



發行單位：財團法人臺灣省天主教會新竹教區附設苗栗縣私立聖家啟智中心 承辦  
苗栗縣兒童發展早期療育中港溪地區個案管理中心  
地址：350 苗栗縣竹南鎮自由街 97 號

電話：037-460142 傳真：037-481476  
網址：<http://www.hfhc.org.tw>  
發行人：張桂蓮 主任  
社工組長：陳依雯  
個管員：陳盈樺、徐嘉莉、羅雅莉

苗栗郵局許可證  
苗栗字第 449 號  
雜誌  
中華郵政苗栗  
雜字第 23 號



## 應對幼兒暴怒的 3 個建議



作者：曾多聞（親子天下）2017-11-08

當不擅言語的幼兒以尖聲大叫、拳打腳踢來回應你，該怎麼辦？專家指出，以成人的憤怒回應孩子的憤怒只會使事情變得更糟，並且錯失探討問題癥結的機會。面對小兒暴怒，其實有更好的方法。我們傾向把暴怒當作一種壞行為，但卻沒有考慮其背後的情緒意涵。神經學家、明尼蘇達州立大學副教授邁克爾·珀特伽（Michael Potegal）說：「我們應該要問，暴怒是怎麼形成的？」他指出，苦惱是「比難過更難過」，而暴怒則是生氣加上苦惱的表現。

針對發展中幼兒所做的研究發現，當暴怒時，幼兒多半先是表現出生氣，接著是不合作，最後是哭泣：「暴怒的幼兒最後都會哭，因為他們希望得到父母的安慰。」

幼兒心理學家、紐約大學兒少心理健康中心主任海倫·艾格（Helen Egger）醫師指出，超過 7 成的幼兒在兩歲以前至少有過一次暴怒；之後會持續、經常出現暴怒行為直到 3 歲，因為在這個年紀，他們的情緒感受發展得比語言技能快，當他們恐懼、生氣時，只能以暴怒來表現。3 歲以後，暴怒次數會逐年減少。

所以，當爸媽面對暴怒的幼兒時，該怎麼做？專家有 3 點建議：

### 1. 先包容孩子情緒

艾格醫師說：「很多爸爸媽媽會對孩子說：『不要大吼大叫，用講的』，但我不認為多數這個年紀的孩子有能力很好地使用他們的語言來描述他們的情緒。」

她說，與其對孩子說教，不如先包容孩子的情緒，事後再來討論這整件事：「就好像颶風來襲的時候，我們當然都是先做好防颱準備，之後再來研究這次風災是怎麼形成的。」

「孩子情緒崩潰了，要怎麼讓他們恢復正常？」艾格醫師說：「幼兒需要有一個成人在那邊包容他、陪伴他。」她說，最糟糕的就是看著孩子靠向一堵牆，而那堵牆卻倒塌了。


### 2. 分析幼兒暴怒原因

珀特伽醫師建議父母思考孩子暴怒的原因：是想得到關注，即是被處罰也比被忽視好？還是想得到食物或是玩具？或是想逃避某件孩子不想做的事情？


暴怒一般發生在孩子飢餓、疲倦，或生活規律被打亂的時候。艾格醫師說，由上述原因激發的暴怒，都是可以理解的。一般程度的小兒暴怒是幼兒發展過程中的正常現象，家長毋須擔心。

### 3. 關注暴怒發生頻率

但是，如果孩子無緣無故，且經常、激烈地暴怒，爸媽就要提高警覺了。「經常」是指天天暴怒、甚至一天暴怒數次；「激烈」則是暴怒時伴隨著拳打腳踢甚至咬人、亂摔東西等過分的暴力行為。這些孩子可能有精神健康障礙，例如焦慮、過動、憂鬱等問題。這些孩子不是壞孩子，而是需要專業協助，且愈早獲得協助愈好。



## 活動訊息



### 『親職講座』

為協助家長們處理日益複雜的親子關係議題，本中心特別推出一系列講座活動，即日起開放免費報名，額滿為止。請有意願參與的家長們千萬不要錯過囉!!!

時間	活動內容	講師	報名截止日	名額
06/23(六) 09:00-12:00	一起玩出好的教養	職能治療師 蘇文清	107/06/20(三)	每場次 <b>20 組</b> 家庭 (額滿為止)
07/28(六) 09:00-12:00	如何陪伴特殊需求的 孩子	親職作家 蔡昭偉(蔡傑爸)	107/07/25(三)	
08/18(六) 09:00-12:00	聽你聽我，溝通無礙	語言治療師 曾麗云	107/08/15(三)	



### 『專業團隊評估』

本中心舉辦專業團隊評估活動，邀請職能治療師、語言治療師、特教老師、社工、教保老師等專業人員組成跨專業團隊，針對發展遲緩或身心障礙兒童的發展現況進行觀察與評估，給予家長們具體適切的療育建議及操作。即日起報名，額滿為止喔!!!

時間	活動內容	專業人員	名額
09/15(六)	專業團隊評估	職能治療師-張宇群 語言治療師-陳念筑 特教老師-關佩偉	每場次 5 名兒童 (一名兒童評估 時間為 1 小時)



活動報名資訊：

1. 親職講座提供兒童臨托服務，歡迎家長於報名時告知需求。
2. 親職講座提供餐盒給每位參加的家長。
3. 以上活動若有相關疑問或諮詢服務，請洽 037-460142 # 114~117。

