妹妹，你應該這樣說：「很好！媽媽感謝你的幫忙，讓媽媽有時間做美味的晚餐。」



兩大技巧 莫大鼓勵

「對，我都說小朋友有可能會被讚壞啦！」婷媽說。

「我說的是不要讚過龍，不是說不稱讚。」我笑着回應，

爸媽想一想

- 1 愛聽讚美話，是孩子天真？還是人的天性？
- 2 若然孩子表現一般時，還應該給予讚美嗎？

親子話

爸爸媽媽經常給予讚美，家庭就會更溫馨融洽，子女會更信任爸爸媽媽。

家長信箱

香橙老師 | 小學訓輔主任

問：

孩子被其他小朋友動手襲擊，是否能鼓勵他還手？

答：

香橙老師答：

孩子遭到別家孩子施襲，家長是否能鼓勵孩子還手並非一概而論。回應侵犯的目標除了保護自身安全外，家長還可多留意教養過程所帶出的訊息。在生命受到威脅時，任何人都應該以任何方法保護自己，這個教養重點合情合理；然而當情況未達到危急關頭，家長可先鼓勵孩子採用其他方法回應暴力，避免孩子習染做事衝動、思考片面、崇尚暴力的陋習。

遇到別人的侵犯，被襲者要先清

孩子被打 怎樣回應？

楚向施襲者表達自己不接受這個行為；如有需要，可以在安全情況下應大聲喝止襲擊行為，並適時用手保護自己，擋開攻擊的動作，必要時應立即離開現場。此等回應能明確表明自己絕不姑息粗暴行為，是堅強的表現。如上述方法能成功阻止問題惡化，出手還擊就不必要。家長在教養時重點可放在盡量使用最低武力，並教導孩子避免在過程中被對方行為牽動情緒，以致因發洩而動手，而不是制止襲擊。如果真的要出手，使用武力的目標應在解決問題，避免令狀況惡化。

無論使用什麼方法阻止別人的欺負，家長都可鼓勵孩子事後向信任的成年人報告事件。在客觀情況下，事件愈多人知，動手的孩童行為就會愈收斂。

有律師曾經提出，香港法律並沒有「誰先出手誰就錯」的概念，自衛還擊也不一定代表沒有法律責任。如果必要出手保護自己，目標也應放在制止對方的攻擊行為，還擊不應超出保護自己這界線。總的來說，在教養孩子應對別人的不友善，首先要確保自己安全，其次是盡量避免出手，以免節外生枝。

*家長如有任何問題，或育兒心得想和大家分享，歡迎電郵給我們。

電郵：
tkpschools@gmail.com