

如何教养孩童(六)

教导与训练(下)

◆ 教导/训练三：智慧(心智、情绪、价值观)

- 教导儿女正确的金钱价值观。不要给儿女过度的物质享受(例如玩具、电脑游戏、生日会、大房子.....)，更不可因工作忙碌没时间陪孩子，而以物质来弥补他们。要帮助儿女对钱财有正确的观念，能分辨什么是「需要的」，什么是「想要的」，并且教导他们积财宝在天上的意义，把钱用在更有价值的地方。
- ✓ 社会上有一句名言说：「钱可以解决的事都是小事。」这个观念在儿女的教养上并不尽然。例如父母有钱，可以请人来打扫房子，但孩子被剥夺了什麼(如为家庭付出、劳动、整理的能力)？当孩子闯了祸(例如不守规矩，把别人的东西弄坏了，或是开车撞到别人的车了)，父母可以替他们花钱消灾，但孩子为自己的行为负起什麼责任了？
- ✓ 生长在环境富裕、物质过於丰富的家庭的孩子，他们的自我价值和自我形象容易奠基於「我有什麼」，而不是「我是什麼」；由於拥有太多，他们很容易失去知足和感恩的心，不懂得凭信心倚靠神，也没有努力的动力，而且不能体会环境较困难的人的处境。已经有研究显示，童年过於富裕的孩子，长大後容易负债。所以重点不在於父母有没有钱，重点在於这是不是该给孩子的东西？
- ✓ 亞古珥在箴言三十章 7 至 9 节所作的祷告相当有智慧：「我求你两件事，在我未死之前，不要不赐给我。求你使虚假和谎言远离我。使我也不贫穷、也不富足；赐给我需用的饮食，恐怕我饱足不认你，说：『耶和华是谁呢？』又恐怕我贫穷就偷窃，以致亵渎我神的名。」
- ✓ 孩子若开始有钱财收入，可以教导他们如何记帐、如何使用零用钱(奉献、储蓄、助人、购物)。一般来说，一年級以上的孩子就可以开始给予少许钱财，让他们学习管理，零用钱的数量随着孩子年纪的增长而增加。零用钱发放的时间要固定(例如每个月 1 号)，孩子若提早把钱用完，要到下个月发钱的时间，才可以再给他，这可帮助他学习好好管理他的钱财，量入为出。
- 训练儿女危机处理的能力，教导他们遇到状况时(例如父母忽然昏倒在家、失火、被侵犯、被诈骗.....)该怎么办、要向谁寻求帮助等。
- 预备儿女面对父亲、母亲或双亲都过世的情形。儿女若未成年，要及早立下遗嘱，指定他们的监护人，保护他们将来的生活。我们做父母的也要装备自己、了解家裡面的状况(如财务、该付的帐单等)，若神将配偶接走，也能独立生活。
- 培养儿女的挫折容忍力。今天的父母培养出很多自我中心的孩子、脆弱的孩子(草莓族)，得不到想要的或是遇到一点点困难，就哭闹、自暴自弃或寻死。这样的孩子基本上没有挫折

容忍力。就像细菌会帮助我们的身体建立免疫力，挫折失败会帮助我们的心灵建立挫折容忍力。所以让儿女有受挫折、卑微的经验，对他们是有利的。不要过度保护儿女，更不要希望他们什麼都一帆风顺。要教导儿女如何处理怒气（「生气却不要犯罪，不可含怒到日落，也不可给魔鬼留地步。」—弗四 26-27）、如何面对挫折、沮丧和失败（「人仰望耶和华、静默等候祂的救恩，这原是好的。人在幼年负轭，这原是好的……」—哀三 26-28；「我受苦是与我有益，为要使我学习你的律例。」—诗一一九 71）、如何应付惧怕和忧虑（「我惧怕的时候要倚靠祢。」—诗五十六 3；「你们要将一切的忧虑卸给神，因为祂顾念你们。」—彼前五 7）。

