

# 親職系列 20

## 品德培育之二 (兩至四歲)



網上版本



在品德培育〈二〉和〈三〉部分，將會詳細說明怎樣應用〈一〉部分的「6R10」七種心法來建立孩子的價值觀，塑造良好的品德。



此單張將會介紹一些可以由兩歲開始培育的重要品德，這些包括：

仁慈－體察與接納他人的需要

關懷－關心他人，並用行動去為人謀福祉

分享－讓他人享受你所擁有的

合作－每一個人都參與，協力去完成工作或目標

尊重－承認和接受個人的價值與權利

想想看：

以上的品德對你的孩子重要嗎？

如果你同意以上的品德對你的孩子是重要的，下面所描述的方法可以幫助你去培育孩子這些品德。你也可以用品德培育〈一〉部分的心法去加強孩子的其他價值觀。

## 按發展施教

孩子在不同的發展階段會循不同的途徑學習，因此培育孩子的品德時，須考慮他的能力。

★ 孩子未滿一歲，在了解你的動作的含義前，已經會模仿你。因此，你要在你的孩子面前做個好榜樣。

★ 從一歲起，他能跟從你的指示時，可以教導他做簡單直接的事，例如：向人說聲早以表示尊重，或是把零錢放進捐款箱以表達對有需要的人的關心。



★ 兩歲後，孩子便可以開始學習一些要求他從別人的角度想的待人處事準則，如尊敬和關懷。

★ 由四歲開始，體察他人的能力會發展得更佳。這時，你的孩子不單只懂得做簡單直接的事，還會對其他人的遭遇感同身受。他會主動去做他認為是對的事，甚至會挑戰成人所做的事。因此，你更要在你的孩子面前持守正確的價值信念。

## 一切由同理心開始



仁慈、關懷、分享與尊重這些重要的價值觀都是建基於同理心之上。同理心即是對人感同身受。從嬰兒開始便與孩子建立良好的親子關係，為發展同理心打下基礎。怎樣建立良好的親子關係呢？對孩子流露你的愛，即時回應他的需要，讚賞和鼓勵他盡了力，他就會學到用正面的情緒來回應你正面的情緒，逐漸地學懂感受他人的需要。當你與孩子溝通時，嘗試：

- ★ 做孩子的榜樣，關心和代入他及周圍的人的感受
  - 以動作如擁抱或微笑去表示你對他的關注和愛。



- 嘗試明白孩子的感受。向他形容一下他的感受，並對他的感受與需要及時作出回應。舉例來說：「我見到你悶悶不樂的樣子，有心事嗎？」

- 在日常生活中以「身教」讓他學習如何關心他人，例如：替雙手都提著物品的人開門；幫忙年老的鄰居辦些瑣事。



★ 幫助孩子了解自己的情緒和作出適當表達

- 跟孩子一起閱讀故事或觀看影片時，引導他去「留意」和他「談論」其中的人物的「感受」。
- 當你經歷一些正面的感受時，道出和向孩子「解釋」這些感受，例如：外出遊玩時覺得「開心」；完成所有家務時覺得「輕鬆」；享受過一頓美味午餐後覺得「滿足」……等等。
- 道出和向孩子解釋你的負面感受，但提防令他有心理負擔。選擇一些你在情感上可以處理得到而又跟孩子毫不相干的事，例如：趕時間遇上交通擠塞而覺得「心急」；想到公園散步卻下大雨而「失望」……等等。
- 形容他或其他人的感受，談論一下背後可能的原因。



漸漸地，他「掌握」了適當的「詞彙」時，就會用說話來表達感受。

★ 加強孩子對他人感受的**敏感度**

- 指出孩子不顧他人感受的行為，例如：「朗朗絆倒了，你還笑他，他會不開心。」引導他從別人的角度看。如果他與對方同一境況，他會有什麼感覺：「假如你絆倒了，朗朗笑你，你會覺得怎樣？」跟着問他如果不想這樣，會希望別人怎樣對待他：「那麼，你想朗朗怎樣對你呢？」

