

第 1 章

調皮搗蛋！

不聽話！

潛藏於孩子行動 背後的祕密

調皮搗蛋！

不聽話！

對孩子令人頭痛的行為感到心煩氣躁

！

令人頭痛的行為全部來自「父母的視角」

育兒原本就已經夠讓人手忙腳亂了，大家都曾有過一旦孩子不聽話就心煩氣躁，便對孩子咆哮怒吼「該適可而止了吧！」、「我說不行就是不行！」的經驗吧……？

比方說把抽屜裡的東西全部翻出來，或是丟食物玩，甚至是畫畫在地板或牆壁上……。從媽媽的角度看來是「令人頭痛的行為」，各位知道其實在事情的背後有其含意所在嗎？

「你是一個總是調皮搗蛋的孩子」、「為什麼一直做這種事情呢」。

沒錯，這就是以父母的視角出發所說的話。

毫無疑問，孩子並不想讓父母傷透腦筋，他們只不過是在當下天真地做著自己想做的事情罷了，況且這也是孩子正在努力成長的徵兆。若能理解此點，你對孩子的觀點就會有所改變。

令人頭痛的行為

畫畫在地板上，讓人覺得「是不是故意做的？」

孩子心中

大人觀點



POINT!

孩子並不認爲自己「正在讓父母傷腦筋」

畫畫代表手部靈巧度，是發展感性的重要動作。請提供孩子可以自由繪畫的紙。

讓孩子盡情地畫畫吧！



這是爸爸和
媽媽哦！

畫得真好！



在地上鋪一大張紙，

以孩子畫畫在地上為例，在父母眼中看來或許是一個「令人頭痛的行為」，但是那只不過是孩子「我想在這個當下做這件事！」而已。「我想做這件事！」，意即代表「現在我想發展這項能力！」的成長象徵。

這種時候就幫孩子鋪一大張紙等，營造「可以自由繪畫的地方」，並且告訴孩子「你可以畫在這裡喔」、「在這裡面可以愛怎麼玩就怎麼玩喔」，讓孩子可以在裡面盡情玩耍。

關鍵在父母不要心煩氣躁或發怒，而是找出可以溫柔守護孩子的方法，讓孩子在允許範圍內自由玩耍。

如此一來，孩子就能帶著一份「安心感」盡情發揮自己的能力。

請美佳老師告訴我！

這時候該如何是好？

1 歲 8 個月的孩子有多少專注力呢？還以為我兒子正在全神貫注時，他卻把目光轉移到其他物品上…。

(MO 女士，孩子 1 歲 8 個月的媽媽)

Answer 孩子的專注時間，大約是「年齡數字 +1 分鐘」



據說嬰幼兒的專注時間大約是「年齡數字 +1 分鐘」。雖然時間短暫，這也意謂孩子還不明白玩具的玩法。首先，大人請用孩子現在感興趣的玩具，開開心心地持續示範各種玩法給孩子看。漸漸地，孩子專注的時間就會拉長。由於孩子的成長快速，請慢慢提升難度給孩子看。

傷腦筋…

好想讓他停下來…

對父母來說 雖然是無法理解的行為：

！
孩子是因為「想要發揮自己的能力！」而行動

孩子做出令人頭痛的行為背後，其實蘊藏著孩子「我想發揮自己的能力！」、「我想激發出更多的能力！」的心聲。

例如有孩子會從面紙盒中抽出許多面紙。孩子看到凸起的物品，就會想要把它捏起來。這就是對「這個是什麼？」充滿好奇心的證據。或許在父母眼中是一個令人頭痛的行為，然而孩子只不過是透過「抽取面紙」，本能地想發揮「抽取的能力」罷了。用眼睛仔細捕捉目標對象伸手拉扯這種眼部與手部的協調運動，是相當高度的發展。再者，把很多玩具拿出來在凌亂的房間內玩耍，說不定也是想要抓著玩具按照自己的想法讓玩具動，亦或是在大腦中想像許多事情，沉浸在幻想的世界裡……。

令人頭痛的行爲

把所有玩具全部拿出來，把房間弄得亂七八糟！

孩子心中

大人觀點



孩子只是想用各種玩具測試自己的能力而已

孩子會使用玩具，在自己想像的世界裡享受樂趣。不要限制孩子的好奇心！

POINT!

