



## 是誰在挑戰爸媽的極限…

如果父母老是遷就孩子，對孩子讓步，孩子知道大人終究會投降，反抗行為就會越常發生。「孩子考驗大人的耐性，向權威挑戰」是他們成長的必然現象，但是身為家長的我們還是需要一些技巧適切的回應孩子，提供以下的文章與爸媽一起分享。

爸媽常在孩子 2 歲多開始，驚覺自己陷入「被反抗」的深淵，孩子總是把「不要」掛在嘴邊，一副為反對而反對的倔強模樣。其實，孩子違逆的行為，多半是為了摸索爸媽能忍受自己的行為極限。

### 凡事想自己作主，爸媽要沉得住氣

2 歲以後孩子延續 1 歲半之後「什麼都想自己來」的特質，面對大人強調的「不可以」，他往往愈想要嘗試，因此常常會為了反抗而大發脾氣。孩子在「展現自主權」的發展過程中，不僅是在測試爸媽對他的耐心限度、探測爸媽要求的規矩是不是可以改變、想知道自己的舉動對周遭的影響有多少……，同時他也正在學習掌控自己的行為，像是他喜歡事情有「一致性」，東西換了位置放或是穿脫衣服的順序改變了，也可能會引起一陣風暴。爸媽如果無法做到事先防範，就得試著耐住性子不隨孩子發飆，並善用策略來減少親子衝突的機率或縮短時間。

### 轉個彎，使用小技巧減少親子衝突

針對這個年紀的孩子，「轉個彎」是很管用的策略，無論是改變話題、離開現場，都是為了讓他有轉寰的空間。爸媽可以試試下面的方法：

- **提供有範圍的選項**：詢問孩子意見時，可提供 2~3 個選項，避免孩子陷入直接說「不要」。不過，爸媽既然讓孩子選擇，就得尊重他的決定。
- **刻意表現反向意見**：既然孩子喜歡說「不」，爸媽就故意表現出不在意，或是先說出相反的意見，有時孩子反而會順勢說「好」。
- **放低姿勢拜託幫忙**：這個年紀的孩子已經會想幫忙別人，強硬要求卻不能達成的事，當你拜託他幫忙，他可能會為了幫你而答應去做。

這些做法其實都能讓孩子漸漸學會做決定或表達自己的意見，正因為是孩子自己願意做的，所以親子間的火爆場面也可減少。

### 爸媽要謹守絕不妥協的原則

- 如果孩子的行為危及安全，應該立刻制止或帶他遠離危險情境，例如：想要玩電扇、插座，或是搭乘電梯時亂按燈號。
- 當孩子違反出門規則時，如：吵著要買玩具，可先轉移他的注意力，若還是不行，就把他帶到一旁，堅定地告訴他不可以，或表示吵鬧就要回家了，孩子試過幾次就知道哭鬧不能達到目的。

資料來源：信誼奇蜜親子網

