



說「我不會」背後的兩種心事

孩子老是把「我不會」掛在嘴邊，讓父母傷透腦筋，明明小時候很厲害，凡事都可以自己來，為什麼愈大愈賴皮呢？

如果從情緒層面來看，「我不會」可能來自於兩種不同的情緒：一種是缺乏自信而害怕失敗；另一種則是想要吸引父母親的注意力。雖然外在行為都是愛說「我不會」，但是引導孩子的方式卻截然不同。就讓我們一起來認識吧！

情緒 1： 一害怕失敗，所以一直說「我不會」的情形經常出現於四歲左右。

此時孩子發展出新的能力——「察覺別人的想法」，他不再像三歲的小小孩，搞不懂別人在想什麼。但是，進步也需要付出代價，當孩子開始在意別人的想法，就會擔心別人不喜歡自己，因此，孩子會開始出現「害怕失敗」的擔心與焦慮，希望別人能夠教導或協助，以避免這樣不愉快的感受。此時，強迫孩子獨立、評論孩子作品的缺失都是火上加油，反而會讓孩子更愛說「我不會」。這個階段的孩子需要鼓勵與陪伴，成功的經驗愈來愈多，就會慢慢改變。

情緒 2： 想吸引父母注意的行為，則較常發生於五歲左右。

這種狀況是孩子能力上沒問題，只是渴望被「注意」而出現的行為。明明可以獨自完成，但希望父母陪伴，才一直說「我不會」。「我不會」像神奇的咒語，只要大聲唸三遍，「願望」就會實現，愈來愈常說，最後就成為習慣。這個階段的孩子害怕的不是失敗，而是孤單；孩子喜歡父母陪伴，但我們的回饋也會影響孩子的行為。我們可能花了很多時間陪伴，卻也因此無心的強化了孩子的賴皮行為，結果愈弄愈糟；相反的，讓孩子自己嘗試，完成後再給予更多關注，反而效果更好。

引導他自己做的三個原則

正因如此，當孩子愛說「我不會」時，不單是「教」或「不教」的選擇，父母更需用心觀察與判斷，才能以正確的方式引導。教導上，有三個原則：

1、適當挑戰：「活動難度」要符合孩子的能力或年齡，如果總是給予孩子超齡的玩具，或是過於困難的挑戰，孩子嘗試時總是失敗，當然就會愈來愈愛說「我不會」。

2、簡化步驟：教導孩子時，最簡單的方式就是「簡化步驟」，運用大人的智慧將複雜的事情，盡量簡化成「三步驟」。一來孩子容易記憶，二來分步驟練習，孩子自然也比較不會抗拒。

3、多點耐心：讓孩子自己思考是珍貴的，不必每件事都一一教導，父母親反而要學著放手讓孩子嘗試。你需要的只是多一點耐心，孩子常常會有令人意想不到的解決方式，不只他自己感到超級滿意，父母也會打從心底感到開心。

帶孩子時，嚴厲或溫柔都不是關鍵，最重要的是「耐心」。

讓孩子在一次次新嘗試中獲得成功，從中獲得「挑戰成功」的喜悅，將來才能有勇氣面對「可能會失敗」的挫折。