

掌握 3 關鍵，教出自律的孩子

親子天下 作者：楊淑芬 2016-06 Web only

「要遲到了，還在找鉛筆盒？」要孩子睡前就把書包準備好，卻總要等到快出門了才找東找西，最後只好匆匆忙忙上學，大人上班都快遲到！教養專家楊淑芬建議，培養孩子的自律能力，打罵前先試試這三招...

請問專家：女兒現在小三，發現他越來越有自己的想法，每次要她睡前確認書包是否準備好，她總覺得出門前在看就好了，要她睡覺前不要再在玩平板，他會說我在玩最後一次就好，都有他的理由跟藉口，對於這樣的孩子，我除了罵之外可以用什麼方法管教他？

學齡期的孩子一發現自己越來越有能力操作更多事，就會想用自己的方式掌控生活，這麼說來，孩子是有他自己做事的方法，而不是要跟大人抗衡。如果大人希望孩子照大人所謂好的方式操作，這麼一來孩子就缺少了他的生命力與獨立性。

因此，與其說是讓孩子聽話，倒不如說是協助孩子自律並幫忙孩子能尊重與他人共同相處的能力。建議您試著這麼做：

1、確定大原則即可：

書包裡的東西，只要他自己記得當天要帶什麼，出門時不致於影響上課（班）時間即可。他可以用他的方式完成，但不能影響他人的權益，如：影響自己上課或大人上班時間、或因為忘記帶東西要家人帶去學校。

2、對於想執行的事溫和地堅持：

若幾點前不玩平板已是你們的共識，當他找盡各種理由時，持續地堅持即可，看著他說：「我知道能再多玩一下下更好，但約定的時間到了」、「我知道你還想玩的心情，明天還有時間」，並問他自己收還是大人收，由他做決定。這樣持續一段時間，孩子知道你不是不讓他玩，而是有所節制時，他會慢慢由他律轉為自律。

3、鼓勵孩子做到的地方：

做到的事予以具體地鼓勵，孩子會感受到父母看到並認可自己的能力，而會想靠近父母，這時父母所謂好的建議才會成為孩子的參考。

