

固執是成長的一部分

「固執」聽來是一個貶義詞，其實這也是大人們對兒童成長特質的一些誤解。「大人因為已過了兒童階段，已經記不起我們其實也經歷過這種要不斷重複的學習經歷，於是我們將小孩的行為，演繹成為固執的性格。」香港樹仁大學輔導及心理學系高級講師何善韻如此說。

原來，爸爸媽媽也都曾經是「固執王」。

「孩子在不同年紀都有不同固執的地方，這是成長的一部分。孩子在八至九個月大開始，意識到自己跟別人有不同，喜歡自己做某些事情。這一方面顯示他們的大腦正在發展；另一方面小孩其實是要探索世界，嘗試不同的東西，而他們學習的方法跟我們不同，他們是要靠不斷重複做一件事，每次重複時可能會出現少少不同，

從而學到新的事物。一旦他們學會了，便會放在自己的知識庫，然後又會再不斷重複，直至他們心理上覺得足夠了，便會放下這項目，再去作另一樣新的嘗試。」

爸媽總是覺得，孩子到了兩歲「Trouble Two」階段，便會變身成固執的「小魔怪」，這裏頭，原來是一個叫「自主權」的小東西在作怪。

何善韻解釋：「著名心理學家Eric Erickson的社會心理學理論提到，兩歲小孩主要是發展其自主性，他們意識到自己有很多能力，可以自己做很多事情，他們運用這些能力探索世界外，還發現自己多了一個叫『自主權』的玩意。」

初嘗「控制權」

「孩子漸長，爸媽亦會開始讓他自己做一些選擇，於是他知道原來有選擇的

我家有個

女兒自小跟外公外婆同住，有一天，兩歲多的她見公公下班回家，竟嚎哭不止，情緒完全失控。原來，問題出在公公身上，那天的他，做了一件平常不會做的事——用鎖匙開門。對，公公那天沒有如常的按門鐘。小妮子接受不了這「天大的異樣」，結果要勞煩公公出門再按門鈴才能入屋，哭聲才能勉強收住。

後來跟友人談起，才知「固執王」不止我家小妮一個。拒吃黑色食物、每天都要穿同一件衫、每餐只能吃粉麵……孩子的執着真箇千奇百趣，究竟硬頭小人兒的腦袋裏，裝着什麼東東呢？



鳴謝以下顧問，為Ming Junior義務提供專業意見：精神科專科醫生何定邦、兒科專科醫生洪之韻、浸會大學社工系副教授蔡安琪、臨牀心理學家及言語治療師朱嘉麗、香港教育學院特殊教育與輔導學系助理教授韓明怡、智樂兒童遊樂協會總幹事王見好、香港浸會大學幼兒及基礎教育課程主任黃上智、香港中文大學社會工作系主任王會賢。

權利。不過『新玩意』到手，他們未必運用得宜。」

例如他天天選擇同一件衫，在爸媽的角度，只覺他惹事生非，但在孩子的角度，則只是在測試自己的權力，看看自己的權力範圍可去得多遠。他們會不斷嘗試，過程中，也就慢慢增強了自信心與創意。

話說至此，大人對於豆丁們的固執，應該有較多一點包容了。畢竟權力這東西，即使是成年人，也都未必能拿捏得好，何況是兩三歲的豆丁？那麼，爸媽應該做「順民」，還是跟豆丁拚過？

臨牀心理學家岑健生有這樣的提醒：「若這些固執並不影響孩子的日常生活、學習、跟家人與同輩的關係，爸媽便不用太緊張。當爸媽已經很大壓力了，如果每事都跟小孩角力就會令自己太累，我們要

