

一句話，培養孩子的終身責任感

作者：陳品皓發表日期：2018-08-14

許多家長每每只要說到孩子做事的態度，往往就會搖頭嘆氣或連番抱怨，因為在生活中，孩子遇到要處理的事情，不是丟三落四就是虛應了事，該做的事情不去做，總是要三催四請才勉強動手，不是不做就是亂做，做錯只想逃避不想承擔，這種似乎不負責任的態度，總是令大人苦惱。

因此，說到責任感，家長總是抱怨連連。究竟，孩子的責任感該怎麼建立呢？

其實在討論建立責任感之前，我們要先了解什麼是「責任感」？責任感是一個複合的概念，裡面包含**了解責任**，以及**承擔後果**兩個部分

一、了解責任，就是知道什麼是我該面對的

二、承擔後果，就是對我的行為能夠承擔結果而不逃避

「了解責任」是每一個孩子在成長的過程中，會不斷因為身份、角色、自我理解以及環境的要求中，逐步建立對自己責任與義務的認識過程，這是一個持續的過程跟成長，孩子們終究會理解到在人生不同的階段跟角色當中，他要肩負的責任跟義務也都不太一樣。

然而責任感當中，真正困難的是在第二個部分：「承擔後果」，什麼是承擔後果呢？我們可以從責任感的英文字面來理解這個意思，責任感的英文是 responsibility，可以拆解成 response 跟 ability。也就是回應跟能力，放在一起就是「回應的能力」，回應什麼東西的能力呢？也就是回應「自己行為、決定所造成後果」的能力。當一個人能夠不逃避的承擔自己決策後的結果，就是責任感第二層意涵。

而這才是真正核心也困難的地方，一個能夠承擔自己行為後果的人，也就能夠面對自己的責任不逃避，並且接受自己應當扛下的義務。但很可惜的是，我們的文化老實說是不鼓勵人面對自己的錯誤，我們只「處罰」做錯事的人，因為我們除了責罵、剝奪，就沒有後續的做法，導致孩子一犯錯就想遮掩，然後討厭犯錯、逃避犯錯的態度。這是相當可惜的一件事情。因此，我們或許該思考的是，如何在教養中讓孩子親自面對(回應)自己決策的結果(能力)。

有一個值得我們思考的操作方向，就是讓孩子在鼓勵嘗試錯誤的氣氛中學習面對結果，而在實務上的原則是：「認知重做」的概念，也就是當孩子犯錯或做錯已經發生時，我們可以試著把焦點放在「如何改進下一次」的討論上，而不是對於「這次錯誤的責備」中，而一個最核心的引導，就是透過

「再做一次，你會怎麼做來避免這一次的錯誤(結果)？」

的問句句型，讓孩子在事件後透過經驗整理的方式，重新在想像中歸納統整一次。

這麼做的好處在於避免用責備來增加孩子抗拒，同時引導孩子在經驗中慢慢的培養面對錯誤的正向態度。

有些孩子在面對這個問題時，也不太回答或避重就輕，這種心情大半是因為面對自己的「錯」就是不舒服的，所以孩子不願意回應，我們可以試著在事前事後做兩件事：

(1)同理孩子不願意面對後果的不舒服情緒（接納自己）

(2)肯定孩子在同理後願意嘗試回應（建立態度）

然後逐步的建立孩子願意面對自己行為後果的心態，當孩子願意面對並且承擔時，責任對他來說或許就不再只是一件痛苦的挑戰，而是一次又一次可以帶來成長的學習。