



# 孩子哭了，怎麼辦？





## 孩子哭了，怎麼辦？


2020年5月

何麗華(特殊幼兒工作人員)

孩子哭了，怎麼辦？經常會聽見家長講一句「別哭了！」，結果大人愈大聲喝止，孩子的哭聲就厲害。孩子的成長，很多時候隨著年齡愈大，哭的表達方式會由生理的需要發展成為心理需求。處理愛哭的兒童其實不難，家長需先了解孩子哭的背後目的，方能對症下藥。哭泣有時不單是表達情緒方式，而我們可以從不同的角度去理解孩子的行為表現背後的原因：

- 一、哭是獲取的手段：現在的孩子很多是獨子，孩子一哭，家長會總是滿足他，久而久之孩子會用哭來得到想要或避免做自己不想的事。
- 二、語言表達能力弱：有時候家長會照顧太周到，孩子哭鬧，根本不需要說話，只需要用手指指著、哼一哼聲，大人立即給予所需，促使幼兒無法成長。





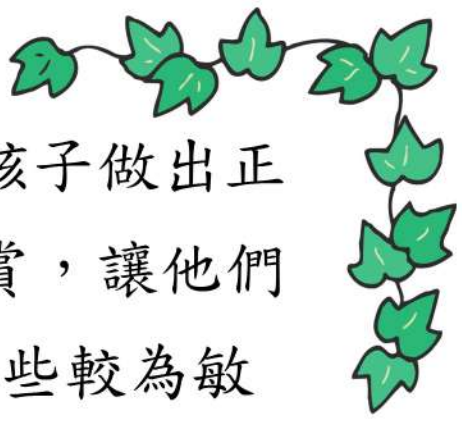
三、常常被父母忽略:有時父母過於工作忙碌，未能滿足他們基本需要，哭的表面可能是為了獲取關注。

四、孩子心理需求:有些幼兒會缺乏安全感或缺乏愛，就會出現焦慮與不安，容易表現出愛哭的行為表現。

當了解孩子行為背後的動機後，家長又可以如何處理孩子愛哭的表現呢?以下有些建議可作參考:

一、與孩子真誠地傾談 :待孩子哭過後，家長可以與她/他傾談或處理她/他所困擾的事情。若傾談過程中，孩子又再次大哭起來，你可以暫停對話，讓她/他靜下來之後再繼續。當孩子情緒過於波動時，可淡化處理。家長可以安慰孩子，理解孩子的感受，但別強化這種情緒，可以透過有趣的事情或其他玩具引開孩子的注意力。





