

# 每月一篇

## 處理孩子的「問題行為」

在日常照顧當中，家長們每天都會面對孩子或多或少的「問題行為」——不守規則、做不恰當行為，可能會感到無助、煩躁，「點解講極佢都唔聽？」這也許是不少家長的心聲。其實孩子的「問題行為」，可能是因為他們不明白，亦有可能是他們的需要未能被滿足，如果家長一味指責他們的行為，可能會破壞親子關係；相反，如果只是遷就，孩子可能會變本加厲。當孩子不守規則、做不恰當行為的時候，家長可以參考以下的三步曲管教手法，情理兼備：

### 一、明白及說出孩子的內心

家長可以平心靜氣地描述孩子的情緒或需要，「媽媽見到你有啲唔開心」或「我知道你靚靚」，幫助孩子明白自己的情緒，累積表達自己情緒的詞彙，同時亦表達家長對孩子情緒的接納。

### 二、表明限制或規則

家長需要明確表達孩子的行為有甚麼不恰當，讓他明白生活中要守的規則或注意的地方。例：「你打媽媽，媽媽會痛的」或「大力擲玩具，玩具會爛的」。

### 三、提供可接受的選擇

家長可以給予孩子一些可行的選擇作代替，例：「你可以打呢個毛公仔或枕頭」、「你想買玩具，可以等儲滿獎勵計劃的貼紙」，讓孩子知道當他有情緒及需要時，該如何恰當地表達自己或得到滿足。

#### 例子分享(一)：孩子在牆上畫畫

家長可以回應：「媽媽知道你想畫畫，但係牆唔係用嚟畫咖，你可以畫喺呢張紙度，或者畫喺小畫板度。」

#### 例子分享(二)：孩子發脾氣不做功課

家長可以回應：「爸爸知道你有啲忤憎，啲功課好難，但係功課都要完成咖，如果你宜家好叻，你可以選擇休息5分鐘再做，或者我哋一齊飲杯果汁再做功課，爸爸會同你一齊做咖。」

下次再遇到孩子有「問題行為」時，家長可以嘗試以上三步曲，留意孩子的情緒及想法，協助孩子以合適的方法表達感受，處理需要，讓我們和孩子一起進步吧！

如有查詢或需要支援，歡迎於辦公時間致電 2700 1700 與我聯絡。

駐幼稚園社工  
余姑娘  
2025年2月

