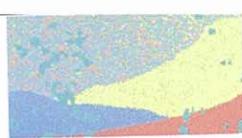




黃李慕潔 ■ 臨床心理學家



好想畀人讚

四、五歲的幼童正處於「自發」和「內疚」的階段，故此，當他們得到別人的讚賞便會感到愉快，遭到別人責備便會感到沮喪和不安，所以這個年紀的幼童很想別人稱讚自己。



困處「自發」、「內疚」階段

四、五歲的幼童有他們獨特的心理需要，根據彼亞積的兒童心理社會發展理論，這個年紀的孩子正處於「自發」和「內疚」的階段。這個時期的幼童積極探索周遭的事物，很多事物都會令他們好奇，感到新鮮有趣。他們樂於作出嘗試，「自發」地模仿大人的行為，一會兒跑進廚房嚷着要幫媽媽弄飯，一會兒拿起爸爸剛放下的報紙似模似樣地看報；有時他亦會想做便去做，從沙發跳下扮做超人；偷偷取去哥哥的模型玩具把玩，砸破了後驚惶地向爸媽求助。

進入「好孩子」時期

孩子自發的行為讓他認識到事物，增加知識，從中亦讓他從別人的反應而認識自己行為的對與錯、建立是非觀念。得到別人的讚賞，他會感到愉快；遭到別人責備，他會感到沮喪、不安。由於讚賞有助建立自信，令孩子覺得自己可愛、有用；相反，責備使孩子感到羞愧、懷疑自己的能力，處於內疚、覺得自己常常做錯的狀態。由此可見，四、五歲的孩子會自發做很多事情，渴望別人稱讚自己，進入「好孩子」時期，給他們機會做些討好別人的行為，讓人讚美。

要讚得有技巧

雖然孩子需要得到稱讚，但更需要正確的稱讚方法和技巧，例如：

1. 捕捉子女的良好行為，即時回應，加以讚賞。
2. 清楚講明讚賞甚麼行為，如「你將全部玩具執回籃裏，真令我高興，這是個乖孩子的表現！」而不是籠統地說：「你今日真乖！」。
3. 要捕捉孩子每個表現良好的時刻，不要吝嗇你的讚賞，或將讚賞留待孩子有完美無瑕的表現才送上；重點是欣賞孩子付出每份的努力。
4. 採用不同的讚賞方式，例如用說話、微笑、鼓勵的眼神、拍肩膀，摟抱、親吻等，讓孩子有期待、感到喜悅。

讚彈要恰當

許多家長怕讚壞小朋友，怕讚後孩子會「鬆毛鬆翼」，比之前更頑皮，更難教導。其實如果孩子做甚麼都受到家長讚賞，就會讓他分辨不到對錯、好壞，不覺得自己有錯，也不會因內疚而改正；另外，若孩子常常受到指責，因內疚和自我懷疑而不信任大人，偶而得到讚賞，他會開心輕鬆一會兒，但接着會頑皮依舊。