總之就是讓孩子玩得盡興！





決定好可以把玩具拿出來玩的範圍，

即使明白讓孩子盡情自由地玩耍很重要，但每次下來，扮演收拾玩具角色的媽媽會感到相當疲憊吧。請先決定好可以把玩具拿出來玩的範圍，讓孩子在這個範圍內玩得盡興。決定好「在這個墊子上可以要拿多少就拿多少玩具喔」、「你可以愛怎麼玩就怎麼玩，但是要收拾好玩具喔」的範圍，讓孩子遵守規定。

不用多說，沒有孩子可以打從一開始就能做得完美。但是孩子會牢記「和媽媽約定好的事情」以及「媽媽容許我做的事情」，進而慢慢地建立起信賴關係。

「不可以做那個！」被禁止所有行為的孩子，時時處於燃燒不全的狀態，有可能長大後與父母的關係惡劣，成為精神不穩定的孩子。

請美佳老師告訴我！

這時候該如何是好？？

孩子以前都會在約定好的時間內玩耍，但是最近卻跟我說「我不要！我不要決定時間，因為還有很多事情想做！」，時間一點一滴地過去，好累…。

(小CHI，孩子2歲10個月的媽媽)

Answer// 這是大腦高度發展的證據哦



孩子每天都在成長。如果孩子自己告訴你「我有很多事情想做！」的話，那就是「意欲的表現」。這就是以前即使是短暫的時間也能獲得滿足，如今大腦已高度發展成想要追求更多、想做更多研究的證據。儘可能讓孩子滿足，並且由他自己決定結束的時間，給他更多的時間吧。建議可以與孩子談談，共同決定時間。

那個也想做

這個也想挑戰

獲得父母包容的孩子， 會迅速激發潛能

！

盡情發揮後，就會想要發展其他能力

只要我說不要制止孩子想做的事情，而是要讓他們盡情發揮的時候，就會有人說「會不會變成任性的孩子？」、「會變成無法忍耐的孩子」、「好像會變成喜新厭舊的孩子」等。

不過各位大可放心。比較有問題的，倒是「我被迫放棄做喜歡的事情」、「我被限制住了」、「只要做喜歡的事情父母就會生氣」這種想法。

父母允許自己做喜歡的事情的孩子，會變得信賴爸爸和媽媽。於是就會感到安心，得以投入更多專注力在喜愛的事情上。

只要讓孩子隨心所欲地做，到了某個時間點他的臉上就會露出滿足的表情，繼續下一個遊戲。這絕不是厭倦了，而是因為那個孩子已經完成那件事，得以盡情發揮自己的能力。於是，他又轉而開始關心起發展其他的能力。

令人頭痛的行為

對喜歡的事物很快就變心感到厭倦…

OK 父母的行為



NG 父母的行為



POINT!

「做事貫徹到底」時，就會想發展其他的能力

孩子的嗜好與感興趣的事物會「轉移」。如果孩子想做的事情改變，讓他一直做下去也沒關係！

「我喜歡這個！」的意願吧！





支持孩子「想發揮能力！」、

就算讓孩子做想做的事情也並不會使他變得「任性」。倒不如說，孩子得以從「被父母包容」的信賴感當中學習掌握好好控制自我的能力。

若持續放任式育兒，恐怕會成為大家所說的「調皮」的孩子。然而只要改變觀點，就能培養成為活力充沛、樂於挑戰自我的孩子。長大後也會毫無保留地發揮嬰幼兒時期培育出的能力。

自小就有「被父母接納」安全感的孩子，長大後也會與周遭建立起良好的人際關係，精神上也會趨向穩定。

只不過父母也無須隱忍，事前告知不希望孩子做的事情也是很重要的。

請美佳老師告訴我！

這時候該如何是好？

我的孩子即將滿4歲了，他總是重複著一樣的遊戲，感覺好像沒有培養出想像力，令我忐忑不安。不要管他也沒關係嗎？

(MAIMAI，孩子3歲11個月的媽媽)

Answer 培養不輸AI的創造力與想像力吧！



孩子的想像力會透過經驗而膨脹。各式各樣的經驗，會幫助遊戲的發展。如果覺得遊戲落入一種模式的話，請告訴孩子「今天我們用這種玩法玩這個玩具看看吧」，向孩子示範有別於以往的遊戲方式。親子共同研究「不同的玩法」，與培養出未來不輸AI的創造力與想像力有著密不可分的關係哦。

