



# 比處罰與獎勵更 有效的教養方法



出處：親子天下 出版日期：2018/09/06 作者/ 曾多聞

新書《Now Say This》的作者指出，有效的教養不是處罰也不是獎勵，獎勵與處罰都是有條件的，但我們對孩子的愛與關懷應該是無條件的。家長應該改變與孩子的對話，採取超脫「獎勵」或「處罰」的教養方式。



## 被外在控制不如發揮他的能力

不論是處罰還是獎勵，都是建立在一個負面的假設上——假設孩子需要被成人控制、塑造。我們可以換個角度思考，看見孩子的能力。當我們換個角度思考，我們就能以更有力的方式對孩子說話。

## 與其處罰或獎勵，特金提出以下建議：

1. 不要只看表面：孩子不會無故打兄弟姊妹、忽視父母、亂發脾氣。我們要找出問題背後真正的原因。
2. 以激勵取代獎勵：告訴孩子：「我信任你，知道你願意與我合作、幫我的忙。」
3. 以幫助代替處罰：處罰孩子，等於在告訴他：「我要你為自己的行為付出代價。」這不是說你必須原諒孩子，而是你可以引導、限制孩子的行為，不必處罰他。
4. 善用努力的天性：懶惰不是人類的天性，尤其不是孩子的天性。我們喜歡努力工作，感覺自己是團隊的一份子。小孩子更是如此。利用這一點，引導他們成為爸爸媽媽的神隊友。

