



「一日三省吾身」

為什麼父母常對孩子生氣和感到不滿？人的情緒（包括不良的情緒）都有動機，是以我們的信念和目的為基礎。我相信故我感受(We feel as we believe)，如果我們相信那人是友善的、值得信賴的，我們就會產生積極的感情，讓自己更接近他；相反，則會產生敵視的情感而遠離他。

父母常對孩子生氣和感到不滿，是因為孩子沒有照他們的意思行事。父母有這種憤怒和不耐煩的情感，只不過是要控制孩子而已。父母一旦決定不需要去控制，讓孩子在預設的範圍內自行下決定，讓他們從行為後果來學習，那麼，就沒有懊惱和發怒的理由了。

另一方面，孩子也會用他們的情緒去達到目標。

孩子會發現眼淚的力量，用它來爭取想要的東西。例如「情感敏感」的孩子，會以嘴唇顫抖，眼睛含淚，下巴低觸胸前的身體語言表達他受傷的情感，父母很容易相信孩子是軟弱，需要保護的。父母要認清，這孩子是很有力的！他會利用情感迫使別人用不一樣的方式對待他，他的「敏感」常常促使別人——特別是同儕——對他苛責；之後，他有理由覺得自憐。他的自憐轉而影響父母，向父母求援，又促使父母對他們更加呵護。

有時候，父母對敏感型的孩子失去耐心，於是，孩子會真正讓父母付出代價。他會以最佳表演，展示受傷害的情感，讓父母覺得有愧疚感，而設法彌補過失。請記住，孩子常常未覺察到他這麼做的目的。

父母若認清孩子如何利用情緒來操縱成人，便可取得影響孩子的地位。實際上，我們都知道對自己的情感負責是成長中必要的部分，應該讓孩子有此種體認的機會。

吳李金麗

福音證主協會家庭事工副總監

《天倫樂》家庭雜誌主編

