

寶寶「唔聽話」

爸媽如何應付？

寶寶「不聽話」或哭鬧時，父母時常會在「罵與不罵」、「罰與不罰」兩者之間徘徊，擔心責備寶寶會嚇怕他們，但不嚴厲一點又怕寶寶沒有記住錯誤。「解釋」對於1-2歲幼兒來說未必奏效，家長可先作簡單回應如「不可以」、「不准」、「No」等，或者轉移其注意力，暫時把他們帶離現場等。至於是否施以懲罰呢？以輔導心理學的角度來說，一般也不太鼓勵家長體罰或處罰嬰幼兒。

撰文 / Joyce Lam

轉移寶寶注意力

首先，最基本的做法是轉移寶寶的注意力。寶寶無故哭鬧，爸媽當然會不知所措，大聲責罵只會適得其反，令寶寶繼續哭個不停。當孩子不肯合作，建議父母先分散他們的注意力，例如拿出玩具或毛公仔，讓寶寶不再專注於「哭泣」的事情上。如果寶寶對玩具不感興趣，爸媽可以說「熊仔很悶呢！寶寶不如來跟熊仔一起玩！」從而吸引寶寶的注意。

若玩具和毛公仔也無法令寶寶停止哭鬧，可以將寶寶帶到其他地方安撫。寶寶可能是被周遭環境嚇倒而哭，離開現場有助安定情緒，況且寶寶持續大哭亦會對其他人造成影響。所以爸媽可以與寶寶一起離開，好讓寶寶的情緒能穩定下來。

適時進行情緒教育

若寶寶情緒比較波動時，可先觀察觸發其情緒的動機。如果是因為想逃避某些適齡及適當的常規如吃飯、穿衣服或洗澡，家長可先作安撫說：「媽媽明白你現在有點不開心，知道這事情令你覺得很困難，但媽媽仍然想你嘗試啊！」往後仍必須要求他完成該項目。這樣做可讓寶寶知道父母明白他的感受，但與此同時可避免讓寶寶以為

專家



余鎮洋

智圖兒童發展中心
輔導心理學家



「發脾氣」就可以逃避。如果寶寶的「搗蛋」行為會對自己或他人造成傷害，父母必須及時制止，並以簡單的語句如「不可以」、「不准」、「No」等讓孩子知道那是不當的行為。

避免責罵和體罰

總括來說，1-2歲幼兒未有足夠的認知能力去理解對與錯的解釋，而恩威並施的管教模式最為有效。當孩子情緒表現不恰當時，家長應盡量避免大聲責罵或施以體罰，而應該用較肯定的語氣作警示。同樣，當孩子做得好時，要直接用言語表明他做得好的地方，例如「你用手扶著碗吃飯，做得好好啊！」並即時給予讚賞和鼓勵，如親吻、輕摸頭部、擊掌、一起玩耍或給予小禮物等，讓孩子知道並牢記這是對的行為。PG