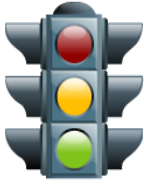

帮助孩子建立生活常规

苏小妹著



在和家长分享的过程中，经常会被问到如何辅导和教养孩子的问题。我想利用遵守红绿灯的交通规则方法，来帮助家长掌握与孩子互动的尺度。

在孩子的成长环境中，经常会犹豫什么是可以做的，应该做的，好的，能被接受的行为的挣扎。即使是身为家长的成人，很多时候也会被孩子新鲜的行为感到震惊和讶异，同时不知所措。越早帮助孩子建立生活常规，越能让他们掌握行为准则并自行控制自己的行为，同时还可以减少许多不必要的生理与心理伤害。玛利亚·蒙特梭利医生就曾经这么说：“干预是一门艺术，唯有懂得生命的人，才知道如何干预！”，她还这么说：帮助孩子分辨对错，善恶是成人的责任，而且必须在生命开始的那一刻就进行，因为善是生，恶是死；因此，帮助孩子分辨可以或不可以，应该或不应该，好和坏的辨识能力，就不单单是认知发展上的问题，而是生死的问题了。

在我们生活的环境中，有三个基本的常规，是任何场地，任何人都必须遵循的：它们是

- 一、照顾自己，不伤害自己
- 二、照顾别人，不伤害别人
- 三、照顾环境，不伤害环境

如果我们利用遵守交通灯上面的红绿灯指示准则，我们可以这么说，只要孩子没有伤害自己，伤害别人、伤害环境的行为，我们都可以给予绿灯指示，即不干预，让他们继续正在进行的活动；可是只要孩子做了伤害自己，伤害别人与伤害环境的行为，成人就必须严肃地，直接地，及时地告诉他们。在告诉孩子的时候，还有一个特别的技巧，就是千万不要用：“你不可以打人”或“你不可以往上爬”这类的话语，而是应该用“对不起，我要你停下来”、“我不要你这么做”、或“我不允许你这么做”，用“我”开始的句子是要让孩子知道，这件事不是你不可以做，而是“我不会让你继续做”，或“我会阻止你继续做”。用这样的句子开始你的指示语，直接表示你的立场与价值取向，并让他知道，你不喜欢这种行为。家长可能会问：是否要向孩子解释“为什么”？这就要看孩子的年龄而定，越小的孩子，越不必解释，只有等到孩子用眼光或语言问你“为什么不可以”时，你才需要解释。因为这时候，他需要答案了！

这个方法看起来简单，其实实行起来却不一定容易，因为成人可能会在什么行为才是属于“伤害自己、伤害别人、伤害环境”的行为有所争执，好比挖鼻孔属不属于伤害自己的行为？大声喊叫是否是伤害自己与伤害别人的行为。说话伤害别人，如“你好难看，你好讨厌”等是否可以。把手放到鱼缸里是不是属于伤害别人的行为？用树枝戳鸟窝，敲打树身等行为是否可以？我的学生曾经做过给我这样答案：当孩子把手放到鱼缸里时，她们举绿灯（即不阻止）、当孩子用手在鱼缸里搅的时候，她们也是举绿灯，因为她们认为这是孩子的探索行为、当孩子在水里捞鱼的时候，她们还是举绿灯，因为她们认为这是孩子学习的行为、当孩子抓鱼的时候，她们还是举绿灯，因为这也是一种学习与理解的行为、孩子把鱼抓到时，也还是

绿灯、直到孩子把鱼放在桌面，开始触摸或戳鱼的时候，才举红灯。这组学生认为孩子的这种经验是可以被接受或允许的；可是一定也会有一些家长会认为他们不能接受这种行为，有些人甚至在孩子把手放到水里时，就立刻制止，因为她们认为这样做已经伤害了其他生物，鱼的生活环境被污染了，就如同我们的空气被污染了一样，是不可以接受的，同时也一定要让孩子及早知道的。所以，给予红灯或绿灯的指示看起来容易，实行起来却不一定容易，除非孩子身边的成人都有了对某一种行为的共识，同时相信并坚持同一个理念与价值观，否则，孩子还是会不知所措。因此，在各位实行红绿灯的行为指导时，最困难的就是你会出现“黄灯”的时候。有开车经验的人，一定会理解，当我们来到黄灯时，是最举棋不定的时候，除非你的判断准确，否则你会出现是否加速，或是否停止的心理作用。这就是我们在指导孩子的行为时经常出现的状况。有些行为，我们一时无法判断，或不知道是否需要阻止，有时候我们会担心，如果我们太早下判断，可能会出现误判的情况，就如刚才的例子，孩子把手伸到鱼缸里，可能是为了把石头抓起来，而不是要抓鱼，所以，如果我们太早下判，可能会让孩子觉得委屈。因此，学习观察孩子，理解他们发生行为的前因后果，是非常重要的。可是，我这里还有一个重要的提示，大家应该知道交通灯在运作时，黄灯之后会出现红灯，也就是说，如果我们可以黄灯出现时，判断出对与错，好与坏的行为，则孩子还是有机会通行，要不，黄灯之后，就会出现红灯，如果我们再犹豫不决，孩子就会闯红灯，而且可能因此而发生意外或造成伤害，家长一定要切记！

