

培養子女責任感

母親發覺小明沒有帶家課冊上學時，便氣急敗壞地說：「我忘了放家課冊在你的書包內，你先回校，我回家取，待會我到學校拿給你吧。」小明不悅地說：「上次你也是這樣連累我，這次同學一定會笑我忘記帶東西。」由以上個案可見，小明不負責任是不爭的事實，這個陋習並非一朝一夕便形成，小明母親亦需負上部分責任。若想孩子未來成為一個負責任的人，家長該怎麼做呢？這份簡章旨在讓家長瞭解責任感的意義，以及培養孩子責任感的方法。

甚麼是責任？

人是群體動物，在群體中，每個人都扮演著不同的角色，履行附帶的義務和分內的職責，亦即責任。例如：在公司裡，每位員工有完成工作的責任；在家裡，家長有教養孩子的責任，孩子也有協助做家务的責任；在學校裡，學生有準時上學及完成家課的責任；在社會裡，市民有保護環境、遵守交通規則和愛護公物的責任；在社交方面，朋輩間亦有守信用和準時出席活動的責任。

甚麼是責任感？

責任感是一個人能夠認知和認同自己的責任，並將之付諸實行的動力和決心，概括可分為兩個層面：一是認知和認同的層面，二是實行的層面。以上例子中，孩子不認知和認同收拾書包是自己的責任，便是欠缺責任感。即使孩子已認知和認同收拾書包是自己的責任，但因為某些原因（如只顧看電視）而未能履行責任時，也是欠缺責任感。

責任感有何重要？

- ✪ **有責任感的孩子能夠獲得別人的認同和支持：**有責任感的孩子會竭盡所能去完成該負的責任，即使未能完成，亦盡量不影響他人。此類孩子會顧及他人需要，不推卸責任，容易與人相處，獲不同群體所接納，值得別人信任、認同和支持，並能夠委以重任。
- ✪ **沒有責任感的孩子容易處處碰壁，影響未來發展：**若孩子未有履行責任或推卸責任，群體便會指責、排擠、鄙視他，甚至漸漸對他失去信任；情況如未見改善，群體內的約制力會將孩子排擠出去。孩子欠缺責任感，成長後的人際網絡和事業發展更會受阻礙，導致日後一事無成。
- ✪ **負責任的孩子有自尊感：**負責任的孩子會受到別人的肯定和讚譽，容易感到對群體有所貢獻，因而提升能力感。這類孩子面對困難時願意多作嘗試，由此可擴闊他的生活經驗，並進一步建立其自尊感，對他未來成長有莫大裨益。
- ✪ **負責任的孩子可減少家長的擔心和憂慮：**孩子若能自覺地完成責任，不會藉故推卸，家長便可減省很多時間和精神。相反，孩子若不願承擔責任，甚至推卸責任，家長便會感到有壓力和疲累。試想想，孩子這個時候犯錯也不能承受責任，處處由父母善後，長大後在工作上失責，結果會如何呢？

培養子女責任感

如何培養責任感？

由孩子兩歲起，開始逐漸建立自我概念 (Self concept) 時，便可訓練責任感。我們可以從責任感的兩個層面去訓練：建立孩子對責任感的認知和認同，以及建立實踐責任的動力和決心。

建立孩子對責任的認知和認同

孩子首先要對責任有所認知和認同，才會去實踐，究竟家長該如何做呢？

👉 直接講解或利用故事讓孩子認識自己的責任

家長要建立孩子對責任的認知，可通過直接教導、清楚指示和有關的故事，讓孩子明白自己的責任。引導式的問題容易讓孩子分享故事人物對家人、朋友和社會負上的責任，並理解沒有履行責任的後果，有助潛移默化地教導孩子認識自己的責任。

