



Green Glade 小森林雙週刊



校園動態



孩子態度不好，老是對媽媽生氣？教養要注意三件事

2023/11/30 課輔老師 Bailey

★孩子不開心時的情緒教育五原則：

原則一：可以說我好生氣，但不能說我討厭你

原則二：可以表達不喜歡，但不能無禮罵人

原則三：可以宣洩情緒，但不能動手打人

原則四：可以持續溝通，但不能哭鬧不回應

原則五：可以尋求安慰，但不能亂發脾氣

關鍵二、教孩子隊友觀念及練習冷靜方法

孩子態度差，一定是因為存在著一件孩子難解的問題，甚至孩子可能誤以為用情緒就能解決問題，因此，要傳遞給孩子很重要的觀念，「可以有情緒，但用情緒是解決不了問題的」。媽媽是孩子的好隊友，鼓勵孩子跟媽媽一起想辦法，例如當孩子鬧情緒時，可以這樣跟孩子說：

範例（1）：我知道你不喜歡，但是你打我，我就沒辦法幫你了！

範例（2）：我知道你想要，但是你哭到超大聲，媽媽聽不到你要什麼！

可以透過《暴走小怪獸》中的情緒降溫法寶——11張絕招卡與消滅卡，引導孩子學習冷靜的方法。大人也要堅定立場，讓孩子知道大人不會因為情緒反應而退讓，只有溝通才有機會。此外，不僅是孩子需要冷靜，大人也要記得冷靜自己，不要因為孩子的大小聲、態度差，就立刻對孩子動怒，要知道，當大人大小聲，孩子只會更有情緒，雙方都冷靜才有溝通的機會。

關鍵三、教孩子觀察與同理

讓孩子練習換位思考：「當別人對你用不好的態度時，你的感受會是……」

A.更喜歡對方、會聽對方的話？（X）

B.會不想理會對方，不想答應對方的要求呢？（O）

基本上四歲以上的孩子，就要教懂這個道理，因為這個年紀同理心已經發展了。提醒孩子要想想自己的期望是什麼？要用甚麼方式對待對方，自己的期望才有可能實現呢？而爸爸媽媽也要隨時警惕，留意自己的溝通方式，我們希望孩子符合我們的要求時，是否也會用大小聲或情緒言語來溝通呢？或是像念經般的說教，對孩子而言也是一種疲勞轟炸，就像是孩子盧大人的行為一般。大人用這樣的方式跟孩子說話，當然會影響了孩子對待大人的態度，畢竟孩子就如同一面鏡子。因此，提醒爸爸媽媽，跟孩子溝通時要保持三不三要：**要講重點、要堅定立場、要有眼神交流**；不要情緒威脅（例如你再怎樣我就怎樣）、不要怕哭鬧、不要給太多指令。**適時引導孩子正確的情緒表達，可降低壞脾氣及壞習慣。**

12月訊息

12/25(一)聖誕節

12/15(五) 112 下學期預繳活動開跑

12/6(三) 發寒假調查表

國小部專線請打 356-6668*206 謝謝。

藝文訊息

漂鳥演劇社 《兩個月亮》

時間:12/15(五)19:30-20:40 12/16(六)14:30-15:40、19:30-20:40

購票金額:OPENTIX售票：700元

地點: 桃園區新生路169號

格林兄弟故事改編「即使隔著遙遠的距離，我的心已穿越重重障礙飛向你，就在你旁邊。」一位與媽媽相依的女孩，戰爭來臨的那天，母親決定將她送往森林，祈禱她在森林的庇蔭與祝福之下，不受戰爭波及。女孩告別母親進入森林，開啟了一段不可思議的路程，進入另一個時空。

