

教養問題Q&A

輸得起是教出來的！

5歲的小奕，最喜歡和爸爸下象棋，但畢竟年紀小，棋藝不如大人，雖然爸爸偶而也會「放水」，可是小奕經常一輸棋，就嚎啕大哭，讓爸爸十分苦惱「這孩子怎麼這麼輸不起呢？」

兒童發展理論：先天氣質差異→模仿父母處事態度→培養挫折忍受力

現今的孩子打從出生起，就在父母的細心呵護中成長，而新一代的年輕父母更是力行所謂「愛的教育」，讓孩子從小就在鼓勵與讚美中長大，唯恐稍有疏失，會傷害了他們幼小的心靈。父母常幫孩子打理好生活中的一切事務，讓他們有個無憂無慮的童年，甚至規劃好未來的生涯發展。然而孩子也因此過於順遂，以致無法承擔生活中小小的不如意，而常有輸不起、挫折容忍力太差的情形產生。

孩子為何經不起挫敗？

愈來愈多的幼教人員發現：在幼兒園中，有相當多的孩子非常「自我中心」，凡事都要以「我」為優先，比賽時不能輸，輸了就要賴、不肯玩了，十分的在意輸贏或得失；有些孩子則是經不起稍微的挫折，如果他認為這件工作有點困難度，可能會做不好，就乾脆放棄不做，根本連嘗試的意願都沒有。為什麼孩子會這麼在意輸贏，這又是如何造成的呢？

◆ 幼兒的堅持度高或低

以幼兒氣質而言，堅持度的高低決定他完成一件事情的成果。堅持度高的孩子做什麼事，非得完成不可，否則絕不罷休，而且還常有點挑剔、求好的完美傾向。堅持度低的孩子，做事情很容易半途而廢，或草草了事，令人覺得他不夠用心或努力。

堅持度高的孩子自我要求較高，也會較在意輸贏；反之，堅持度低的孩子害怕承認失敗，結果常是事情沒有完成，而非失敗。

◆ 模仿父母的處事態度

就社會學習理論而言，環境造就人的個性，孩子會觀察與模仿父母如何處理失敗與挫折，如果父母強調凡事都要贏，孩子當然也會以此為準則。家長若在日常的言行舉止中，常對孩子有過高的期待，在無形中暗示孩子凡事要贏才算成功，若孩子表現傑出便誇耀不已，若是平淡無奇便在眉宇間顯露出失望的神情，都會讓孩子覺得「失敗了，爸媽就不愛我了」。因此，孩子會更力求表現，只許成功不能失敗，好博得父母關愛的眼神。

3 Tips 增強挫折忍受力

1. 依孩子的個別差異

抗壓性差、挫折容忍力低又輸不起，儼然是當今孩子的通病，如果屬於「不是贏就是輸」的不妥協型，也就是堅持度高，非贏不可的幼兒，父母可就別再煽風點火、順勢要求——「好，還要更好」。要小心別讓孩子永遠立於不敗之地，偶而有輸的慘痛經驗，才能體會贏的美好滋味。至於既期待又怕受傷害的怕輸型，堅持度低的幼兒，父母則應多鼓勵、多讚美，先把標準降低一點，在遇到困難時，要溫和的堅持讓他們完成任務，循序漸進，一旦有成功的經驗，會更願意做努力，而不再輕言放棄。

2. 給予孩子面對失敗的勇氣

父母總認為孩子還小，而為挫敗心疼不已，並為失敗找理由，或避免孩子再次遭受失敗，事實上都無法讓孩子瞭解到真正成功的意義與失敗的價值、學習面對失敗及成功，而這些卻是人生最重要的功課。

像前述輸不起的小奕，爸爸不妨告訴他：「你才5歲就可以跟大人下棋，已經是很厲害了！爸爸很喜歡跟你下棋，看到你專心的樣子，我很高興；我也可以假裝輸給你，不過那是在騙你，沒有意義，你要爸爸假裝輸給你，還是你一直跟我挑戰，總有一天你會贏過我？」給予孩子面對失敗的勇氣，讓他跌倒了能夠再爬起來，在成功時，也會對自己更加有信心。

3. 重新省思成功與失敗的定義

孩子有輸不起，或不能面對失敗結果的反應，也許出自於大人對失敗成功所賦予的定義，成功是否一定要贏過別人才算贏呢？成功是把一件事情盡心盡力的完成，而非把別人打敗。事情的完成本身就是個獎賞，不見得需要外在的肯定。失敗可能是未能達成預設的目標，但有時你會發現失敗反而讓我們獲得更多。經常和孩子分享父母成功與失敗的經驗，讓他們知道即使是父母也有失敗的時候，分享當時處理的方式及心路歷程，會讓孩子更了解父母，也更能思考成功與失敗的意義。

本文摘自「奇蜜親子網站」

咪咪幼兒園 2019.10