## 培養仁慈和關懷

- ★ 關心周圍的人和動物，也教導你的孩子這樣做。你可以教他定時打電話問候祖母、照顧玩伴或照料小寵物。
- ★ 捐助有需要的人，可以教他平日在零用錢中撥出少許，儲起作為捐款。
- ★ 與孩子一起做義工，關心有需要的人。
- ★ 向孩子指出：不單只獲得施予的人快樂，當他見到自己的分享和施予在別人身上的影響，也會同樣感到開心。



### 想想看：

**你希望在孩子身上培育些什麼價值觀？**

你與孩子花了一個下午去購物，你倆拖着疲累的身軀乘搭地鐵回家。孩子一登車就向着一個空的座位衝去。當你正慶幸他這麼快就給你找到座位，你看見一位老婆婆站在附近。你有什麼反應？你又會怎樣做？

## 鼓勵分享與合作

- ★ 在家中，讓孩子感受跟家人分享食物或物品的歡樂。
- ★ 如果情況不容許分享時，教他遵守規則和輪候。
- ★ 他能遵守規則，跟兄弟姊妹或朋輩可以和睦相處時便稱讚他。
- ★ 必要時才介入孩子間的紛爭。引導較小的孩子停止爭執，並告訴他們應該怎麼做。對較年長的孩子則用誘導的心法與他討論後果和不同的解決方法。例如：「如果你跟玲玲爭玩具，會發生什麼事？」「對了，最終你倆會爭執起來，原來開心的時間就會變成爭鬥，那麼就再沒有遊戲時間了。」你可以再引導孩子想想其他解決方法，把雙方的利益都放在考慮之列，問他：「如果你不和玲玲爭玩具，你可以怎樣做？」

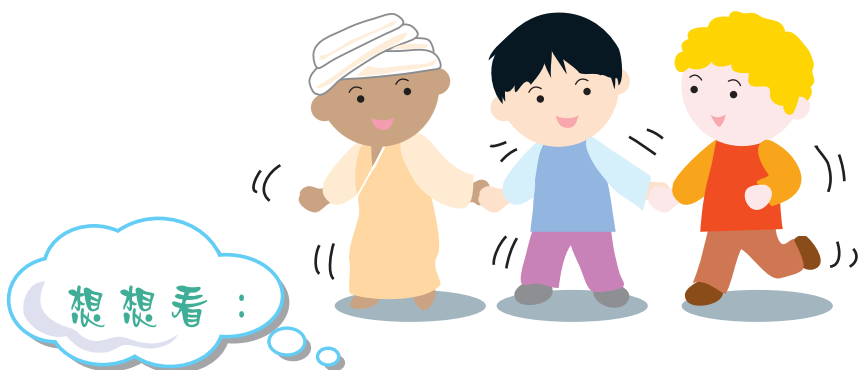
## 建立對人的尊重

要孩子學習去辨識和接受世人的價值與權利，你可以教導他以禮待人，留意別人的需要與感受，並欣賞人與人之間的不同。只有你平日在家中跟他也這樣做，他才會在家以外用同樣的態度對人。

- ★ 對人友善和有禮，如向人說「早晨」、「謝謝」或「對不起」。



- ★ 教他留意其他人，例如：等到別人說完了他才開口；在公共場所要輕聲說話，以免騷擾他人；觸摸或借用他人物品前要先取得同意。
- ★ 身處一個多元化的世界，孩子應該要認識人各有異，每个人的外貌、信念、文化與種族均須得到尊重。幫助孩子認識社會上的弱勢社群如：少數族裔或殘疾人士，以減少對他們有不必要的恐懼或不正確的想法，從而減低對他們的歧視。欣賞每一個人的獨特性與美。我們不應鼓勵仇恨和歧視，留意一下我們是否有對人不敬的想法和行為，例如：對少數族裔不敬的稱謂。教導孩子設身處地去想，如果別人對他不禮貌，他會有什麼感受，並且引導他去想應該怎樣待人。



**你希望在孩子身上培育些什麼價值觀？**

孩子班上來了一位患了自閉症的新同學，你的孩子告訴你那同學經常尖叫，又不聽老師的指示。你聽了有什麼反應？