✓ 挫折容忍力包含什麼？1)能有效处理紧张与压力；2)能适应日常的挑战；3) 能接受延宕的满足；4)能从失望、困境和创伤中复原；5)能发展出明确而实际的目标；6)有解决问题的能力；7)能自在与人相处；8)能尊重自己；9)能接受别人对他说「no」。观察我们的孩子常对自己说「我能」还是「我不能」。我们的孩子要有挫折容忍度，他必须能说「我能」，而不是觉得自己是一个失败者。

✓ 如何增强孩子的挫折容忍力？1)父母先成为孩子效法的榜样；2)训练孩子做决定及解决问题的能力；3)建立孩子面对挫折时有积极的思考模式——例如把错误、失败当作学习的机会，相信神使万事互相效力，叫爱神的人得益处（罗八 28）；4) 发挥同理心——对孩子的挫折感同身受加上鼓励；5)发现并强化孩子的特长，帮助他们体验成功——把精力和时间用在他们可以控制与达成目标的地方，而不是无能为力之处；6)有效沟通并积极聆听；7) 提供机会给孩子贡献所长、展现责任感和道德良知；8)帮助孩子学习为自己负责任；9)建立孩子的人生方向感和自我价值感；10)将孩子交托给神、帮助孩子倚靠神面对挫折。

➤ 训练儿女懂得管理自己的时间。「你们要谨慎行事，不要像愚昧人，当像智慧人。要爱惜光阴，因为现今的世代邪恶。」（弗五 15-16）

➤ 帮助孩子不对 3C 产品成瘾或受害。网路是一把双刃剑，它给人们好处之余也带来了危害，例如年轻人沉迷于网路世界、人际关系疏离、网路社交诈骗等等。父母的责任不是一味地限制儿女上网、用手机，而是要帮助他们建立正确的使用习惯，使他们能享受网路和电子产品的好处，同时不受它们的辖制和捆绑（另参《青少年使用电子产品问题》讲义）

✓ 使用过滤软件或网站防止色情或诈骗陷阱，定期察看孩子上网的 History

✓ 对于五年级以下的孩子，将 3C 产品设置密码，不让孩子随时可使用

✓ 设定使用电视、电脑和其他电子产品的时间（使用闹钟、定时器或直接设定 wifi 时段等）

✓ 勿将电视或电脑放在孩子的房间内，要放在像客厅或是一楼的办公室这样公众的场所中

✓ 帮助孩子培养其他有益的兴趣和活动，许多孩子整天沉迷于 3C 产品，部分原因是因为他们感到无聊，没有别的事情可做

✓ 建立多元化上网习惯（不只玩单一的游戏或看单一节目等）

✓ 陪同儿女上网、打游戏、与儿女一起讨论网路安全或聊网路内容

◆ 教导/训练四：身量(身体健康、生活习惯)

- 训练儿女日常生活独立自主，自己的事要自己负责(如早起穿衣、弄简单的早餐、写功课、练乐器、收拾书包、刷牙.....)。
- 依孩子不同的年龄让他们负责不同程度的家事，例如三、四岁的孩子可以收玩具，六、七岁的孩子可以摆碗筷或是摺衣服，十岁的孩子可以擦桌椅、扫地，青少年的孩子可以洗碗、洗衣、吸地、割草等。
- 教导並训练儿女建立好习惯，例如：
 - ✓ 生活习惯(如铺床、将隔天上课的用品准备好、玩具玩完要收好、保持房间整洁、阅读好书、环保回收.....)
 - ✓ 饮食习惯(如营养均衡、吃饭坐正不乱离开座位、饭后碗筷收好、椅子推回去.....)
 - ✓ 健康习惯(如有充足睡眠、勤洗手、多喝水、少用垃圾食物、眼睛的保护、不久坐不动、牙齿保健、运动.....)
- 教导儿女並为他们祷告，使他们远离暴力、毒品(包括现在在青少年当中流行的 over-the-counter medicine 或是处方用药)、色情、酒精、网路、赌博等的引诱和罪恶。