

## 為孩子學習「面對衝突、妥善處理」

◎親職教育專家 楊俐容

「在家吃晚餐最棒了！因為爸爸、媽媽和我，可以聚在一起。」黑色窗框裡流洩出幸福的身影，隱約可見每個人上揚的嘴角。《都是我的錯》一開場就揭示了孩子對於「甜蜜家庭」的渴望。

相對的，家庭失和對孩子的情緒傷害是很深的。「爸爸低沈的吼著，媽媽尖銳的叫著，我讓自己縮得小小的。」「我好害怕，發生什麼事了？」孩子瞪大的眼睛充滿的是害怕與不解。「帶你女兒去睡覺！」爸爸在我耳邊大叫、「快點上床！」媽媽在我耳邊大叫，遷怒小孩幾乎是必然的結果。也因此，家庭失和的孩子很容易表現出焦慮、挫折的情緒，甚至誤以為自己是父母失和的原因。小書裡的孩子「肚子有點痛」、「一點都不想玩」、「我做錯了什麼嗎？」，精準的刻畫出孩子的反應。

然而，再甜蜜的家庭也有衝突的時候，再相愛的夫妻也有失和的時刻。衝突是人生難以避免的壓力，處理衝突更是人生必得學習的課題。在孩子成長過程中，除了從自己和別人的衝突經驗中成長之外，觀察父母如何處理衝突也是重要的學習途徑之一。

學齡前的孩子很難了解人是可以同時經歷多種情緒的，例如：「我很氣你……，但我還是很愛你」，多數的孩子要到大約九歲、十歲之後才能確實理解這一點。夫妻失和與修復的歷程往往包含了複雜的情緒感受，父母如果能和孩子溝通彼此對衝突的感受與想法，並且讓孩子了解衝突處理的重要性與方法，那麼孩子將發展出比較好的情緒智商。

「你一定很難過」、「這根本不是你的錯」、「爸爸媽媽吵架和你一點關係也沒有」、「你是我們的小心肝」，書裡的這幾句話，是聆聽與撫慰孩子心靈的經典對白。無論衝突有多嚴重，風雨過後，一定要用愛彌補。

父母親對於孩子的情緒發展有相當大的影響，孩子從很小的時候就自然而然會注意並模仿父母的情緒以及表達情緒的方式。父母的情緒表現不僅影響孩子當下的行為，更影響到孩子未來的長期發展。當父母言歸於好，孩子也就恢復了活潑快樂的本色。期待天下父母都能勇敢面對衝突、學習妥善處理，為自己，更為孩子。