

## 讚賞的力量 (2/24/2022 家庭會客室)



Elizabeth Lau 劉黎桐華女士  
資深教養孩子專家

### 父母讚賞對孩子的影響

- 父母的讚賞給孩子起了極大的回響
- 子女最希望就是看見父母讚許的笑容
- 子女會為了爭取父母的喜悅而努力向上

所以：當子女表現有進步時，父母一定及時表揚，表露滿意和喜悅。

如果父母這時表現失望，或不滿足，子女會沮喪，焦慮，自悲，甚至憂鬱。經常如此，孩子會放棄。

### 讚賞增進自信心

- “阿爸話我得，我就一定得”，因為父母的讚賞，孩子信心就堅強起來。
- 父母是孩子一生最信賴的人，就如一面鏡子，把他的能力和潛力都反照出來。
- 父母的話就成為孩子手中的杖和腳前的燈，引導他向前走的道路

### 讚賞增進親子關係

- 對父母的讚賞，有些孩子喜形於色，也有些孩子滿心歡喜，但不動聲色，全無表情。
- 不要以為孩子毫不動容就是漠不關心，事實孩子心裡才高興，你的說話永遠存在孩子的心裡。
- 父母的讚賞表示對孩子的了解和接受，孩子會視父母為知己，跟父母的關係會更緊密。

### 為甚麼很多家長不讚賞孩子？

- 很多中國人怕讚壞孩子，以為讚賞孩子會叫孩子自滿，以後就不再上進，所以有人以為“愛在心裡，罵在口裡”，明明心中非常的高興，在口裡仍在抱怨孩子的進步不夠，自己仍在憂慮中。
- 這種反應會叫子女氣餒，沮喪。覺得自己沒能力討好父母，經過多次後就會放棄。
- 讚賞不當確實會引起孩子的驕傲和自滿！

### 讚賞要守的三個原則

- 具體 Specific
- 明確 Clear
- 真誠 Honest

### 適當的讚賞之一：具體

怎樣才是具體 (Specific) 的讚賞？

- 在讚賞之時，特別指出他某種強項，而不是整體，指出某一種工作或某一科表現特別出息。
- 在讚賞之時，特別指出他某種強項，而不是整體，只是某一種而已。

### 具體和籠統之別

**具體：**你的數學真不錯，每學期都有八十分以上，看來你對數學很有興趣。繼續努力一定會有更好的成績。(孩子反應：我的數學是不錯)

**籠統：**你的成績很好，你很聰明，你好叻呀！(孩子反應：我還有一科不合格，叻在那裡)

### 適當的讚賞之二：明確 clear --- 清楚指出值得讚賞的地方

#### 明確與含糊之別

**明確：**你今天在公園裡，我看見你幫助弟弟上滑梯，你這樣照顧弟弟我很高興，也表示你有愛心。(我的好行為給媽媽看見了，真好！)

**含糊：**你很愛弟弟噢！你很乖！你很生性！(孩子心想：我才不愛弟弟，他把媽媽搶去！)

### 適當的讚賞之三：真誠 Honesty, sincerity

表揚最重要是誠懇，切勿說謊，誇大，虛構。你不誠實，孩子心知肚明，你在亂吹，讚賞的意義就喪失了。

#### 真誠與吹虛之別

**真誠：**英文有進步，今次合格了，真好。加料用功馬上就有進步。媽媽很高興，我們要慶祝。(孩子反應：媽媽知道我是加倍努力，今次才有進步，以後我會繼續努力)

**吹虛：**英文有 68 分，真醒目，真叻，你好威呀，阿媽開心晒啦！(孩子反應：“事實上 68 有甚麼了不起！媽媽在吹牛，在敷衍我。)

### 找不到可讚賞的地方又如何？

- 校長的例子：校長逮著學生打架
- 給與第一棵糖：準時
- 給與第二棵糖：誠實
- 給與第三棵糖：承認錯誤，想辦法去補救

### 讚賞努力而不是單看成果

當孩子經過一番努力後，就算成績未如理想，也值得我們去表揚。我們讚賞的是他在過去的日子，付出的努力。因此，過程比成果更重要。成果會因某種原因而達不到理想，但在漫長的努力中，既已真正地付出，那麼，孩子是踏上成功的路了，所以值得稱讚。

## 讚賞要公開

- 直接表揚，當場表揚
- 當別人表揚子女時，大方地欣然接受，但不必自己再錦上添花，也不好指出子女的弱點來平衡。
- 讚賞的力量有神奇和偉大的推動力，父母別忘記適當地讚揚他們。

## 批評在私室

- 當孩子需要受批評時，我們要注意幾件事：
  1. 當父母心平氣和時，私下把意見告訴孩子
  2. 切勿在親友，或同學面前批評，孩子無臉，也一定會抗拒。
  3. 先指出孩子的優點，然後才指出他需要改進的地方，這會叫孩子更容易接受。
- 表示你的喜悅和肯定
- 常常指出他的優點，並表示你喜歡他的優點。

例子：

1. 當孩子有優良的表現時，別忘記去表揚。比如他自覺去做家課，不必家長去提醒，這時，可以讚賞他的責任心。這個優點你喜歡。
2. 孩子早上自己起床，父母稱讚他有獨立能力，長大了，真好，有獨立能力的孩子最有前途，你很高興。

## 結語

- 讚賞對孩子有著一般非常大的推動力，想孩子有優良的表現，父母要慷慨稱讚孩子
- 稱讚孩子是父母肯定這種行為是父母喜悅的，示意孩子在這方面繼續努力。
- 不罵不讚是表示父母對這行為漠不關心。