懂得選擇戰事，在緊要的關節眼上才跟小孩角力。」

她表示，兩三歲的小朋友正處於發掘自我、測試自己能力的階段，這時他們掛在嘴邊的都是「唔得唔准唔要」，這是正常的兒童發展階段，他們是要透過「say no」來分辨自己的控制權。如果不影響別人，他們的固執其實也不打緊。例如孩子堅持要自己開水喉，但媽媽已先開了，小朋友堅持「還原基本步」，要將水喉門了再自己開，這情況無傷大雅，也就不妨妥協。

應否還原基本步？

這樣我想起女兒兩歲多時的經歷：當年跟公公婆婆同住的女兒，公公每天下班回家，也習慣按門鈴，但一天公公突然用鎖匙開門，女兒發現後立刻情緒失控，堅持要公公離開，最後公公無奈屈服，走出

家門然後如以往般按動門鈴回家，女兒情緒便平伏過來。究竟公公做法是對是錯呢？

岑健生說，「這正是一個影響他人的例子，不應縱容。」她建議，公公當時可以認同女兒的不快，跟她說「明白你覺得公公突然用鎖匙開門感到不安，我答應你下次回家時按門鈴，或是預早打電話告訴你會用鎖匙開門吧！」。

她又舉出另一些很常見的例子，「跟小孩一同乘升降機，小孩總是很喜歡按升降機的按鈕，有時大人手快快按了掣，孩子便會大發雷霆。在這情況下，爸媽可以對小朋友的不快表示理解，但亦要讓他們明白，有些事情做了便是做了，不可能『還原』。當然爸媽若答應了孩子下次讓他做一些事，便真的要讓他做，否則理虧的便是爸媽啊！」

「固執王」

↓



堅持……因為……

小孩的固執，很多都超乎我們想像，人可能都覺得茫無頭緒，但若然我們願交出耳朵，你或許會驚訝，「小小硬頸」的背後，原來都有大條道理啊！

黑白兄弟

納川 四歲半；安之 三歲

堅持：哥哥納川堅持不吃黑色的食物，例如豆豉和芝麻，而弟弟安之則堅持不吃白色的東西，包括雲呢嚨雪糕。

小主角自白：哥哥：「黑色食物很污糟！」、弟弟：「白色食物都是滑滑的！」



進餐老規矩

子悅 三歲十一個月

堅持：每天中午只肯吃粉，晚上則一定要吃飯。

小主角自白：「中午是要吃粉的，晚上才吃飯。」



鈕鈕遠離我

逸逸 三歲九個月

堅持：逸逸堅持不穿有鈕的衣服

小主角自白：「喇鈕好似對眼咁望住我，我好驚呀！」



分清男女

家齊 五歲

堅持：盒裝迷你維他奶的圖案有分男女，家齊一定要選男孩子的圖案，否則寧願不喝。

小主角自白：「我不是女孩子嘍！」



性格固執便是自閉症嗎？

多疑是爸媽的特點，有時見到孩子對某事十分堅持，搶不到控制權更情緒失控，爸媽便會暗暗擔心：「孩子是否是得了自閉症？」

何善韻指，根據美國精神病學的界定，固執只是決定小朋友是否患有閉症的其中一項因素。自閉症小孩最大特點，是在遊戲時多不懂得適當玩一件玩具，例如他們拿着積木不會疊高，而是用來敲打；拿着路軌火車，只會拿着火車不斷轉動車輪。他們會重複於某一動作，這些不是一般子遊戲時的表現，一般孩子在遊玩時多不會出現固執行為。

岑健生亦指，自閉孩子不懂跟人溝通，很少跟別人有眼神接觸，未能展非語言能力，例如不懂解讀別人的面部表情，言語發展亦有遲緩。他非常固執，只因他們的興趣狹窄，例如喜歡看着轉動的東西，年紀稍長可能會喜歡看巴士路線表，他們難以接受新的轉變，而其對這些新轉變能會是反應激烈，非一般小朋友可比。