是我在培養孩子的能力♪

父母本身開心地養育孩子， 心情自然也會變得輕鬆

！

就連調皮搗蛋也能以正面的態度看待

讓孩子無拘無束做自己想做的事所帶來的好處，並非只有孩子受益。事實上，父母對孩子的觀點發生變化，自己的心情也將變輕鬆。

就算從父母的角度看起來像是「令人頭痛的行為」，其實只要理解「孩子現在真的在長大！」，父母就不再心煩氣躁，然後改以「也罷，就讓他做做看吧」的從容態度對待。

不僅如此，看著調皮搗蛋渾然忘我的孩子，也能以「孩子正在如此專注地發揮自己的能力和才能！」的正面態度看待。

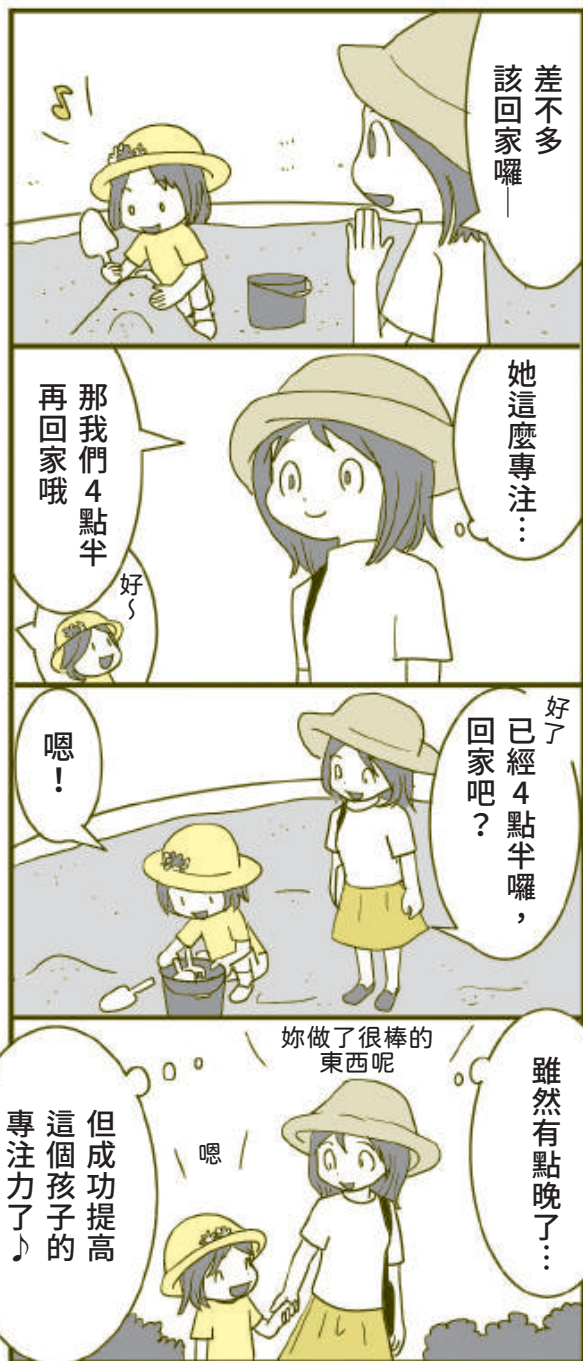
「以前我生孩子的氣，到底是爲了什麼？」、「我是在心煩氣躁什麼？」，對孩子的看法發生180度的轉變，養育孩子就會變得開心。

令人頭痛的行為

大人明明很忙，孩子卻玩得遲遲不肯罷休！

OK 父母的行為

NG 父母的行為



孩子現在確實正處於成長階段！

POINT!

孩子全神貫注投入遊戲當中，是因為正在發揮驚人的專注力。如果能這麼想，心情才會輕鬆！

「最了不起、最偉大的存在」！





父母是支持啓發孩子才能

父母與孩子對時間流逝的感覺不同。請你回想一下自己小時候，是否曾經有過在外面玩得很開心，不知不覺天色就變暗的經驗？正處於全神貫注狀態的孩子，會渾然忘我到幾乎忘記時間。

像這樣「我已經夠忙了，到底要玩到什麼時候！」、「做家务的時間都沒了！」，就在即將開始感到不耐煩的時候，稍微喘一口氣。請抱持「這孩子是用自己的方式思考後才做出這樣的行為呢」、「我好想讓這孩子盡情地發揮他的才能啊」正面思考看看。

如此一來，最開心的就是父母本身將如釋重負，心中產生餘裕，繼而開始支持孩子並且積極尋找能集中注意力的遊戲。

請美佳老師告訴我！

這時候該如何是好？？

當事情不如孩子所願時，他就會故意打開瓦斯爐的開關或是打翻盤子。因為很危險，好想制止他！

(Hiro, 2歲孩子的媽媽)

Answer 做父母不喜歡的事情時，是一種「欲求不滿」的表現



當事情不如孩子所願時，會演變成欲求不滿，轉而尋求刺激。父母「不可以」的反應，儼然是一種刺激。孩子爲了發洩欲求不滿的心情，會故意做出父母不喜歡的行爲。首先，就算孩子好像要去摸瓦斯爐的開關也無須過度反應，反而要冷靜地制止他的行爲，吸引他去玩可能感興趣的遊戲。再來就是仔細觀察哪個地方不如孩子所願，給予孩子受挫時的支持。