

# 培養孩子的優質生命力

## 應變力

意外無時無刻，從小培養孩子應變能力，才能在多變環境中，求生求勝！

身處 21 世紀的人們，可深刻感受社會、經濟、政治、價值等體系……都在迅速轉變，加上各種天災人禍也在全球各地日益頻傳。如何在多變的環境中得以求生，進而能求勝？應變力可說是這世代，重要且不可或缺的能力。

## 何謂應變力？

應變力是當環境產生不可抗拒的改變時，能以樂觀積極的態度面對，靈活運用自己可控制的資源與條件，來適應外部環境之變化，並盡力解決問題，開創新局。

## 應變力有何重要？

在職場只要掌握應變力，你就會是老闆搶著要的人才！IBM 曾經在 2008 年做過一次「主管最需要下屬具備什麼能力」的調查，接受訪問的八十個國家，五千名主管表示，面對改變的適應力和創新力，是他們最重視的能力。

而在生活中，面對突如其來的災難，若能樂觀面對、積極應變，就可將危機變為轉機，甚至開啟新的里程碑。桃米社區就是最佳典範，十七年前，九二一地震重創桃米里，但如今它不但有舒適的民宿、美麗的紙教堂，更有經過嚴謹培訓，兼具親切與專業的在地導覽員，帶領社區從事美麗、豐富的生態環境活動。而讓這個社區從廢墟變為桃源的關鍵，即是一些可以從黑暗中看見曙光；從困境中看見出路的人們，運用創意、熱情與毅力，將社區一步一腳印的重建起來。

## 如何培養孩子的應變力

既然應變力如此重要，孩子應從小就要開始培養該能力。當我們面對環境的挑戰時，首先需要有樂觀正向的態度去迎接挑戰，其次要運用精準的分析與判斷能力，找出自身與環境的優勢與劣勢。還要有創新的點子運用優勢解決問題，最後要能勇敢冒險的去執行。因此在應變力中隱含著思辨力、創造力、執行力。

父母、師長應如何培養孩子這些能力呢？以下有幾點建議：

## 培養孩子樂觀正向的生命態度

「人生不如意十常八九」，若讓孩子早早有這樣的認知，當意外發生、環境改變時，孩子較能坦然面對。當然，同時也要讓孩子知道每個人都有適應環境、解決問題的潛能，讓孩子有勇氣去面對。此外，還要讓孩子知道每個環境中的挑戰，都是一個生命成長的機會，只要越過挑戰，生命就會更老練與成熟。當孩子心中有了正向信念，遇到危機或變故時，便能產生正向的因應態度。

## 豐富孩子的常識與見聞

許多父母會為了孩子的學業成績而限制孩子讀課外書，殊不知孩子多閱讀有益的報章雜誌、課外讀物，並多帶孩子到外地旅行，孩子所累積的知識，正可幫助孩子遇到危機或環境變化時，作為應變思考判斷的參考與依據。

## 多用問題引導孩子思考

閩南話有句諺語：「小孩子有耳無嘴」。但是，不讓孩子表達意見，孩子就不需思考，久之思考力便被抹煞。因此，老師、父母應多問孩子問題，讓他有機會思考，並引導孩子找答案，而非給孩子答案，在面臨危機時，他的思考機制便能很快啟動。

## 讓孩子自己解決問題

曾經在火車上看見一個七、八歲的孩子，拿了一包餅乾要奶奶打開，奶奶隨手就幫他打開了。我替那孩子惋惜，因為他失去解決問題的機會。孩子是創造力與想像力最旺盛的階段，讓孩子自己解決問題時，他的創造力便有機會展現。孩子是最具好奇心的，他們渴望嘗試新奇的事物，在安全的範圍內，允許他去冒險，容許他嘗試錯誤，孩子便可以從做中學，不但可建立其自信，更可以增加行動與執行的勇氣與能力。

## 言教不如身教

應變力的培養非一蹴而就，它除了需要生活智慧，更是一種生命態度。在危機來臨時，父母所展現的因應態度與方式，便是孩子最好的學習機會。但願我們都能學會好好運用生命向我們投來的變化球，揮出精彩的一棒。