說「No!」的孩子（https://www.famplan.org.hk/sexedu/zh/sexuality-education-articles/feature-articles/detail/sp20240829）

說「No！」的孩子

參考編號：SP20240829

日期：2024年8月29日

類別：親子王《親子談性樂》專欄

對象：家長

作者：教育組 梁祖詠

主題：家庭生活教育

雪柔一臉疲倦地鑽到床上，丈夫偉恆在旁用電腦工作着。

「為何今天你好像特別疲累了？」偉恆不經意地問。

「因為你親愛的女兒不知從何時開始學會說「no」，所有事情都是「no，no，no」！」雪柔話中帶有一點抱怨，又有一點無奈。

雪柔和偉恆的女兒可兒，剛好是踏入所謂「trouble two」的兩歲之齡，雪柔回想起整天下來的畫面。

「我們吃午飯好嗎？」

「No！」

「穿褲子好嗎?」

「No！」

「去公園玩好嗎？」

「No！」

午夜，雪柔輾轉反側，久久不能入睡，因為她在思考如何應付女兒不斷的拒絕，亦忍不住到互聯網瀏覽更多資料。

原來，懂得說「不」都是孩子重要的成長過程之一。因為這象徵孩子正在發展「自我」的概念，開始有自己的想法和觀點。更重要的是，他們發現「自己」並不只是大人說話字面上的延伸，而是可以跳出話語的框架限制，為自己作出選擇。

孩子懂得跳出話語的框架，亦代表他們發現說話其實是可以幫助他們設定界限。在將來建立健康的人際關係、甚至是親密界線上，都有重要的影響。在保護自己的層面上，懂得說「No!」也是至關重要。如果一個孩子不想被另一個孩子或成人擁抱或親吻，他們說的「No」應該要得到尊重和聆聽，了解「No」背後的聽音和情緒也是重要的課題。

那麼，我們該如何回應孩子的拒絕呢？我們可以有幾個做法：

1. 讓孩子作主，給予有限度的選擇。「你要吃飯還是麵？」、「你想穿裙還是褲？」。這個問答方式可以從一開始就免去「No」這個選項。

2. 承認孩子的拒絕。這更多是給父母的一課，兩歲孩子的大腦正在經歷一生中最快的發展 — 每秒產生多達 700個新的神經連接。我們得承認孩子不再是襁褓中的小麻糬，而是懂得思考自己需要的小人類。

3. 了解「No」的原因。孩子的拒絕，也就是他們保護自己的防線，拒絕不想做的事，拒絕不想要的接觸，對大人而言也需要莫大的勇氣。了解拒絕背後的原因，也可以加深親子之間的了解。

換個角度想，孩子所謂的「Trouble two」，其實也是「Amazing two」，因為孩子正在從自我探索中成長呢！