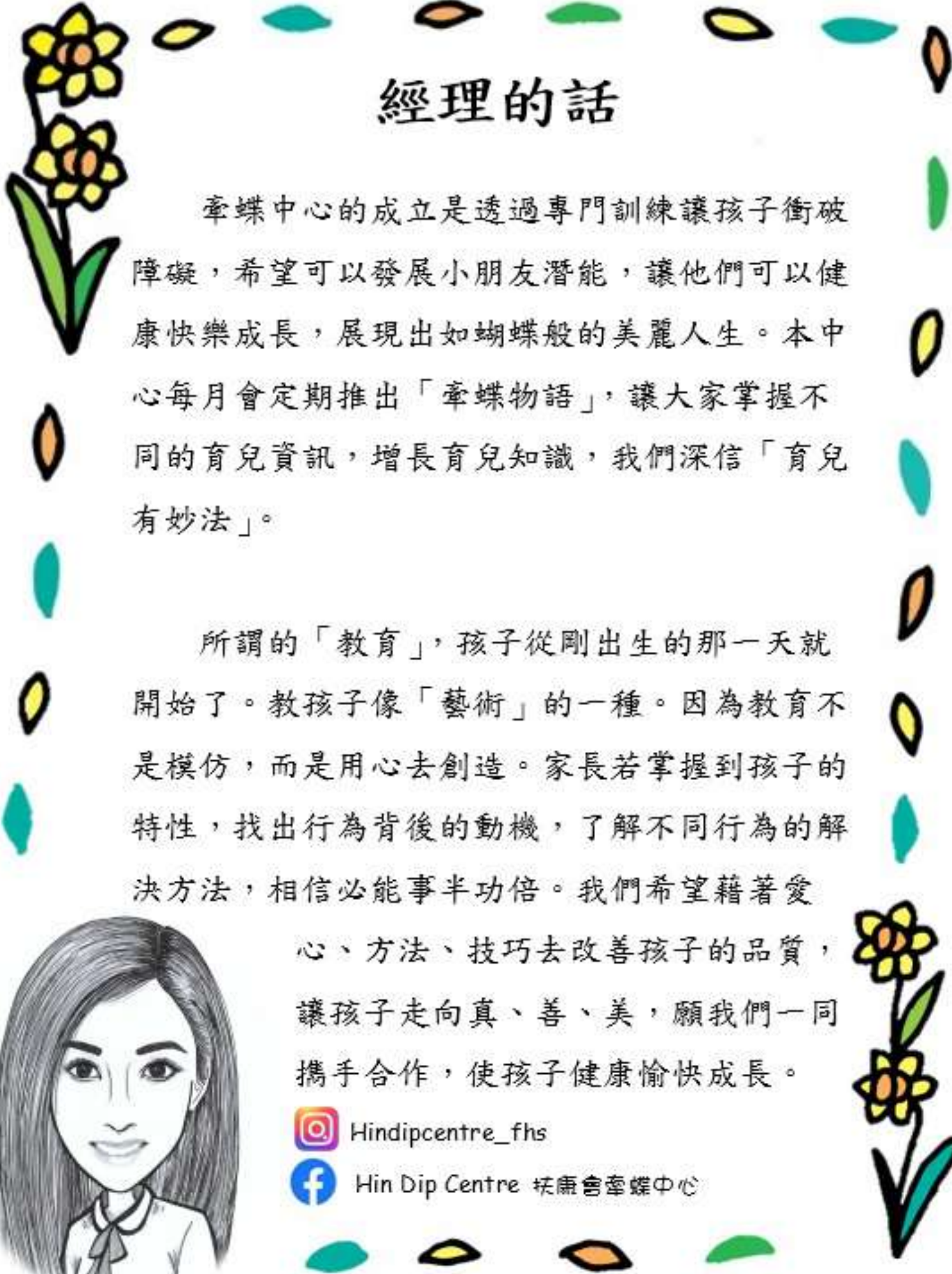
二、多鼓勵少批評：家長宜鼓勵孩子做出正向的行為，給予孩子肯定/讚賞，讓他們慢慢建立自信心。特別對於一些較為敏感的孩子，家長可以多用溫柔且幽默的手法處理，當孩子做錯事情，勿因為哭而不作批評，請孩子說出自己的錯處，到找尋解決的方法。

三、鼓勵孩子多用言語表達自己：讓孩子嘗試用言語表達自己的需求/感受，父母再作出安慰和理解，長久下去，孩子會主動表達自己，繼而減少用哭鬧形式表達。

四、給予孩子關愛：家長當然需要多付出自己的關愛，可以每天抽一小時與孩子進行「自由遊戲」，加強親子間的關係。

孩子哭了，有時會藉哭泣發洩情緒都是人之常情，只要家長理解孩子，共同找出解決方法。隨著孩子的成長，相信他們會慢慢控制自己的情緒，所以父母不需過於太擔心，慢慢一起陪著孩子建康成長吧！






## 經理的話

牽蝶中心的成立是透過專門訓練讓孩子衝破障礙，希望可以發展小朋友潛能，讓他們可以健康快樂成長，展現出如蝴蝶般的美麗人生。本中心每月會定期推出「牽蝶物語」，讓大家掌握不同的育兒資訊，增長育兒知識，我們深信「育兒有妙法」。

所謂的「教育」，孩子從剛出生的那一天就開始了。教孩子像「藝術」的一種。因為教育不是模仿，而是用心去創造。家長若掌握到孩子的特性，找出行為背後的動機，了解不同行為的解決方法，相信必能事半功倍。我們希望藉著愛

心、方法、技巧去改善孩子的品質，讓孩子走向真、善、美，願我們一同攜手合作，使孩子健康愉快成長。

 Hindipcentre\_fhs

 Hin Dip Centre 扶康會牽蝶中心

