



黃琮寧：幫助手足和樂的五個公平技巧



出處：親子天下 出版日期：2018/10/09 作者/ 黃琮寧

當手足爭吵打架，彼此用難聽的話互罵，是父母的夢魘。父母放寬心，其實要手足和睦相處並不難，只要家長把握幾個原則，徹底執行就可以達成。



公平技巧一：你切我選

遊戲規則很簡單：一個人負責切，另一個人先選。**切的那個孩子，會用盡一切公平的方法**，拿尺來量，拿放大鏡來看，因為他只要切歪了，另一個人一定會選擇比較大塊的，他就吃大虧了！

公平技巧二：讓孩子成為同一隊



永遠讓孩子是**合作的關係**，做家事的時候，父母可以多製造需要手足合作的情境，例如一人負責噴一人負責擦，結束後對孩子說：「你們兩人打掃的默契真好，是我們家最強的家事雙人組。」

公平技巧三：不要當判官

父母介入孩子的爭執時，最重要的不是判誰對誰錯，而是扮演**調停者**角色，傾聽「兩造」所描述的事實，並複述一遍，幫助兩個孩子理解對方的**行為動機**，解決衝突的源頭，而不是隨便道歉了事。



公平技巧四：勒住舌頭，不要在言語上互相比較

每位父母的內心、長輩的內心、老師的內心，都會有比較喜歡的那一位手足，實在無可厚非。但是請記得：人言可畏，你對孩子說的每一句話，都慢慢的在塑造他的個性，甚至侷限他的未來。

公平技巧五：每天與孩子單獨約會



每天使用一個短暫的時間，**父母輪流和每一位孩子單獨約會**，傳達幾個簡單的訊息，例如：爸媽非常愛你、我看見你的某個努力、我很驕傲你有某種特質、培養與這個孩子共同的興趣等等。

這五招讓孩子感覺公平的方法，**反覆運用**，家中手足間必然兄友弟恭，手足和樂，並且長長久久。