👉 讓孩子學習自主

家長可提供機會，讓孩子自己做決定和選擇，有助他認同自己的行動，促使他承擔責任。例如：孩子溫習時，可讓他決定自行溫習哪部分，哪部分需要家長協助。有時孩子若未能有效地下決定，或不欲他過分自主，家長可限制選擇範圍，然後才讓他作決定。這樣，孩子既可以享受做決定的樂趣，也願意對自己的選擇負上責任。若孩子的決定不夠理想，家長亦不宜立刻否定，嘗試跟孩子討論，最後該由孩子擁有決定的權利，以提高他對所作決定的認同感。

👉 鼓勵孩子多參與以提高其歸屬感

家長和孩子一起參與家務，可建立孩子對家庭的歸屬感，讓他感到自己重要，這種伙伴關係及參與感能提升孩子對責任的認同。例如：孩子協助父母清潔家居後，會更珍惜自己付出過的心血和努力，盡量避免弄污自己和別人的地方。另外，家長亦可鼓勵孩子積極參與學校和社區的服務，久而久之，孩子漸漸懂得愛惜學校和投入社區，歸屬感因而產生，同時亦會認同作為學生和市民的责任。

👉 為孩子樹立好榜樣

孩子會學習家長的言行，若想孩子負責任，家長該為孩子樹立好榜樣。例如：家長答應孩子參加學校的家長會，便需要準時出席，藉以教導孩子認知和認同遵守諾言是負責的表現。此外，家長該保持社區清潔和遵守交通規則，讓孩子學習公民責任。



培養子女責任感



建立孩子實踐責任的動力和決心

孩子能夠認同自己的責任，卻沒有動力和決心去實踐，家長又該如何呢？



令孩子覺得所做的有意義

當孩子理解所負的責任有意義，便更有動力去完成，而且覺得自己有所貢獻。例如：保持床鋪整齊，使房間更美觀舒適，令家人享受家居生活；不隨處亂拋廢物，有助保持市容整潔；守時不浪費他人時間，活動便可如期順利進行。讓孩子對所負的責任感到有意義和樂趣，促使他更有動力去履行責任。



給予孩子學習的機會，讓他自行承擔後果

家長可安排機會引導孩子獨立處理個人事務，並讓他自行決定及承擔後果。例如：孩子在兩天內便花光整個星期的零用錢，就要讓他承擔沒有錢用的後果，這樣比起給予他額外金錢或責怪他沒節制，更能培養孩子的責任感。又例如，孩子未能收拾好自己的文具和玩具，遺失了便應承擔後果，家長不必買新的作為補償，否則孩子不會明白不負責的後果，日後亦缺乏動力將用過的物品收拾妥當。要切記：「家長不必事事為子女操心，因為『超能』的家長往往造成『低能』的孩子！」讓孩子瞭解不是每個人都會幫助他，他自己有責任自負後果，使他體驗責任感的重要。然而，家長要留意孩子是否重視後果，以及情況是否安全，才讓他自行承擔後果。



按孩子的能力安排或分拆工作，循序漸進

有時候，孩子可能由於力有不逮或工作程序繁複而未能完成責任。事實上，失敗經驗過多會減低孩子承擔責任的動力，打擊其自信心，容易令孩子遇事卻步，無法承受責任所帶來的壓力。此外，家長要衡量孩子是否勝任，才安排孩子承擔責任，否則適得其反。例如：孩子兩三歲可用匙吃飯。隨著年齡和能力的遞增，孩子可做更多工作，如自行清潔桌面、收拾碗筷等。至於一些繁瑣或重大的工作，切勿讓孩子一次過完成，應將工作分拆或按步就班，才可提高孩子完成責任的動力。例如：讓孩子學習洗碗，可先教他學會抹碗，熟習後，才讓他學習洗滌碗筷。這樣，孩子有充裕的時間練習，減少焦慮，增加他日後承擔責任的能力和信心。由此可見，責任感需要時間培養，家長切忌急進，孩子才能循序漸進地學會如何負責任。



