

親子同路



拼出幸福家



## 家人情緒聯繫

兒子去年升讀大學，入讀心儀學系，家人一方面替他高興，另一方面卻暗裏擔憂，皆因兒子自小有適應的問題，令人苦惱不已。

兒子剛入讀幼稚園時，哭鬧得比其他小朋友強烈，更會哭至嘔吐。當老師請家長離開時，他會在課室內大叫「救命」！結果要家傭陪伴他上課整整一個月，他的情緒才稍為平復下來。到小學及中學階段，兒子總是說「不想返學」，問題由最初只在假期後出現，發展到後來天天都發生。我曾充當「福爾摩斯」調查原因，卻只查出跟同學、老師及學業無關。後來他透露是不喜歡在學校事事受到限制，不及在家中自由。我無計可施，只好間中對他的要求充耳不聞，或安撫，或請他自行致電回校請假(責任要他自負)，這些年才勉強應付過去。

本以為孩子已成年，應該可以放手，誰知他又為大學上莊和學習的事煩惱，除了想放棄莊務，還想轉讀別的學系。我心裏替他焦急，但也努力壓抑自己的憂慮，盡量冷靜和理性地與他按事實分析情況，最終由他自己做決定。

這個學習過程真不容易，因為當我看見兒子掙扎、苦惱、難以決定時，便很想當他的擋箭牌。然而我不能這樣做，因為只有經歷過艱難才能學懂做合理的抉擇，我又豈可剝奪他的權利？當孩子踏入青少年階段，父母不應站在孩子前面為他遮風擋雨，應站在他身後支持他，才能促成孩子的成長。

曾拜讀Roberta M. Gilbert的著作《Connecting with our Children: Guiding Principles for Parents in a Troubled World》，書中建議家長以三種態度與孩子相處：Open(開放)、Emotional separate(情感分離)、Equal(平等)。我認為情感分離最難實踐，就是說家長應作出合乎孩子年齡的要求及回應。家長不應因疼惜或擔心孩子受傷害而不讓他去嘗試，只要在合理及安全的範圍內放膽讓孩子去做，避免因孩子哭鬧或膽怯而替他解決問題。面對青少年子女，家長可充當顧問的角色，只須在他的身旁扶助，適時提供所需的資訊及忠告給孩子參考，不被孩子的情緒牽動，使他能建立自我，成為成熟有主見的人。 網址：[www.npac.org.hk](http://www.npac.org.hk)

本欄由基督教宣道會北角堂家庭服務中心社工及輔導員輪流執筆；本文作者為朱少萍姑娘。