與其過度保護 不如陪伴經歷高低起跌

撰文：婚姻及家庭治療師
兒童遊戲治療師　李慧芝

https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/asian-happy-family-stay-home-kitchen-1958361469

最近在臉書上看到一位好友分享了一段短片，記錄了她5歲的大兒子示範如何用鋸齒小刀切西蘭花，經剪接後的短片約3分半鐘，全程由媽媽負責拍攝。在短片中，男孩的刀法談不上熟練，但臉上卻一副氣定神閒的樣子，而且還解說得頭頭是道。

作為一位治療師，筆者也很贊同媽媽的做法，就是放手讓孩子從生活中學習和汲取經驗，因為畢竟鋸齒小刀的傷害性有限，即使真的割傷了手，最多也只是皮外傷，小孩子也會很快復原。可是我作為一子之母，觀看著整個過程，也不其然擔心起來。

www.shutterstock.com · 1824404129

https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/cute-happy-smiling-asian-little-boy-1824404129

小男孩順利切完整棵西蘭花，我也頓時鬆了一口氣。我心裡十分欣賞男孩的耐心和努力，但我更佩服這位媽媽的勇氣。

很多時候，父母都會在放手讓孩子嘗試，以及擔心孩子遭遇挫敗兩者之間掙扎著。許多父母在理性上明白孩子需要有適度的空間自主自決，並從中建立責任感和自信心。然而作為愛錫子女的父母，也同時會不忍看到孩子遇挫折或經歷痛苦。這些擔心和焦慮，會驅使父母以不同的方式保護孩子免於犯錯，例如為孩子做決定，替孩子完成他們應負的責任，又或是說服孩子以父母的方法去解決問題等等。

父母擔心子女遇挫敗，都是基於愛護他們，這亦是人之常情。然而父母能給予孩子最大的愛，並不是去保護孩子免於犯錯和受傷，而是陪伴孩子經歷種種高低起跌和成敗得失。這一種陪伴包含了對子女的尊重、信任和支持，就是尊重孩子有自己的選擇，並且信任他們有能力承擔其選擇的後果，以及在孩子遇到困難和挫折時，仍能百分百的支持孩子的決定。

https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/happy-asian-father-mother-teach-their-1722965506

沒有人能保證孩子的人生一帆風順，但父母的陪伴可以讓子女感受到自己是絕不孤單的。只有這樣，孩子才能滿有自信地不斷探索、學習和發展所長。