

懂孩子的真實需求，孩子就不需要變壞

作者：綠豆粉圓爸 2013-07 親子天下雜誌 47 期

出自親子天下網站http://best.parenting.com.tw/blogger_article.php?w=3396

以前總認為，最懂孩子的人應該就是孩子的爸媽。四年的帶領親子團體歷程，才讓我驚覺，原來有很多的爸媽，並不懂自己的孩子。

當孩子感覺自己不被懂、不被理解，這樣的親子關係，就會逼得孩子用很多的行為求救或抗議。然而也因為父母不懂孩子，自然也就難以理解孩子的行為，會誤以為孩子在找麻煩、不聽話、不乖。

然後會用父母與身俱來的地位與資源，壓抑掉孩子的求救訊號和抗議行為。打、罵、威脅、恐嚇、獎賞、處罰，是我們歸納出最常見的壓抑方式。

其實孩子很懂爸媽，他們很清楚做什麼事情會讓爸媽生氣、憤怒、爆炸。但孩子不是故意要讓爸媽生氣、憤怒、爆炸的，他們的小小願望，就只是爸媽可以懂他們的「真實需求」，如此而已。相對於孩子行為的四項錯誤目標，我們也整理出了孩子內心的四項真實需求，並且邀請家長，藉由每天的記錄，將這四項真實需求落實在生活當中。

一、有能力：成長的能力

孩子與生俱來就有強烈的成長趨力，回想當孩子開始練習爬行、練習走路時，如果大人想要制止孩子，就算放了再多的障礙物在孩子面前，孩子依舊會排除萬難繼續向前。

當孩子再長大一些後，他們對於興趣的追求、遊戲與玩具的投入、好奇心的展現，都是他們成長的能力。

此時父母要做的，是提供孩子想要的環境和資源，讓孩子得以發揮與提升自己的能力。

因為孩子時間有限，當他們想要接觸各種不同的面向、嚐試各種不同的可能，就很容易讓大人誤以為孩子「三分鐘熱度」，擔心孩子會不專注、會容易半途而廢。

但事實上，父母要在意的，不是三分鐘（或幾分鐘），而是孩子在當下有沒有「熱度」，如果孩子是投入其中的，那麼無論時間長短，都是值得鼓勵的。

而父母也必須理解兒童發展，對孩子當時的能力要有基礎的認識和判斷，最怕父母高估或低估孩子的能力。

高估孩子的能力，會讓孩子怎麼做都做不到、做不好，如果父母沒有即時覺察，然後調整給予孩子的期望，就會讓孩子累積大量的挫敗感，最後走向無能放棄。

低估孩子的能力，則會讓孩子無法盡情施展能力，甚至必須生活在父母的陰影或照顧之下，久而久之，一樣會養成無能放棄的性格。

「讓孩子教你如何教他」，觀察孩子的現況，適時、適度、適量的提供孩子一些生活挑戰，讓孩子在每次的挑戰中累積成就感，就能大幅提升成長的能力。

二、有價值：貢獻的價值

人是社會的動物，每個人都想對自己、對別人、對團體產生貢獻，然後從貢獻中得到自己的價值感和歸屬感。

我們不難發現，很多兩、三歲的孩子，很希望能夠幫大人的忙，幫忙提東西、幫忙掃地、幫忙洗菜、幫忙曬衣服

懂得孩子真實需求的家庭，就會在此時提供適合孩子能力的事情讓孩子幫忙，像是準備一個小提籃或小推車，把孩子的零食或重量較輕的物品請孩子幫忙；準備小掃把讓孩子清理較大的紙屑垃圾；讓孩子邊玩水邊洗菜葉；以及讓孩子將衣服裝進衣架或從衣架拿下來。

