



孩子有主見又堅持

吳家榕 臨床心理師





前言

- 常聽人家說「三歲小孩貓狗嫌」，到底是謠言，還是這個時期的小孩真的讓人如此地受不了？
- 孩子需要什麼樣子的幫忙，才能協助寶貝與家長較平順地度過這個重要發展階段。



如何協助小孩

- 心態調整，接納這是小孩重要的發展任務
- 協助孩子找尋固執行動的替代方案
- 家長的情緒不隨孩子哭鬧飆高
- 了解孩子是否先天氣質堅持度即較高，因材施教





孩子的堅持有其發展意義

- 2-6歲孩子的心理社會發展任務是自主獨立與主動性，因此堅持度會提升，加上挫折忍受力低，因此面對阻礙或拒絕時，較容易以哭鬧、丟東西或打人，來表達內在的挫折感。
- 孩子多從做中學，從環境的反應修正其行為，就像學開車一樣，即使教練講了千百遍，仍需要實際操作，透過多次修正，開車技術才能增進。



家長挑戰多

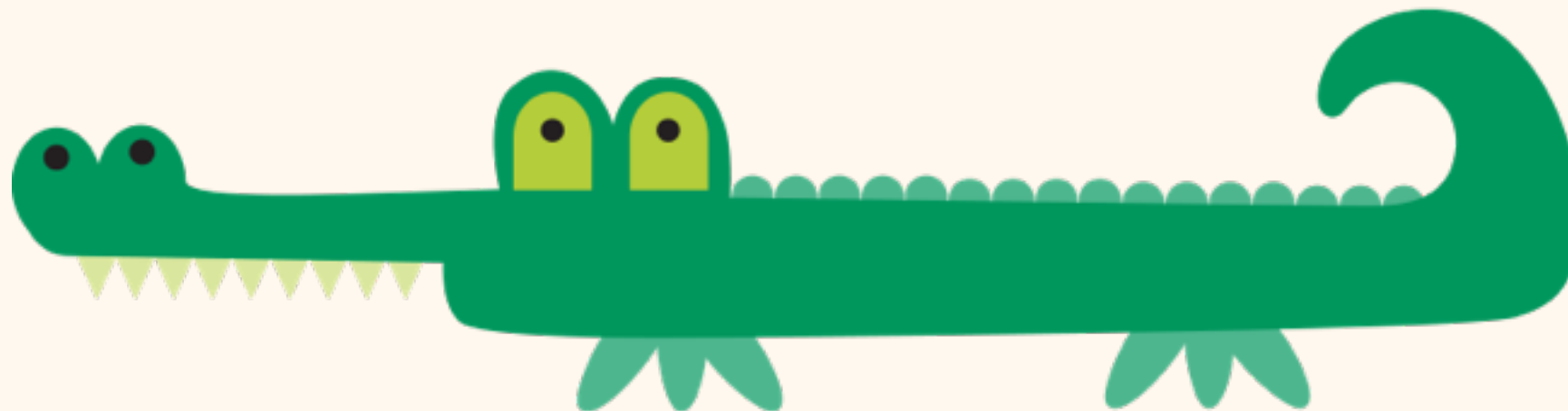


- 小孩震耳的哭鬧聲
- 他人異樣眼光及不合理的批評（沒家教）
- 他人的建議與指教
- 對未來過度擔憂（現在不管，以後就管不動）
- 家長照顧壓力疲累大



家長展現好EQ

- 不隨著孩子的哭鬧起舞
- 以身作則，成為孩子模仿的榜樣
- 接納自己也會生氣，強烈時可先離開現場，讓自己冷靜；若有其他家人願意協助照顧小孩，可以讓媽媽更安心處理自己的情緒






家長小法寶

- 多些耐心，透過簡單話語引導，孩子學習與挫折情緒共處
- 與小孩討論處理壞心情的方法
- 孩子年紀太小，以其他事物或活動轉移其注意力






先天氣質堅持度高的孩子如何「因材施教」

駱郁芬 臨床心理師

● 1.5-3歲

- ☑ 先天氣質堅持度就較高的孩子，正逢自我概念的發展，常會拒絕大人幫忙、想要自己做，但做不好而惱怒時又不願轉換方式，發現孩子試了又試仍卡關時，大人可以從旁給予建議或提示，像是「要不要從旁邊開開看？」
- ☑ 請孩子休息一下，或是向孩子預告「再試一次就好」




先天氣質堅持度高的孩子如何「因材施教」

駱郁芬 臨床心理師

● 3-6歲

- ☑ 先持續度與堅持度高通常是學習上的優勢，但若過於堅持難以變通，甚至影響到團體的行程，就需要大人介入幫忙了。
- ☑ 可以在日常活動中讓孩子理解事情做得不完美、不會、做不完等都是很常見的，只要有盡力就可以了。
- ☑ 進行活動前預告孩子能嘗試的時間、可能遇到的困難、可以求助的對象等。
- ☑ 若孩子過於執著而出現負面情緒，可以先同理她的生氣、難過等感受，並肯定他已經做的努力。



理解孩子的想法，同理他們的情緒，引導解決方法，肯定過程中孩子的努力跟好表現，教出自信又快樂的孩子！

