

精·實·文·教·通·訊

106年4月份學習日

日	一	二	三	四	五	六
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

精 實 輔 導 室	老師姓名： _____	地 址： _____	電 話： _____
-----------------------	----------------	------------------	------------------

犯錯該罰,但愛你不變

面對孩子犯錯、說謊，專家李坤珊建議父母採取「三明治溝通法」，孩子犯錯該罰，但應避免處罰傷害親子之間的信任，保持正向溝通，親子關係更融洽。

面對孩子說謊事件，第一步是先對孩子「怕被罵而說謊」的想法表達同理心；第二步則是清楚讓他知道，說謊是不對的，必須要負責任、接受結果；第三步就是再次表達爸媽的愛，讓他了解爸媽的愛是無條件的，和當下發生的事並沒有關聯。處理事物的方法錯了，可以改正，不必害怕。

趨利避害，是人之常情，想要減少孩子說謊的機會，父母應該主動打開與孩子對談的大門，重心不是在抓謊，而是找出發生什麼事了？該如何做？當孩子一再的體驗這種正向討論的方式，他能為自己所引發的事負責任，不需要心虛的編謊話，自然就不會倚賴說謊來逃避懲罰。

保持親子間的良好對談應從小開始，即使孩子多次因為趨利避害而說謊，建立對談關係也永遠不嫌晚。父母要有耐心，讓孩子重新信任這種溝通模式，因為信任而選擇說實話，自然就能改善說謊行為。

