

親師交流道第 10 期：如何培養成功又快樂的小孩

親愛的家長：我們都期待孩子的未來，也希望孩子在成長過程中充滿笑容。在快樂童年與成功未來之間，要怎麼做才不會顧此失彼？孩子到底需要什麼及我們要給孩子什麼，孩子在長大後既能成才又能快樂生活？上述問題的答案，決定我們對孩子的教育方式以及價值觀的形成，因而也決定了他長大後會成為什麼樣的人。

培養一個既成功又快樂的小孩需要哪些特質？又該如何幫助孩子發展出這些必備特質？在我們努力提供能力所及的教養資源中，孩子真的快樂嗎？本期親師交流道選錄天下雜誌「開心成大器-培養成功又快樂的小孩」一文與家長們分享，期望在 2007 年的開始，我們一同與孩子踏上成功的道路。

要培養出圓滿成功的人，立基於三大支柱：自尊心、主權感，以及情緒掌控力。

一、 自尊心

過去經常強調孩子必須感受到被父母疼愛、重視和欣賞，這些感受帶來的安全感，形成了自尊的基礎。但這只解釋了一半。單單只有安全感還不夠，必須**讓孩子自覺有能力和可以掌控自己的人生**，對本身能力的瞭解與信心，將直接影響未來的行為表現。建立孩子的高度自尊心，需要適度的愛、鼓勵與支持，也需要**讓孩子認識本身的能力**。領悟了努力和成功間關連的孩子，能夠對自己的成就建立控制感；因為他們已經知道，付出努力就能成功，不努力休想成功。（過去有個例子：一個孩子初中時功課不好，分數不高，但他卻一直要求家長讓他唸書，家長就讓他一直讀下去，直到 38 歲才拿到博士學位，到大學任教。看結果很美滿，但過程中呢？有多少家長有此耐性與度量？愛、鼓勵與支持的限度在哪裡？此外，這孩子**很清楚自己想要的是什麼**，雖然晚成，但卻充滿踏實與自信。）

二、 主權感

主權感指的是孩子瞭解，在從事活動時，確實是**自己在參與**—出於自己的動機、努力。由於有了主權，圓滿成功的人會負起完全的責任，因為他們是從內心受到激勵，而且相信自己能夠掌控過程中的努力與結果。孩子對於生命的付出和成就，需要得到主權感。主權感提供喜悅，激勵孩子向前邁進。多方嘗試，有助孩子找到想要參與的活動，然後持續投入，發展為全然投入的志業或是業餘興趣。（如：買書、集郵、志工、擦樓梯、除草…等）

三、 情緒掌控力

孩子在活動中感受到的許多情緒中，哪種情緒最為強烈、最常發生，就決定了孩子對這個活動的看法。唯有**允許**孩子去感受情緒，他們才能瞭解情緒為何物，以及學會有效處理情緒。如果孩子把成就看成挑戰，在追求成就的起跑點，就站上了有利的位置；這個有利位置也開啟了情緒的良性循環。冒險犯難會讓孩子走出安逸的小窩，試探自己能力、建立自信，然後締造人生新的里程碑。

※開心教養語錄

- ◎假如父母激勵孩子更加努力地堅持下去，孩子就更能夠面對不安並且獲得更多成就感和滿足感。
- ◎孩子得學會一件事：他唯一能夠控制的就是自己，尤其是自己面對生活的態度。
- ◎孩子是不是能夠開心成大器，取決於為了達到子女的最大意義，您願意有行動或進行改變的開放程度。



本文由普台國民中小學輔導室提供，請您用心閱讀，細心體會。我們一起加油吧！