

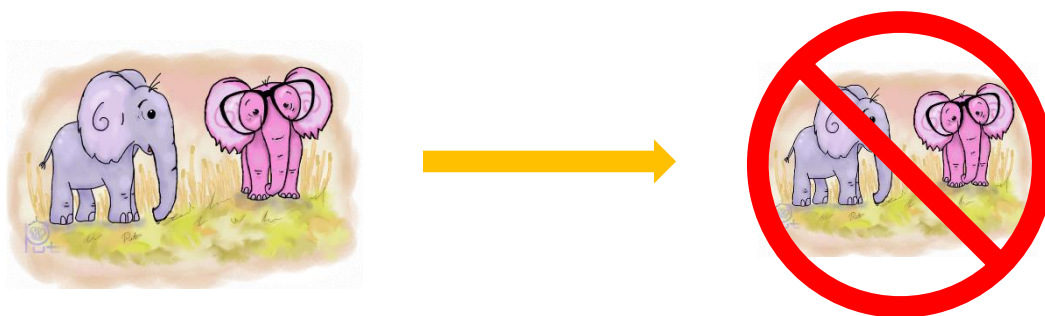
《有效引導小孩行為的語言技巧》

本文會講及一個更深入的 NLP 技巧，如你精神狀況不佳，又或未準備好，請不要繼續往下閱讀以下內容：

大腦的認知行為，涉及接收、詮釋及回饋三道工序。舉例：「請你站起來」，你會先「接收」我的話語，隨即在腦中「詮釋」站起來的意思，然後再「回饋」(決定是否站起來)。可是，當提出的邀請或指令中，含有「不」的意思時，大腦又會如何處理呢？

回應上述問題前，先和大家做一個實驗：「請不要在腦中想像一隻粉紅色的大象」。

剛才提到，大腦要進行認知，必須經過「詮釋」的過程。大腦需要理解「不要想像一隻粉紅色的大象」，就先需要在腦海中呈現出「粉紅色的大象」，然後才可以將之「不要」。



從上述例子，我們就會知道為何在「嚴禁吸煙」的標貼告示下仍會有人吸煙；為何在「不要在此扔垃圾」旁邊總會有一堆垃圾。而由於小朋友的語言理解能力尚未發展成熟，大多只會聽到說話的後半部份，所以套用到和小朋友溝通的層面就更為明顯：當家長向小孩喝叱：「不要跑！」他們反而會跑得更快；斥責他們：「不要吵！」反而會更吵；提醒他們「小心跌倒！」的當下，便會隨即跌倒。

日常小貼士：

當家長想要制止小朋友做出不當行為，可嘗試用肯定的語句去引導，例如「停下來」、「靜下來」等，同時說話的語氣也會有加強行為的作用，亦需多加留意。相反，如果家長慣常使用「不要」、「不可」、「不許」、「不准」等指令，可能會無意間助長了小孩的不當行為。

若你已讀到此，請回看本文第一段的内容，相信你也已體驗到叫小孩「不要做」的效果。