

指責會心傷，說明才能心服

資料提供／衛生署國民健康局

告訴小孩「你好壞！」是「指責」。告訴小孩他所做的事以及它為什麼是錯的，則是「說明」，「說明」才不會傷到自尊。

對於像「你好壞！」「你真不長進！」「你簡直是白癡！」「你有夠阿達的！」……，這類的話，我們都很容易脫口溜出，反射性的，絲毫不必經過大腦的思考與過濾。但是這類的話，都會損及小孩的自我形象及人格，也會削弱他們再次學習和勇氣，而且這些話經過代表權威且是最了解自己的父母口中說出，它更有擴散作用，本來父母只是說他幼稚的，孩子會不由自主地把它擴大成愚蠢、消極、沒恆心或不得人緣等等。

任何批評指責的話，深究起來，只有一個效果是很確定的：傷心，傷了孩子的自尊心。

古語說：「不教而殺之，謂之虐」，那麼「不教而罵之」謂之什麼呢？罵小孩「壞」，實在是太過簡化和誇大了，我們真正的意思是孩子在一特定時間裡的某一項言行我們「不能接受」；所以父母必須學習「就一事，說一事」。

例如小明猛抓妹妹的辮子，把妹妹弄哭了，我們可以說「你這樣子猛抓妹妹的頭髮，不但會引起頭部劇烈的震動，傷害頭髮頭皮，也會讓人很痛很



痛。」，接下來，我們就必須堅定地表達我們的立場：「妹妹拿你的橡皮擦去玩，難怪你很生氣，但這不是解決的辦法啊！你這樣的做法，我們不能接受，下次再有類似的行為，我會非常生氣，而且你也要接受處罰！」

古云「聞過則喜」，在這裏我們不妨把它看成：當父母看到小孩犯了錯，要像寶貝般，抓緊它。你的說明表示了你的包容和接納，讓他有安全感，並且也給了他正確的思考方向、是非概念和學習作判斷。這都有助於訓練小孩獨立思考的能力。

指責會「心傷」，說明才能「心服」！

