

題目：如何培育兒童的自律能力

作者：蘇桂芳（基督教幼兒教育中心主任）

編輯：林龍珠

基督教教育研究院編印 第四十一期

自律能力在教育的意義上，是指個人「自我管治」的內在能力，就是個人在不同的處境下，能作出恰如其分的生活態度，並且這些生活態度都是發自內在的主動性的。舉例說，一個兒童聽了母親所吩咐他的：「放學回家後第一時間就要將功課做好。」他聽了以後，每次放學回家都第一時間把功課做好，就算母親忘了吩咐，他也把功課做好；這樣，我們可以說這位兒童已經養成了自律和自我管治的能力。

自律能力的養成需要一定的過程，這個過程就是從他律到自律。他律就是兒童在他的生活環境中，所遇到對其行為、態度所提出的規範。這些規範可能是父母所定下對兒童個人的生活要求和規則、校規或社會守則等。比如說，一位母親想訓練其女兒早睡早起的習慣，起牀時不能賴牀，又或吃飯時，不能離開飯桌要專心把碗中的飯吃完等。這位女兒從這些規範中日復日的被訓練，也許有時她不能做到母親的要求，但倘若母親在這些訓練中有適時的提醒和教導，並要求女兒遵守早前所定的規則，及給與機會重複做正確的行為；這樣，這位女兒就會從她所做的行為中，慢慢地建立處境性的正確生活態度，並意識及養成在相同的環境中，表現該種行為。所以，要培育兒童的自律能力，有規律生活的家庭環境是首要的條件。

其次是兒童要有獨立的生活經驗，意指個人可運用自己的意志和能力去面對生活上的各種困難。這些生活困難包括：兒童如何處理自己的生活起居、如何操作和協調自己的身體、如何選擇一些該做或不該做的活動。當兒童獨自經驗這些生活體驗時，會漸漸建立他的意志能力。但可惜的是，現今太多父母剝奪兒女獨立生活的經驗，很多時候都由父母或菲傭代勞。兒童如果太過依賴父母，沒有足夠的獨立生活經驗，要他運用意志克服自己去過自律的生活，是較為困難的。所以，作父母的應讓兒女過一個有規律和自主的生活；這樣，孩子才會成為一個獨立自主而有紀律的人。