

如何協助子女獨立自主



曹淑清

「我的孩子還小，獨立自主？！待他大一點再說好了！」

「我的孩子上中學了，仍然亂放衣服，房間亂七八糟，真拿他沒辦法！」

「我家的孩子個子高大，看起來像個大人，但個性依賴又沒有主見，思想幼稚使人擔心，做起事來活像一個小孩子，他偏偏嚷著要自立，還說我諸多管束。他這個樣子，叫我怎能放心讓他獨立自主。」

這些家長的煩惱是否也是你的心聲？無可否認，培養子女獨立自主是家長的責任，但要實行卻又知易行難。筆者從事社會工作，日常接觸不少家庭，以下是一點體會，願與大家分享。

獨立自主的定義

一個獨立自主的人是有獨立思想、判斷力和分析能力，能以成熟的態度去解決日常生活所面對的難題。有自主的生活目標和方向，而不是為了父母或別人的期望而生活。

事實上，一個嬰兒離開母體，他／她在生理上已是一個獨立的個體，他／她有自主的思想、感情和自由意志，並有成為獨立自主的潛質，他們需要不斷磨練和循序漸進，發揮他們內在的潛能，作為父母的角色是給予機會和從旁協助。正如種子一樣，它已有成為一棵大樹或一株花的潛能，栽培的人主要的工作是保護植物，並提供合適的生長環境。



培育孩子的步驟

(一) 循序漸進

培育孩子獨立自主的能力，可從孩子年幼時期開始，循序漸進地教導他們，例如兩、三歲的孩子，已可以給予他們選擇的機會；早餐可選吃煎蛋或煮蛋，可挑紅色或藍色的褲子，讓他有機會決定自己的事，這已是一個自主的開始。大一點的孩子，讓他決定自己參加甚麼課外活動，編排作息時間表，這些均有助他掌握日常生活，過得開心愉快。

當然，教導子女對自己的行為負責，學習承擔決定的後果，是培養獨立自主不可缺少的一環。倘若他未能依照所編的時間表完成，作為家長除了和他檢討之外，也值得考慮是否過早給予他們太多的自由。賞罰的制度也有助孩子自律。

(二) 量力而為

獨立自主是要按著孩子的能力而提供合適的機會，例如四、五歲的孩子樂意分擔家務，可以考慮讓他們擺放筷子；大一點的孩子則可以分擔更多家務及料理自己的起居飲食，例如煮簡單的食物。

家長若要求孩子完成一項工作，可以將工作分段作示範，讓孩子更易掌握，例如掛校服，家長可以教他如何將校服褲摺好及掛上，幾件不同類別的衣服，要逐一示範。讓孩子學會一種，再學習另一種。孩子有時會缺乏耐性，胡亂地去完成，或是愈幫愈忙，家長可以稱讚並指示他可以幫忙的範圍。孩子在學習的階段中錯漏百出很平常，為人父母者應對他有合理的期望，曉得欣賞，提示孩子改善之處，孩子在鼓勵下會不斷追求改進和嘗試。

對他而言，更重要的是在整個過程中，除了懂得獨立，也建立自信心。這些對他的一生有很大的幫助。


(三) 培養判斷力和分析力

至於子女判斷力和分析力方面，家長應透過鼓勵他觀察周圍的事物，討論電視節目，例如：本港及世界新聞，讓他發表個人意見。家長也可以利用發問問題方式刺激他們從不同的層面分析事件，培養他們的判斷力和分析力。先讓他們在日常生活中去分析、思考、再嘗試，即使失敗也是一個學習的機會。

避免成為子女獨立的障礙

(一) 過分保護

父母總是害怕孩子受到傷害，於是甚麼事也幫助他完成，不讓孩子有失敗的機會或太早為



孩子作出補救，結果孩子未能從錯誤中學習。長大後就更難面對挫折，自信心也會轉為脆弱。

(二) 心急的父母

父母覺得孩子慢動作做事，如穿衣服、吃東西及作決定等，結果事事親力親為，孩子也習慣讓父母幫助，形成依賴的性格，孩子在父母不斷的壓抑之下，自然對自己信心下降，覺得自己事事不如人，也不敢嘗試，更遑論獨立。

(三) 不願放手的父母

這樣的家長，以母親佔大多數，尤其當孩子上了中學，傾向爭取自由，但作為母親的很難適應一個凡事依賴她而變為不願意她多參與的「中童」，她那份失落和不放心的感覺是可以理解的，但是成長與獨立是一個漸進和必然的歷程，正如孩子學走路

初期會跌倒，很快就爬起來。雖然父母眼目會盯著他，但始終也要放手，讓他學習走每一步。

(四) 未了心願的父母

父母也許有自己幼年未完成的理想和心願，也許對孩子將來會有一定的期望，例如取得優良成績、入讀某所名校、做某一類的職業等。為人父母應撫心自問，這些理想是否最好，而孩子也期望達到的呢？

結語

子女是神給我們的產業，不是屬於我們的，而是神交託給我們好好地管理。所以，父母的角色是一個管家和僕人，只要我們盡力去管教他們，孩子的成就不不是我們所負責的，他們的行為表現也非我們的成績表。最重要的是，我們在管教的過程中將日常

管教的困難和感謝帶到神的面前，不斷向神「報告」和「尋求指示」，相信神必賜下祂的「指示」、智慧和耐性給你們。神從不撇下我們孤單去面對任何事情的。

(作者為社會工作員，參與著作有：
《開心家庭祕笈》、《校園第一個生還者》)

