

如何教養孩童(六)

教導與訓練(下)

◆ 教導/訓練三：智慧(心智、情緒、價值觀)

- 教導兒女正確的金錢價值觀。不要給兒女過度的物質享受(例如玩具、電腦遊戲、生日會、大房子.....)，更不可因工作忙碌沒時間陪孩子，而以物質來彌補他們。要幫助兒女對錢財有正確的觀念，能分辨什麼是「需要的」，什麼是「想要的」，並且教導他們積財寶在天上的意義，把錢用在更有價值的地方。
- ✓ 社會上有一句名言說：「錢可以解決的事都是小事。」這個觀念在兒女的教養上並不盡然。例如父母有錢，可以請人來打掃房子，但孩子被剝奪了什麼(如為家庭付出、勞動、整理的能力)？當孩子闖了禍(例如不守規矩，把別人的東西弄壞了，或是開車撞到別人的車了)，父母可以替他們花錢消災，但孩子為自己的行為負起什麼責任了？
- ✓ 生長在環境富裕、物質過於豐富的家庭的孩子，他們的自我價值和自我形象容易奠基於「我有什麼」，而不是「我是什麼」；由於擁有太多，他們很容易失去知足和感恩的心，不懂得憑信心倚靠神，也沒有努力的動力，而且不能體會環境較困難的人的處境。已經有研究顯示，童年過於富裕的孩子，長大後容易負債。所以重點不在於父母有沒有錢，重點在於這是不是該給孩子的東西？
- ✓ 亞古珥在箴言三十章 7 至 9 節所作的禱告相當有智慧：「我求你兩件事，在我未死之先，不要不賜給我。求你使虛假和謊言遠離我。使我也不貧窮、也不富足；賜給我需用的飲食，恐怕我飽足不認你，說：『耶和華是誰呢？』又恐怕我貧窮就偷竊，以致褻瀆我神的名。」
- ✓ 孩子若開始有錢財收入，可以教導他們如何記帳、如何使用零用錢(奉獻、儲蓄、助人、購物)。一般來說，一年級以上的孩子就可以開始給予少許錢財，讓他們學習管理，零用錢的數量隨著孩子年紀的增長而增加。零用錢發放的時間要固定(例如每個月 1 號)，孩子若提早把錢用完，要到下個月發錢的時間，才可以再給他，這可幫助他學習好好管理他的錢財，量入為出。
- 訓練兒女危機處理的能力，教導他們遇到狀況時(例如父母忽然昏倒在家、失火、被侵犯、被詐騙.....)該怎麼辦、要向誰尋求幫助等。
- 預備兒女面對父親、母親或雙親都過世的情形。兒女若未成年，要及早立下遺囑，指定他們的監護人，保護他們將來的生活。我們做父母的也要裝備自己、了解家裡面的狀況(如財務、該付的帳單等)，若神將配偶接走，也能獨立生活。
- 培養兒女的挫折容忍力。今天的父母培養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點點困難，就哭鬧、自暴自棄或尋死。這樣的孩子基本上沒有挫折

容忍力。就像細菌會幫助我們的身體建立免疫力，挫折失敗會幫助我們的心靈建立挫折容忍力。所以讓兒女有受挫折、卑微的經驗，對他們是有益的。不要過度保護兒女，更不要希望他們什麼都一帆風順。要教導兒女如何處理怒氣（「生氣卻不要犯罪，不可含怒到日落，也不可給魔鬼留地步。」—弗四 26-27）、如何面對挫折、沮喪和失敗（「人仰望耶和華、靜默等候祂的救恩，這原是好的。人在幼年負軛，這原是好的……」—哀三 26-28；「我受苦是與我有益，為要使我學習你的律例。」—詩一一九 71）、如何應付懼怕和憂慮（「我懼怕的時候要倚靠祢。」—詩五十六 3；「你們要將一切的憂慮卸給神，因為祂顧念你們。」—彼前五 7）。