願意這麼做的家庭，也會讓孩子在長大之後，仍然願意藉由家事為家庭產生貢獻，因為做家事不是外在的要求，而是內發的價值展現。

我們也發現有很多家庭，因為覺得孩子的幫忙會愈幫愈忙，或是會讓大人更麻煩，而在當下拒絕了孩子的請求。

孩子無法提供家庭貢獻、也就很難找到自己的價值感和歸屬感。長期下來，孩子對家事更加無感，之後父母想要孩子幫忙，就變得更加困難了。

因此大量的讓孩子參與各項家事，經常鼓勵與回饋孩子他讓家庭更好的行為，就能提升孩子對家庭貢獻的價值，朝向正面的循環發展。

三、有權力：作主的權力

父母都想要培訓孩子的責任感，但不少父母誤以為負責任，是要孩子做到父母要求的事項。

我們則認為所謂負責任，是孩子要為自己的行為、自己的決定，承擔起後續而來的結果。

因此我們談到的「有權力」，並不是要孩子去決定父母的行為、家庭的作息，而是先從自己的生活、食衣住行，做出合情合理、符合發展的決定，並且為自己的決定負起責任。

例如孩子決定不吃飯，父母就要思考會不會對自己產生影響，如果不會，就可以尊重孩子不吃飯的決定，但當孩子餓的時候，就要由孩子自己想出解決方法，或是承擔自己肚子餓的自然結果。

或是孩子決定不睡覺，如果父母以過去的事實判斷，孩子會因為晚起而影響到父母的上班時間，此時就需要與孩子利用家庭會議進行討論，以事實提出孩子的決定會造成的影響，然後尋求彼此都能接受的解決方法。

如果找不出解決方法，就必須先擱置這件事，暫時不能做為孩子作主的事項。但同時也要提供其他的面向讓孩子展現作主的權力。

我們覺得讓孩子安排一段家庭旅遊行程，旅程當中要去哪裡、要玩什麼、要吃什麼……都交由孩子作決定，這樣的方式除了提升權力之外，也能夠同時讓孩子展現能力和貢獻的價值，一舉三得。

大量的讓孩子面對行為和決定的「自然結果」，而不是大人去介入或干涉，孩子才能學習作主、學習負責、學習成為自己的主人。

四、有人愛：無條件的愛

多數的父母都認為自己很愛孩子，但卻也有很多孩子覺得父母沒有那麼愛他。

原因往往來自於父母對孩子有著外在的標準和期望，如果孩子可以達到，父母當然不吝於表現自己對孩子的愛。但當孩子沒有符合父母的標準和期望時，父母輕則變臉、對孩子不理不睬，重則責罰孩子、對孩子冷嘲熱諷。

像是孩子學鋼琴，一開始其實也是呼應了父母的期望和想像，過了一兩年孩子不想學了，父母又認為孩子半途而廢、不負責任（負責任的對象是誰呢？）

孩子感受到的，就是父母對他的愛是「有條件的」，剛開始孩子可能會為了得到父母的愛，而逼迫自己去滿足這件條件。

但偏偏父母的條件是會提高的，一開始可能要孩子願意練琴，再來要孩子會彈巴哈的曲子，接著再要求孩子要參加比賽，最後還要孩子拿個獎盃回來。

就算孩子運氣和能力都不錯，一路符合父母的期望，但所花費的時間，都不是為了自己的興趣和夢想，而只是滿足了父母的要求而已。

更多的孩子是到了半途，發現自己怎麼做都達不到父母的條件，因此放棄再努力，父母卻又沒有覺察到孩子的挫敗，又在此時落井下石，讓親子關係產生許多裂痕。

沒有人完美，也不需要追求完美，孩子的行為都是需要練習和調整的，因此父母不應該將孩子的外在行為，做為自己給予愛、或收回愛的標準。

愛，必須是無條件的，無論孩子的外貌、行為、言語、決定如何，都不應該影響父母對孩子的愛。

唯有體會這一點，讓孩子知道父母是無條件的愛著他們的，父母也才擁有了教養孩子的影響力，孩子也才願意聆聽與接納父母的建議。

有了無條件的愛，孩子就不需要變壞、更無需叛逆了！