非車衫不穿

Ambrose 三歲

堅持：每天也要穿同一件藍色有車車圖案的衫，衫洗了就會喊。

小主角自白：「因為我超鍾意車！」





何善韻亦認同，必須為孩子的控制權設下框框，「沒有框框的控制權會令孩子缺乏安全感，孩子的安全感是來自爸媽的引導。不過同時亦要讓他學習運用選擇權，以小朋友喜歡穿同一件衫作例子，爸媽可以先表示明白小朋友很喜歡那件衫，但亦表明出街不可以穿，小朋友可以選擇回家後食飯時穿心愛衣服，或是睡覺時穿。這樣孩子可以有選擇權，但控制權其實在爸媽手裏，造成雙贏局面。當然，若他的選擇是有危險性的，爸媽應立即停止孩子的行為，之後才慢慢跟他說道理。」

轉變帶來的焦慮

這種擾人的固執，有時也和焦慮情緒有關，「正如我之前所說，孩子的學習是要透過不斷重複，我們都鼓勵爸媽要為孩子設立一個定時定候的生活模式。小朋友跟大人不同，他們只有眼前一天過一天，還未發展將來的概念，所以對於轉變會感到不適應，甚至會有焦慮的情緒反應。而他們的自我保護機制，便是要堅持不變。我們不去了解，便認為小朋友性格固執。」何說道。

就如左述「進餐老規矩」中的子悅，子悅的爸爸說，因為子悅自小的習慣也是中午吃粉，晚上吃飯，於是形成了他對這

習慣的堅持。何建議，爸媽若然了解到孩子堅持背後的不安，可先安撫其情緒，說出他的擔心並表示明白其焦慮，然後再告訴他今天中午會有轉變，要吃飯啦，再容他選擇吃一啖或兩啖。「爸媽終究要掌握控制權。」

有些固執，卻跟小朋友錯誤理解身邊的事情有關。岑健生也用了子悅的例子，「很簡單，他將粉麵跟午餐、飯跟晚餐等同了，如果那天晚上沒吃飯，他就覺得沒吃過晚餐了。」岑說在了解孩子的想法後便要試着替小朋友「解讀」。

同樣地對於孩子不吃某種顏色的食物，道理其實一樣。岑說很多孩子不肯吃黑色食物，原因是覺得黑色很髒，爸媽首先做的當然是自己建立好榜樣，在孩子面前吃多點黑色的食物，以冬菇為例，可跟孩子一齊用手摸摸，用水洗洗，告訴他冬菇雖然是黑色，但不會掉色。在了解原因並替孩子糾正觀念後，解除了他的擔心，爸媽便不用跟孩子在這事上角力。

固執非壞事

固執可以是性格使然，不過爸媽的管教或是身教，其實亦直接影響着孩子會否變成「固執王」。岑健生提醒爸媽，如果

對孩子過分控制，孩子也會變得性格偏向固執。

「一來是孩子學了爸媽要爭控制權，二來是如果孩子事事被爸媽控制，如就連放書包放得不正都被罵的話，他便會感到氣餒且缺乏自信，他的世界沒有控制權，只有無助感。如此長大的孩子，可能事事也會跟你拚，成為真正的『固執王』。」

岑提醒爸媽不要過分強調比賽、結果及成績等，免得孩子將所有事都視為比賽，為了贏得爸媽的稱讚而事事要贏，不懂妥協。爸媽可在孩子面前多討論事情，讓孩子看到爸媽怎樣解決分歧，達成共識，這樣孩子才會學懂妥協。

兩位專家都同意，小朋友確是有天生性格較強、較固執的，不過爸媽不要單看這點便給予孩子負面的標籤。「如果爸媽可以指引小朋友，教他正確的價值觀，教他應在哪些事上堅持，小朋友會懂得擇善固執，這是件好事。爸媽應看到這些小朋友性格背後的潛質，例如可以發展其領導才能。因為這些小朋友會傾向想做好自己，學習會較主動，比同齡的小朋友會較快，專注力亦較好，有自信而不怕學新事物，爸媽要好好利用他們不易放棄的性格。」