



## 品格教育~小小孩必學的三種規矩

文 | 王宏哲 ( 兒童發展醫學專家 ) 摘錄出處 | 親子天下《0-6 歲寶寶 愛的管教 100 問》特刊

### 小小孩的品格該教什麼？

品格教育跟行為發展息息相關，換句話說，在六歲以前，有良好生活品格力的孩子，心智發展會比較成熟，到了學齡以後的學習效率相對也會比較高。許多行為與腦科學的研究皆提出，幼小的孩子有三種重要的規矩，必須及早養成，那就是能耐心等待、分享事物及學會輪流。評估兒童社交發展時，這也是醫學專家一定會檢視的能力。

#### ■ 學習等待——幫助孩子控制衝動。

針對兒童行為發展的研究發現，可以控制自己的衝動、不會在第一時間往誘惑邁進的幼兒，長大之後的成就會愈高。這跟大腦管理衝動的前額葉發展相關，前額葉愈成熟的孩子，判斷、思考、觀察等能力就會愈好，有助於孩子良好行為的發生，所以衝動控制的能力必須要學習。因此，爸媽從小讓孩子適時的等待，不要每件事都在第一時間滿足孩子，可以幫助孩子發展衝動控制的能力。

#### ■ 練習分享——訓練思考、判斷能力。

人是群居的動物，當幼兒漸漸進入團體生活時，其社交的技巧，首重身邊事物的分享。一歲前的孩子，對自己的食物或玩具難分難離是正常的心智發展過程。但隨著孩子漸漸長大，家長不難發現，孩子會想透過「你一個、我一個、他一個.....」來博取身邊大人的歡心及讚賞。孩子也漸漸想和大家一起擁有，大家一起從事共同的活動，例如，一歲半到兩歲的孩子會希望大家一起吃飯、你陪我一起玩玩具等。這些看似最基本的分享，其實都是孩子心智成熟、慢慢脫離自我中心時期的表徵。相對來看，分享的過程要思考、要判斷他人的內心想法，並降低心中的欲望，會分享的孩子比不會分享的孩子，在團體中的受歡迎程度高很多，直接影響了孩子的成就感及與他人互動的動機。

#### ■ 學習輪流——訓練觀察力。

輪流則是另一個很重要的團體功能發展。幼兒在遊戲過程中擁有輪流的能力時，必須要觀察他人行動，並看看是否輪到我。所以輪流需要訓練，是一種高度觀察力的訓練，也是一種分享式注意力訓練（你做什麼，然後我做什麼）。學齡前會主動輪流的孩子，學齡時期的學習行為會更好，社交及情緒管控能力也會更好，所以輪流必須在幼兒時期提早訓練。