



現代的家庭，普遍孩子生得越來越少，家中資源往往都集中在孩子身上，而爸媽的關注也如是。「直升機父母」是指那些過度關心、保護和控制子女生活的父母，他們像直升機一樣時刻盤旋在孩子頭上，監控孩子的一切，生怕孩子體驗挫折或吃苦，也有人把這些父母稱為「怪獸家長」。

很多兒童心理學家指出，父母過分保護子女，猶如包辦子女的學業、人際關係、生活瑣事等，事事代辦，過度干預其選擇，等於剝奪孩子的自主性與決定權，令孩子失去學習獨立解決問題的機會；最終會導致孩子太過依賴，日後欠缺適應社會的能力和正常的社交關係。

教育佳記者 黃知行整理

父母過分保護 毀孩子成長根基

3歲的莎莎在幼稚園讀低班，開學後一次上課期間，她望出課室窗外，看見媽媽正微笑望着她，她覺得好開心：媽媽陪着我上課呀！在3年的幼稚園生活，媽媽幾乎都陪伴着她。莎莎讀小學了，課室在二樓，媽媽無法陪伴她了，莎莎覺得害怕，用了兩個月時間才開始止住在課堂上的眼淚。

培養出欠缺獨立自主的孩子

莎莎上中學了，她不喜歡班上有幾個同學，覺得她們穿的衣服不乾淨，說話又大聲，媽媽聽了莎莎的投訴，立即打電話給班主任要求好好教導她們。

上大學的莎莎住在宿舍，媽媽不時都會到宿舍為她執拾房間，與莎莎住在同一房間的同學對此很不滿。莎莎放假時首次與同學到郊外露營，她的爸媽駕車到營地，帶了很多零食探望她和她的同學，不斷叮囑她們不要喝酒、不要太夜睡覺，逗留到晚上11時才離開。

莎莎大學畢業，任職公關公司，經常要外出工作，參與一些公關活動項目，爸媽不時會到場探望。在一個下雨天，莎莎的媽媽打電話到公司，要求公司不要讓莎莎在雨天出外工作，以免她淋雨病倒。莎莎被解僱了。她畢業數年輾轉換了幾份工作，不同公司的同事都不太喜歡她，上司對她的評語大約都是不懂與同事相處、缺乏解決困難的能力、未能承受壓力，未能獨立處理工作任務……

莎莎的父母竭盡所能，希望把最好的全都給她，對孩子有求必應，但專家指出，過度的保護和寵溺，對孩子也是一種可怕的傷害。莎莎的小學老師表示，只要稍微要求莎莎糾正一些言行、禮貌上的小偏差，莎莎就會以為是被罵而鬧情緒；只要生活上稍不合意，她就會哭鬧，覺得被世界虧待、認為都

► 父母的教養態度，是孩子健康成長的重要關鍵，過度保護與忽略不管都可能帶來負面影響。



教育子女要先懂得「斷捨離」

有專家借用日本整理家居的「斷捨離」概念，應用在家長教育孩子的方法上。就是對孩子「斷絕」不必要的幫助、「捨棄」過多的安排，並讓孩子「離開」過度依賴的心態，父母需要放下「不能沒有我」的執著，讓孩子能夠獨立成長。

當父母認識到孩子需要獨立空間，以及過度介入孩子生活的壞影響，便要為「放手」做好反思。

- 確認哪些是真正屬於孩子的，哪些是父母多餘的干預。
- 循序漸進地學習放手，逐漸減少過度的保護和控制，讓孩子在安全的環境下慢慢學習獨立。

專家指出，對孩子「放手」，絕非不管不顧，而是讓孩子學會獨立，讓孩子透過自身經驗學習和成長；並透過「放手」，尊重孩子，給予適當的自主權和空間，允許他們犯錯並從中學習，建立解決問題的能力，培養其自信心與自主性。

▼ 給予孩子探索這個世界的自由，可以讓孩子更茁壯地成長。

是別人的錯等。而長大後的莎莎在社交、工作能力上的缺失，與成長過程中父母不斷伸手干預脫不開關係。

專家提醒父母，要注意自己對孩子的關愛，不應變成過度保護。莎莎的父母因為太愛孩子而犯了以下錯誤：

- **完全包辦**：孩子從學習、社交到生活細節，父母都代為處理或過度干預，甚至替孩子決定未來、選擇課程或朋友，不給孩子學習獨立解決問題的機會。

- **不讓孩子體驗挫折**：擔心孩子遇到困難會吃苦或受挫，因此盡可能替孩子安排好一切。

- **設定不恰當的期望**：希望孩子能達到父母設定的目標，又或把自己的期望投射到孩子身上，讓孩子的人生變成自己的延伸，而不是讓孩子走自己的道路。

▼ 父母都希望對子女細心呵護，令子女快樂成長，但若變成了過分保護，就可能影響子女的成長。



總結：

父母的教養態度，是孩子健康成長的重要關鍵，過度保護與忽略不管都可能帶來負面影響。父母必須持有正確的價值觀，並在孩子成長過程中用愛澆灌其獨立負責態度與自信心，才能幫助孩子茁壯成長。就如莎莎的父母，若能早日發現過分保護孩子的害處，學懂放手，莎莎很可能會有很不一樣的人生，得到更大成就。