✓ 挫折容忍力包含什麼？1)能有效處理緊張與壓力；2)能適應日常的挑戰；3)能接受延宕的滿足；4)能從失望、困境和創傷中復原；5)能發展出明確而實際的目標；6)有解決問題的能力；7)能自在與人相處；8)能尊重自己；9)能接受別人對他說「no」。觀察我們的孩子常對自己說「我能」還是「我不能」。我們的孩子要有挫折容忍度，他必須能說「我能」，而不是覺得自己是一個失敗者。

✓ 如何增強孩子的挫折容忍力？1)父母先成為孩子效法的榜樣；2)訓練孩子做決定及解決問題的能力；3)建立孩子面對挫折時有積極的思考模式——例如把錯誤、失敗當作學習的機會，相信神使萬事互相效力，叫愛神的人得益處（羅八 28）；4)發揮同理心——對孩子的挫折感同身受加上鼓勵；5)發現並強化孩子的特長，幫助他們體驗成功——把精力和時間用在他們可以控制與達成目標的地方，而不是無能為力之處；6)有效溝通並積極聆聽；7)提供機會給孩子貢獻所長、展現責任感和道德良知；8)幫助孩子學習為自己負責任；9)建立孩子的人生方向感和自我價值感；10)將孩子交託給神、幫助孩子倚靠神面對挫折。

➤ 訓練兒女懂得管理自己的時間。「你們要謹慎行事，不要像愚昧人，當像智慧人。要愛惜光陰，因為現今的世代邪惡。」（弗五 15-16）

➤ 幫助孩子不對 3C 產品成癮或受害。網路是一把雙刃劍，它給人們好處之餘也帶來了危害，例如年輕人沉迷於網路世界、人際關係疏離、網路社交詐騙等等。父母的責任不是一味地限制兒女上網、用手機，而是要幫助他們建立正確的使用習慣，使他們能享受網路和電子產品的好處，同時不受它們的轄制和綑綁（另參《青少年使用電子產品問題》講義）

✓ 使用過濾軟件或網站防止色情或詐騙陷阱，定期察看孩子上網的 History

✓ 對於五年級以下的孩子，將 3C 產品設置密碼，不讓孩子隨時可使用

✓ 設定使用電視、電腦和其他電子產品的時間（使用鬧鐘、定時器或直接設定 wifi 時段等）

✓ 勿將電視或電腦放在孩子的房間內，要放在像客廳或是一樓的辦公室這樣公眾的場所中

✓ 幫助孩子培養其他有益的興趣和活動，許多孩子整天沉迷於 3C 產品，部分原因是因為他們感到無聊，沒有別的事情可做

✓ 建立多元化上網習慣（不只玩單一的遊戲或看單一節目等）

✓ 陪同兒女上網、打遊戲、與兒女一起討論網路安全或聊網路內容

◆ 教導/訓練四：身量(身體健康、生活習慣)

- 訓練兒女日常生活獨立自主，自己的事要自己負責(如早起穿衣、弄簡單的早餐、寫功課、練樂器、收拾書包、刷牙.....)。
- 依孩子不同的年齡讓他們負責不同程度的家事，例如三、四歲的孩子可以收玩具，六、七歲的孩子可以擺碗筷或是摺衣服，十歲的孩子可以擦桌椅、掃地，青少年的孩子可以洗碗、洗衣、吸地、割草等。
- 教導並訓練兒女建立好習慣，例如：
 - ✓ 生活習慣(如鋪床、將隔天上學的用品準備好、玩具玩完要收好、保持房間整潔、閱讀好書、環保回收.....)
 - ✓ 飲食習慣(如營養均衡、吃飯坐正不亂離開座位、飯後碗筷收好、椅子推回去.....)
 - ✓ 健康習慣(如有充足睡眠、勤洗手、多喝水、少食用垃圾食物、眼睛的保護、不久坐不動、牙齒保健、運動.....)
- 教導兒女並為他們禱告，使他們遠離暴力、毒品(包括現在在青少年當中流行的 over-the-counter medicine 或是處方用藥)、色情、酒精、網路、賭博等的引誘和罪惡。