

教養孩子有訣竅 放任、專制都NG

學會當威信型父母 教出自律的孩子

文·呂佳珍
企劃·耕心文教

超商門口結帳櫃台前，一位3、4歲的孩子拿著一盒玩具小汽車，一直向爸爸要求說：「拜託，拜託，買給我啦，求求你嘛！」爸爸很堅定地說：「不行」，卻未說明任何理由。孩子鏗而不捨地繼續堅持說：「我好喜歡小汽車，求求你，求求你嘛！」爸爸又說：「不行，媽媽一定不會答應。」這個孩子沒哭也沒鬧，只是很純真地繼續堅持：「拜託啦，我真的很想要嘛！」只聽見爸爸接著說：「不行，你再吵，警察會來把你抓走。」

孩子耍賴父母不宜輕易妥協

孩子在公共場合吵著要買玩具的場面屢見不鮮，相信很多父母都有類似的經驗。這位爸爸堅定不買的立場始終如一，但他不僅沒有對孩子解釋不買的原因，還拿別人（媽媽）當擋箭牌，最後甚至動用了警察的權威，希望以此嚇阻孩子的吵鬧，但這些方法卻完全無法幫助孩子自律。另外有些父母習慣半哄半騙或邊罵邊妥協，甚至礙於面子上演賄賂戲碼，和孩子說：「乖乖不要吵，等下去百貨公司就買冰淇淋給你吃喔！」看起來故事似乎結束了，可是問題並沒有解決，下次換個場景，類似的場面還是會發生。

那麼，到底要怎麼做，才能教出自律的孩子呢？其實，依據家庭教養的相關研究，已經有一些結論可以應用在生活中，幫助父母輕鬆育兒。心理學家分析父母的管教方式，發現可以分為專制、放任與威信三種類型。其中威信型父母教出來的孩子，不僅學業表現好、自尊比較高，而且獨立自主、生活有目標、不良行為比較少，人緣也比較好。此外，即使到了青春期的，仍能和父母維持較佳的關係，比較沒有劇烈的價值衝突。

「威信型」指的是讓孩子在合理的限制內發展自主能力的管教方式，此類型的父母能夠在溫暖關懷、同理孩子感受的基礎上，態度堅定地講求道理，以此引導規範孩子的行為，使孩子願意順從。

以前文的故事為例，孩子還小時，難免會看到喜歡的玩具就想買，這時父母應該以孩子可以理解的簡單話語，對孩子說明為何現在不能買，以及用掉這些錢的結果。例如：如果父母有購買汽車的打算，把這個計畫和小孩分享，說：「你想要玩這個玩具把錢花掉，還是要存起來買一輛新車車？」，或者：「如果你能等到生日，爸爸媽媽會買一個更好的玩具給你，這段時間你多看看，再慢慢決定最想要什麼。」讓孩子在等候的過程中，學會延宕滿足與珍惜所有。多用討



論及說理的方式來和孩子產生共識，假以時日，孩子在賣場或超商，會日漸養成自律，而能克制一時的物欲。

不過，孩子畢竟是孩子，有時候還是會羨慕別人擁有自己沒有的玩具，建議父母盡量運用大眾服務系統，例如圖書館、美術館、博物館、公共設施裡的玩具室，也可以藉由去親友家，滿足孩子玩多樣化玩具的慾望。禮物則在特定的節日買給他，時間久了，孩子就知道父母的堅持及底線。

以關心和溫暖陪伴孩子

至於邊罵邊妥協，或者和孩子交換條件的做法，就是「放任型」管教了。此類型父母總是捨不得孩子難過，因而過於寬容，很少規範或限制孩子的行為。因為忽視自律的培養、縱容孩子的違規行為，所以養育出來的孩子依賴心重、比較衝動、學業表現差，而且參與活動時比較缺乏自信。而妥協談條件的管教方式，更容易養成孩子予取予求、討價還價的壞習慣。

另一個極端的管教方式則是「專制型」的父母。他們對孩子非常嚴厲，不對孩子解釋規則，較少表現對孩子的愛和關心。他們

會使用體罰及強迫的方式要求孩子無條件服從，導致孩子敢怒不敢言，常覺得受陷於困境。研究發現，這些孩子在學校表現較差，也缺乏自信；他們在和別人相處時容易有攻擊性，人際關係也受到影響。無論是放任或專制，都是父母要自省並避免的管教方式。

事實上，前文提到的這個孩子擁有很棒的優勢，就是他懂得用溫和的方式展現堅定的特質。四歲左右的孩子，正值主動探索外面的世界的階段，如果父母一味的處罰或禁止，孩子就會產生罪惡感。父母要懂得欣賞他這個堅定的特質，支持並鼓勵他達成和父母共同制訂的目標，在過程中以關心和溫暖陪伴孩子，再加上適度督導孩子朝目標努力。如此一來，孩子就能在父母的愛中成長，並感受到達成目標的成就感，這就是「威信型」父母愛孩子的最佳展現了。💕

耕心文教講師

杏語心靈診所伴侶／夫妻治療師

宇寧身心診所少年生涯規劃師及施測師

作者簡介

耕心文教以國內EQ教育領域享有盛名的楊俐容老師為核心的團隊，於2010年元月成立，希望藉由楊俐容老師累積多年經驗而發展出的EQ教育課程，秉持著Enhance life Quality的宗旨，期能改善師生對立、親師溝通不良、同儕關係緊張等問題，創造更和諧的環境與更高品質的生活。