

教出輸得起的孩子

作者／柯寶綸 節錄自《學前教育》數位雜誌

想贏是一種天性

心理學家認為，每個人都有與生俱來的成長動機和潛能，只要給他一個良好的成長環境，人們自然會朝向「好」的一面發展。所以，喜歡被稱讚、想證明自己厲害，其實是種天性，並且不分男女老少。

孩子成長的過程，同時也在建構自我意識。3.5歲的孩子，還沒辦法清楚知道自己能力所在，進入團體生活之後，「比較」便成為他們認識自己的途徑之一。透過觀察周遭的人和自己的差別，他們漸漸知道自己的能力在哪裡、優點是什麼；而為了維持自尊、想證明自己很不錯，想贏的心便旺盛起來，像是「我長得比較高」「我跑步最快」「我第一個吃完午餐」都是在展現自己。比較的概念，從襁褓時期就開始發展，孩子即便才2歲，也已懂得區分大與小、多和少，可是他們不一定覺得大比較好、多優於少。輸、贏原本也只是一種比較概念，但天生求好心切，再加上贏了會被稱讚、被看重、得到獎品等外在因素的影響，難免增添許多複雜的情緒。

紓解孩子輸的負向情緒

贏了當然開心，輸了便產生負向情緒，譬如難過、挫折、生氣，表現出來的行為則包括哭泣、悶悶不樂、甚至大吵大鬧。情緒本身並沒有對錯，我們要教導孩子的是，如何合宜地抒發情緒。哭的時候陪陪他、哭過之後鼓勵他：「下次再努力。」讓孩子知道爸爸媽媽的愛並沒有因為輸贏而有一分增減，孩子就比較能坦然接受結果。

如何提高孩子的挫折復原力？

- ★表達對他的愛，不因輸贏而改變。
- ★具體誇獎他在過程中的努力，讓他明白爸媽真心覺得他很棒。
- ★鼓勵、引導孩子說出內心感受，就算想法不對也不要立即批評。

感受遊戲樂趣，勝過輸贏

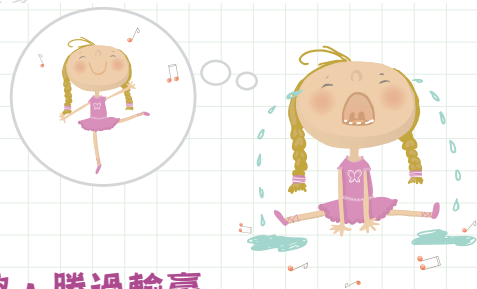
許多遊戲都有輸有贏，如猜拳、大風吹、紅綠燈、井字遊戲等。多鼓勵孩子和友伴一起玩耍，他便能體會：每個人都有機會當「鬼」，每個人都有輸或贏的時候，很多事情都有數不清的下一次可再嘗試，因此就不會執著在這次非贏不可。當孩子輸的時候，爸媽的支持也相當重要，建議你多肯定他當「鬼」從不賴皮，讚美他從頭到尾都很努力，讚美他玩得很開心，這麼一來，你的孩子就比較能擁有輸得起的心態。

學會認輸，才能愈挫愈勇

在幼兒園裡，孩子之間的競爭並沒有明顯的利益衝突，贏的人可能只是得到一張貼紙、輸的也不會有所懲罰。但是，3.5歲的孩子會從身邊大人的言談和行動去評斷什麼是好、什麼是壞，並從中架構自我概念、認識自己是什麼樣的人。倘若大人太在意、太想要孩子贏，孩子當然也會特別計較。尤其當爸媽在乎的事情，孩子表現輸了，他的失落或難過就更加明顯。

要放下輸贏，大人要先肯定輸的正面意義。服輸其實很不簡單，要求孩子在自己擅長的領域（如畫畫、下棋）去承認別人更厲害，對心智是一種磨鍊；孩子在生活遊戲中經歷過小小的「輸」所帶來的挫折感，正好可以鍛鍊心理的強度，當他不斷從「輸」學習到克服困難、解決問題的方法時，日後若遭遇更大的挫折，就會擁有愈挫愈勇的信心。爸媽能肯定「輸」的價值，在孩子面前不要爭強好勝，透露輸了很沒面子的心態，孩子遇到輸贏關卡時，也就比較容易心悅誠服地「服輸」，並保有繼續努力的動力了。

- ★如果孩子需要發洩一下情緒，讓他自己決定什麼時候停止哭泣，不要取笑或強迫他勇敢。
- ★不用太急著檢討得失或者教導孩子如何取勝，除非他自己要求。



親子活動推薦

購票請洽兩廳院或 ibon 售票系統



2015/04/24~2015/04/26
如果兒童劇團《豬探長的秘密檔案III—棋逢敵手》
演出地點：國家戲劇院



2015/03/21~2015/05/23
蘋果劇團《龍宮奇緣》
演出地點：宜蘭、台北、苗栗、員林、嘉義、高雄
蘋果劇團《再闖黑森林》
演出地點：新竹、台中



音樂童年最新訊息公告

3/1~5/15 ·
春季招生活動



- ♥ 新生可免費試上一堂音樂、舞蹈團體課程
- ♥ 活動期間內報名課程，即可依課程獲得1~3張不等的抽獎券，全國獎項高達150項以上，還有機會獲得《艾卡爾創意童話寶盒》及《14隻小老鼠》套書喔！

音樂童年教室行事曆

感覺統合之 ⑤

動作企劃能力

「動作企劃能力」的建立來自於大腦對身體與週遭環境的快速判斷與連結，即需要「感覺統合」整體能力的配合。舉例來說，當我們閱讀時，為了完成「翻頁」這個動作，大腦就開始了複雜的神經處理過程：必須先判斷用哪一手去翻？手要移動多遠？手指何時打開？何時接觸頁面？要用多少的力量將頁面移動？要移動頁面多遠？過程中身體該如何保持平衡？這個過程就稱為「動作計畫」。

這些決定過程在一般人大腦中，僅需要極短暫的時間來處理，然而對動作計畫能力發展尚未完全的孩子，就需要更多的時間來反應，因為這類孩子動作會比較緩慢、笨拙，如果大人給予孩子時間壓力，一直要求他「快一點！」孩子表現出來的就會做出不完全的動作或是更多餘的動作，或認為他們不聽話、不專心，這對孩子來說是很冤枉的！

一般來說，動作企劃能力弱的孩子在跳繩、騎腳踏車、舞蹈、體育、生活自理…等各種運動表現差，此時，可提供前庭發展活動、簡易韻律活動，及較多的生活自理訓練，幫助孩子將每件事情的步驟分解，做出正確、完整的動作。

