

訓導 年長子女 的 正面方法

訓導年長子女

- 訓導子女的目的在於教導他們社會上一些約定俗成的規矩及價值觀，讓他們長大成人後能夠幸福快樂、自我克制，並成為社會上有責任感的一份子。
- 皮爾區保護兒童會相信，家長應該使用正面的訓導技巧，而非對子女施行打屁股或其他形式的體罰，因為後兩者對孩子的身體、情緒及成長均會構成傷害。
- 即使責罵也會傷害孩子的情緒。對孩子說「你這孩子真沒用」等這類的說話都會損害孩子的自尊。

建立關係

- 在處理孩子紀律問題前，父母必須先與子女在信及愛的基礎上建立關係。
- 嬰兒期是建立這種關係的最佳時機，但錯過了亦非為時已晚，應該把握機會去建立這種關係。
- 建立父母與子女之間的關係方法層出不窮，包括愛心、輕撫子女以示愛護關懷、陪伴他們、尊重他們的感受、決不食言、必需時更要向子女道歉，與他們一起玩樂等。
- 較年長的孩子雖然往往因父母的輕撫而感到尷尬，但他們仍是需要與父母有親匿接觸的，因此您只需要改變表達愛護關懷的方式便可。例如在大庭廣眾中，以輕拍肩膊來取代擁抱。

建立日常規律

- 不管任何年齡的孩子，每日作息有定都會為他們帶來安全及安穩感。
- 吃飯、睡覺及每週活動要相類似，讓孩子感到生活一貫及規律化。

常備小秘訣

- 培養孩子解決難題及抉擇的習慣，為他們的青少年期(十三至十九歲期間)打下基礎。
- 抉擇有助孩子學會做決定。開始時可以給他們一些容易的選擇，例如：「你可以現在去收拾床鋪，或吃完早餐後才去，你自己決定吧。」

教導孩子解決難題

- 幫助孩子辨識疑難、提出問題，例如，「如果你企圖這樣做，會發生什麼？」與孩子一起想想解決之道。
- 選擇最佳的解決方案。
- 嘗試想出來的解決方案。
- 事後與孩子討論哪一個方案奏效，哪一個可以日後一試。



與孩子一起解決難題

- 孩子步入青少年期時，仍然需要為他們劃清界限，但此時家長應該給他們多一點商榷餘地。
- 當孩子開始以自己為出發點進行考慮時，往往在與您頂嘴時觸怒您。但為了維持雙方的溝通，為人父母者必須更多聽取他們訴說心聲，以及多點向他們解釋。
- 與孩子朋友的父母傾談服飾方面的合理限制及其他禁制等。
- 與孩子一起解決難題。

說明有關的行為

- 較年長的孩子一般都能夠較全面地把自己的感受說出來。
- 此時家長便不應使用「暫停」這個方法，而是與他們稍稍討論他們的行為。要注意的是，討論應對事不對人，針對的是有關的行為而非孩子本人。
- 有損孩子的說話無補於事，無法讓孩子從錯誤中去學習並矯正行為。如果能夠以事論事，孩子會學得更好，例如：
 - 孩子究竟做錯了什麼
 - 您所期望或希望見到的行為
 - 您的感受
- 譬如說：「你沒有告訴我你去了哪裡，令我擔憂。你下課後到朋友的家之前必須打電話回家。」

從選擇到商榷

孩子日漸長大，便更能參與討論。商榷是一項有用的解決難題技巧，孩子掌握以後會一生受用不盡。一個最簡單的商榷方式是（在可能的情況下）讓孩子選擇何時去做他們想做的事情。

有關的選擇應該：

- 在孩子的能力範圍內
- 在您可以接受的限制內
- 與健康及安全並不抵觸
- 選擇必須是真實的。換言之，如果孩子所選的方案您不能接受，便切勿把這個方案列入孩子可以挑選的項目中。

哪些方式可行

請記著，您可以使用下列方法來指導孩子的行為：

- 對良好的行為要予以嘉許
- 說明您希望見到的行為
- (在安全的情況下)讓孩子從後果中吸取教訓
- 指導方式要有條不紊
- 使用「暫停」技巧
- 延遲他可行使的特權，直至他完成有關義務為止
- 提供選擇
- 經商榷達成協議

家長可取用的資源

您首要的工作是做好為人父母的本份。有些家長喜歡和其他家長交流心得、學習新技巧、掌握教養子女的最新知識。有些家長則需要一些協助。您如果想知道更多有關可以給您使用資源的資料，請與自己所屬區內的醫療服務單位聯絡，或向醫生查詢所屬區內的團體組織或資源，或致電家長求助熱線，電話號碼為1-888-603-9100或致電自己區內的保護兒童會。

本單張上的資料由加拿大兒童福祉聯盟 (*Child Welfare League of Canada*) 及「管教子女，終身事業使命」 (*Parenting for Life*) 所提供，並由加拿大心理學基金 (*The Psychology Foundations of Canada*) 「及加拿大柯達公司 (*Kodak Canada*) 贊助。

