

## 以「愛」與「關懷」營造和諧的親子關係

只要有適度的愛與及時的關懷，做個稱職的父母並不難。傾聽心聲，真誠鼓勵，給孩子一個溫暖的擁抱，都是營造親子和諧關係的好方法！父母的愛是孩子上進的泉源，也是創造家庭幸福的動力。但是，如果愛得太多，或關懷不當都會造成親子關係衝突，以致兒童問題行為頻頻出現，甚而影響家庭的幸福。因此，唯有以適度的「愛」與及時的「關懷」，才能營造和諧的親子關係。而適度的「愛」與及時的「關懷」，可試用下列五個招式：

### 第一招～豎起耳朵，傾聽孩子的心聲：

每個母親大都能從娃娃的哭聲判斷他的用意，是餓了？還是尿布濕了？孩子漸漸長大後，父母也應該同樣地從聲音中判斷，他什麼時候不舒服？什麼時候在生氣？我們有這種本能，因此更要用心牽引孩子的心，傾聽他的聲音。父母不僅要耐心聽孩子說話的內容，更要站在他的立場，設想他為什麼提出如此的要求。例如：三歲的寶寶急切地向您要一個球，他究竟要一個球做什麼？不單是把球給了他，更要用心去了解孩子內心的世界，真心接納他的意見，熱心幫他找出問題的原因，才能成為孩子的知心朋友。

### 第二招～真誠鼓勵，關懷孩子的困難：

任何人都有被愛、被肯定、被尊重的需求，身心幼嫩的孩子，更需要父母的鼓勵。當孩子遇到學習上的困難時，他們都渴望能從中學習，並突破自己的缺點。正因為孩子在成長和學習的過程中會不斷受到挫折，所以我們更要幫助他們克服困難。父母不能一味地責罵孩子太笨了，更不能拿他和別家的孩子比，而是應該先肯定他已經做到的部份，再協助孩子尋找困難的所在。若是遇到一時無法學習的困難，父母也可以試著幫孩子轉換另一扇窗。當他唱歌唱得不好，可以鼓勵他試試畫圖。激發孩子的學習意願，也許他在學習上不能得到最好的成績，但是只要給予適度的鼓勵，定能使孩子獲得自信與希望。

### 第三招～正確表達，給予孩子的愛意：

每個孩子從小都需要父母親情的滋潤。一個抱抱，一個親親，一句「孩子，我愛你！」所賦與孩子的是無限的甜蜜與溫馨。然而，一般中國父母較為保守，羞於表達，「愛在心中口不開」。因此，父母要常透過練習，適時抱抱孩子、親親寶貝，並且當面告訴孩子：「你是我的寶貝—媽媽愛你，爸爸也愛你」。讓孩子從小就將親子間的擁抱當成一個自然的動作，當做一種習慣，覺得與父母的相處溫馨而和諧。

### 第四招～控制情緒，面對孩子的問題：

每個人都有心情不好的時候，當我們情緒低落、怒氣無處發洩之際，可能在面對孩子時將他當做出氣桶，無力反抗的孩子就成了受害者。有些父母常因無法控制自己的情緒，急著處理孩子的問題，甚至做出失去理智的行為，而造成許多遺憾。例如：當孩子哭鬧不休時，父母希望他停止哭鬧，一旦勸說無效，父母被惹得火冒三丈，於是祭出家法打罵一番，或是揮手一拳，家庭暴力事件就是如此造成的。如此處理孩子的問題，不但於事無補，還嚴重傷害親子關係。這個時候，明智的做法是先深深吸一口氣，或暫時離開現場，隔一會兒再來處理孩子的問題。

### 第五招～熱心學習，關心孩子的興趣：

每個孩子都是特別的，都有個別差異，興趣也各不相同。父母可以透過多方試探孩子，培養、了解孩子的興趣，進而尊重孩子的興趣；關心他的學習，陪著他學習，你才有更多的機會接近孩子。孩子喜歡恐龍，你可以聽聽他對恐龍的認識，聽他說長頸龍的脖子好長好長，聽他說霹靂龍最喜歡吃樹根…你可以陪他一起看恐龍的圖本，聽聽他的心得，分享他的經驗，藉此進入孩子的世界。提昇親子關係的層次，孩子將深深地感覺到：「只有爸爸媽媽才是最了解我的人，才是我最好的朋友！」

由於家庭型態的轉換與價值觀的改變，教養子女的招式再也不能沿襲上一代的教養方式。因此身為現代父母，面對孩子就是一種挑戰，必須抱著學習的態度，隨時吸取育兒方法，不斷給予孩子適度的「愛」與「關懷」，讓他在溫馨快樂的環境中順利成長，讓我們的孩子獨立而不桀驁，聰明而不頑劣，乖巧而不自閉，並且使孩子體會到父母的愛。這是他一生所受用無窮的，家長們也可藉此營造和諧的親子關係，成為孩子心目中最稱職的父母。

～撰文 高紅瑛 前北市師實小輔導室主任～若有引用不當之處請來信告知，我們當立即更正～