

教養問題Q&A

耐心引導，讓孩子變細心

每個孩子有他與生俱來的氣質，有的孩子天生就比較細心，做起事來有條有理。有的孩子比較迷糊，做事大而化之。你家的孩子是哪一種個性呢？

即使是同一對父母生的孩子，每一個孩子都有他獨特的氣質。有的孩子對感覺刺激的敏感度較差，他不能完整或精細的分辨刺激；有的孩子注意力薄弱，特別容易因外界的干擾而分散了他的專注力，不過這種孩子並非凡事都很粗心、迷糊，當他面對有興趣的事，他也能仔細地做好，但是遇到不感興趣的事就馬馬虎虎、草草了事。

粗心的孩子通常動手比動腦快，做事時不能夠仔細的觀察，也缺乏全面的思考。雖然有的孩子隨著認知能力的提高，會有所改善，可是對於那些長久習慣於粗心行事的的孩子，即使認知能力提高，還是會出現粗心的行為，所以爸媽要趁早留意。

增強孩子的敏感度，能改善粗心

如果孩子對感覺刺激的敏感度較差，爸媽可以透過一些有趣的訓練，協助孩子增強感覺刺激的敏感度。例如，讓他多玩一些「找找看」和「比比看，哪裡不一樣」的遊戲。「找找看」的遊戲是指在一张圖畫中，藏有多樣的東西，孩子必須小心觀察才能找得到。「比比看，哪裡不一樣」的遊戲，常常是有兩張相似的圖，在這兩張圖之間有些細微的不同，孩子要不斷的利用圖中的一小部份，仔細的觀察比較，才能找出兩者之間的不同。

生活小事粗心，請孩子立刻改正

在日常的生活中，有的孩子常常心不在焉，離開房間忘了關燈或關電視、吃完東西不會收拾善後，有些爸媽會覺得這些事都是舉手之勞的小事，就順手幫孩子做好。這樣的教養方式，孩子永遠學不會。下次孩子再忘了關燈，不管他那時正在做什麼事，爸媽一定要他放下手邊的事，馬上再回到那個房間把燈關掉。從很多生活例子裡發現，越是造成孩子的不方便時，改正的效果就越好，因為孩子不願意再給自己添加過多的麻煩。只要多練習，孩子粗心大意的行為會逐漸減少。

爸媽別期望過高，孩子才有信心把事情做好

孩子會粗心，有時不完全是天生如此的，也有可能是後天環境造成的。心理發展學家艾瑞克森主張學齡前兒童正處於主動期，在幼兒的生活中，還沒有太多失敗的經驗，喜歡主動的嘗試新事物，對自己總懷有無比的信心；縱然短暫的失敗，一下子就會被孩子拋諸腦後，再面對下一個挑戰，又會躍躍欲試。每當孩子順利完成一件事情時，他會感到快樂，也會增強自信心；相反地，如果孩子總是面對失敗的結果，慢慢地他會覺得自己事情都做不好，自信心就會變得低落，久了之後，面對新的事物時也不願再嘗試。

很多爸媽因為孩子粗心而導致狀況百出，感到頭疼不已，在焦急之餘，只知道責怪孩子，這麼簡單的事都做不好，結果孩子粗心的問題不但從未獲得改善，反而弄得親子之間很不愉快。爸媽對孩子期許過高，當孩子達不到時，爸媽會覺得失望、生氣，而這樣的反應只會加深孩子的挫折與無能感，對孩子並無幫助。

給孩子時間，慢慢地累積經驗與學習

請爸媽以孩子的角度來思考，4~7 歲的孩子在生活中累積多少了經驗？有很多事情是靠學習得來的。當你要求孩子做好一件事時，是否曾教導過孩子如何把這件事做好？孩子粗心有很多時候是因為他不知道如何有效的處理事情。很多成人看來輕而易舉的事，只要是孩子沒做過，或還沒機會學到如何做好的訣竅之前，對他都是一項挑戰。

例如，安安很喜歡他的玩具小汽車，每次出門總要帶著好幾輛車子。可是安安是個小迷糊，車子帶出門，卻常忘記帶回家。每次掉車子，安安總是感到很懊惱，有時甚至要大哭一場。爸媽要如何幫助安安改善這個粗心的問題呢？爸媽可以試著在出門前先討論或提醒，例如：

媽媽說：「安安，等一下我們要去大伯家玩，我知道你喜歡玩小汽車，你可以帶兩輛車子。」

安安說：「兩輛太少了，我要帶 6 輛。」

媽媽說：「我知道你想和堂哥玩車子，但是出門不方便帶那麼多，很容易丟掉的。下次我們可以請大伯帶他到我們家來，你就可以跟他分享所有的車子。你先練習帶一、兩輛出門，如果能保管好，以後再增加車子的數量。」

等到拜訪親友後，準備回家前，爸媽可以再次提醒孩子收拾今天帶去的小汽車，孩子收拾好了立即誇獎他好棒，可以自己管理自己的東西了。

持續練習，重新建立細心的習慣

研究指出，一個人在建立一項新的習慣時，至少要連續不斷的練習 21 天以上，才能將這個習慣建立起來。在年齡越小時，成效越好。所以當父母在引導孩子時，也要記得讓孩子有機會不斷的練習。孩子粗心大意不是無可救藥，重要的是爸媽必須有耐心的教導他一些做事的小方法，並不斷地讓孩子練習，慢慢的，粗心的孩子也會變得細心，對自己也會更有信心。

本文摘自「奇蜜親子網站」

咪咪、家田幼兒園 2020.3