

## 不亂發脾氣的孩子



### 育兒達人：

最近我的孩子常常發脾氣，不給他買玩具，他就會在店內大哭大鬧；要他乖乖的，等我做完家務才跟他玩，又會發脾氣，總之要是他的要求沒達到就會發脾氣。有一次他發脾氣時，我按捺不住罵了他一頓，孩子就越哭越兇了。唉，我該怎麼辦？

陳爸爸上

### 陳爸爸：

你孩子的情況其實是很普遍的。兩歲的孩子有個稱號，叫「茶煲兩歲」(Trouble Two)，一方面他們開始有個人主見，一方面他們的語言發展一般未能有效地表達所想，所以有時候會藉着哭鬧來表達要求，或引起大人的注意。

有些爸媽在孩子發脾氣時，會採取讓步的態度，答允任何要求，這是不值得鼓勵的做法。因為這樣做，會令孩子以為發脾氣是滿足自己所需的方法，漸漸地可能會把發脾氣變成習慣。

孩子發脾氣時，不論在家或公眾場所，爸媽首要控制自己的情緒，如果爸媽的情緒也被刺激了，只會適得其反，不單只解決不了問題，更會影響親子關係。建議爸媽先帶孩子離開現場，到一個安靜的地方，待孩子慢慢冷靜下來後，讓他明白發脾氣是不能得到想要的東西。

爸媽可教導孩子冷靜的方法，例如深呼吸、洗臉、坐下來慢慢數一至十等，並運用提問，協助孩子表達。培養孩子品德不是一兩天的事，這是家長的終生事業，加把勁！

育兒達人