讓孩子學習自我提醒也是責任

當孩子日漸成長，許多時都會因疏忽大意或善忘而未能履行責任，家長不應該教他怎樣做，反而應該引導他去反思，自行尋找解決方法。家長要盡量讓孩子嘗試自己所構思的辦法，好讓他學習到自我提醒也是一種責任。



接納和讚賞孩子

接納和讚賞是培育孩子的不二法門。當孩子有負責任的表現時，父母便要作出嘉獎或鼓勵，令他獲得滿足感而繼續堅持這項美德，並明白負責能取得別人的信賴。縱使孩子未能完成所託付的責任，父母也要對孩子加以鼓勵，表示欣賞他付出的努力和心血，讚許他肯為自己的事情負責，而不計較該項責任是否做得完備。

培養子女責任感

父母要避免甚麼錯誤？

在培養孩子的責任感時，家長避免犯下列錯誤，效果會更理想。

❗ 避免過分保護孩子，擔心孩子受挫

家長若過分保護孩子，處處擔心他受挫，怕他失去自信心，反會妨礙孩子的成長，也影響他建立獨立的處事能力。例如：家長凡事都為孩子安排妥當，以為這樣對孩子有利，其實間接減少了他自行做決定的機會，亦令他缺乏獨立處理問題的信心，甚至使他誤以為責任與自己不相干。家長須明白孩子有自我成長的潛能，並能夠從嘗試中學習，通過身體力行才可以學習責任感。

❗ 避免不忍心而為孩子善後

如孩子未能完成責任，家長或會不忍心而為他善後，以避免影響事情的進展。這樣，孩子又如何能學習承擔後果呢？凡事有別人跟進和補救，孩子對自己不負責的行為又怎會在意呢？故此，家長該堅持由孩子自己承擔後果，避免替其善後，否則只會導致孩子推卸責任。例如：訓練孩子檢查和收拾書包，若發現他忘了帶書本，家長也無需為孩子趕送書本到學校，讓他自己承擔疏忽而受師長責訓的後果。

❗ 避免以責罵和不斷提醒的方法來訓練責任感

家長以責罵的方法來提高孩子履行責任的動力，往往會引起孩子的反感和抗拒。試問孩子不停被家長否定，怎會有信心和動力去履行責任呢？再者，家長不斷提醒孩子該做甚麼，以為容易收效，結果適得其反。例如：家長習慣早上提醒孩子：「是時候上學，要起床了」，這樣做既未能讓孩子體驗和理解「準時上學」是自己的責任，反而令孩子誤以為「提醒」是家長的責任，自己不必為遲到而著緊。日子久了，孩子習慣了要家長提醒才肯起床，一旦無人叫醒，過了起床時間仍繼續睡覺！

❗ 避免以成人的尺度來評核孩子的表現

家長若用成人的尺度來評核孩子履行責任的表現，會令彼此感到失望。例如：家長收拾房間和清潔碗碟，一定較孩子做得更妥善，若以成人的標準來評核孩子的表現，結果並不公平，孩子亦會因標準太高而容易放棄。故此，家長應著重過程而非結果，訓練孩子在實踐的過程中，體會分擔責任的重要，以及欣賞自己作出的貢獻。

結語

培養孩子的責任感是漫長而艱巨的工作。孩子自小就需要有責任感，讓他們從小開始學習這種美德。若孩子年少時未能學習付出，長大後更不曉得付出，凡事以自我為中心。若孩子從小培養良好的責任感，長大後自會多加實踐，漸漸把這美德內化為自律精神，不斷提高對自己的要求，並學會自我督促，日後有更大的動力去肩負重大責任。

教育統籌局 家長教育推行小組

查詢電話：28926441 教育統籌局網頁：www.emb.gov.hk

©2003 版權為香港教育統籌局所有；除教學或其他非牟利用途外，未經書面同意，請勿翻印

教育統籌局