**不對的陪伴方法，讓孩子情緒更反彈！ 摘自:** **兒童發展專家-王宏哲**

**很多孩子在外面表現不錯，可是在家就是歡必霸！多數會認為，這是因為孩子吃定爸媽，但，一個銅板敲不響，仔細觀察大人與孩子的互動方式，往往就能找到造成孩子在家脾氣差、情緒壞的可能原因。**

**我們觀察，很多時候，大人這樣的陪伴方式，出發點其實都是好的，但由於分寸沒拿捏好，太多的控制與限制，可能就變成妨礙孩子的發展，甚至引起孩子的情緒反彈。有哪些錯誤的陪伴行為呢？一起來看看：**

**1. 限制孩子玩遊戲的方式**

**2歲多的孩子很喜歡玩煮菜的遊戲，媽媽買了一盒拼圖，想來陪孩子玩，結果孩子是把所有拼圖倒到鍋子去假裝炒菜，有些大人可能就會急忙阻止，甚至限制，這是拼圖，不是拿來炒菜的，但殊不知這樣的舉動，就可能妨礙孩子的發展。過去研究顯示，與18個月以上的孩子玩，若大人太過主導遊戲方式，會影響幼兒的專注力發展。**

**2. 強迫孩子要吃多少**

**大人都可能有大小餐，更何況孩子，差那幾口絕對不會因此餓死或營養不良。儘管媽媽你煮得很辛苦，看到食物剩下來真的很「不舒服」，但把吃飯氣氛弄那麼僵，孩子只會更不喜歡吃，吃飯會有情緒，何必呢？**

**3. 邊看手機邊陪小孩**

**孩子是會感受到大人是否有認真陪伴的，而且邊看手機通常就比較不能及時回應孩子，或者是沒看孩子就回應，久而久之，孩子學到的是不主動去看大人表情，社會互動的能力變差，表現出來的就是在團體中不專心、很做自己。**

**4. 規定孩子怎麼玩**

**就像疊積木，就是要組的跟說明書一樣，或跟著大人一起組，孩子無法自我發揮，大人出發是好的，想要孩子學習，但這樣的規定反而可能讓孩子無趣，玩具就玩不久。**

**5. 硬要孩子發音清楚**

**除了字要講清楚，有些家長還很強調句子的完整度，不到三歲的孩子，句子可能要求的跟中班程度一樣，孩子可能需要兩三次才有辦法將句子說完整，這會讓孩子一直有挫折感，沒自信。**

**6. 要求只能乖乖坐著玩**

**孩子就是有活動量的需求，活動量沒有滿足的孩子，就會容易會有躁動、衝動能行為表現。**

**7. 看書每頁都要仔細看**

**不少媽媽會問，跟孩子看書，我都還沒念完，孩子就一直急著翻，怎麼辦？閱讀這件是要先有樂趣，才有可能深入研究，因此不需要太早強調孩子要一頁一頁看完，反而可以帶著孩子一起看圖片，一起找出圖畫中的人物，孩子覺得有趣，大人在逐漸將故事串起來，最後在一頁一頁將故事說完整也不遲。(接下頁)**

**8. 什麼都覺得很髒**

**前幾天聽到一個媽媽有感而發，孩子把盆栽打翻了，為了訓練孩子的責任感，請孩子自己處理，儘管等等媽媽可能要花三倍的力氣收拾善後，結果阿嬤說，不行，土很髒，大人收一收就好了…。甚麼都覺得髒、大人不好清潔，就不讓孩子嘗試，會剝奪孩子的感統發展機會。**

**9. 什麼都要一起玩**

**現在媽媽多半不會要求手足間大的要讓小的，會強調一起玩，但殊不知這個一起玩是假公平，有些年紀小的孩子，遊戲發展本來就是平行遊戲，怎麼可能一起玩，結果換來的是兩個都不開心，要讓手足一起玩，大人要有技巧，既然是玩，就要開心，絕對不是說一句一起玩，問題就解決了。**

綿羊班 巧盈/家玉老師與您分享 113.12.13