



令孩子坐車安靜有法

4、5歲的小孩子充滿無窮的精力，要他們坐車時安靜地就在一個既定的空間實在不容易，其實，只要父母能夠給予孩子關注，以及跟孩子玩一些遊戲，孩子便會「坐定定」。

坐立不定易騷擾別人

擠在私家車內左搖右擺、嘈吵不停，極其量是影響幾個相熟的「自己人」；但若發生在飛機艙、渡海小輪、巴士、港鐵等交通工具的話，其他乘客就會受到騷擾。當他們向孩子和同行的父母投以不悅的目光，更會令爸爸媽媽們感覺尷尬和不安。這時候，父母叫孩子安靜下來而孩子又聽話的，事情總算受到控制，可是，孩子繼續坐立不定，同行的成人有可能由勸導變成責罵，甚至動手按着孩子。

這種種情形，我們都會在公共交通工具上遇見過。



「無法安靜」3大原因

查究孩子在交通工具上，無法安靜的原因，往往有以下數點：

1.鬧情緒：孩子遇到不愉快的事情而令心情未平伏下來，坐上交通工具時，便會借故製造麻煩來激怒同行的照顧者，以宣洩不滿的情緒。

2.感到煩悶、無聊：乘坐長途飛機或船程，看到的只是一片雲海或一望無際的汪洋，對兒童來說是相當乏味的事情。

3.感到興奮、雀躍：有些孩子最愛

坐巴士，跑到上層更有高高在上的感覺，能清楚瀏覽沿途街道兩旁的種種景色，令他目不暇給，若有其他小童作伴，更加會說個不停，無法安靜下來。

啟發「同理心」處理問題

在處理上，遇到鬧情緒，應先處理孩子的情緒，找出令他不快的事情並加以解決，而不是單只督促他安

靜下來，因為強迫一個心情惡劣並想對抗的孩子能合作和聽話，通常成功機會不大，性格固執的孩子可能反抗更大；而個性較馴服的孩子，表面可能就範，但心裏仍然不服氣。

故此父母首先要教導孩子在公共交通工具上不可隨處走動，以免弄傷自己或別人；要輕聲說話，啟發他的同理心，指導他觀察車廂內

乘客的狀況，有些人閱讀報紙、有些人在交談、有些人閉上眼在休息，

誘導他想像自己睡覺時不願被人騷擾的心情，同樣，他也不該騷擾別人；假若不小心碰撞到其他人，更該有禮貌地說對不起。

設法為孩子解悶

孩子要乘坐長途交通工具時，最好讓他為自己挑選一些喜愛的玩具和書籍，在旅程中替他解悶。又可與孩子玩一些毋須大動作的遊戲等，孩子得到父母的關注，又有遊戲玩，自會乖巧安靜地坐畢全程。