

星島日報健康專欄《保健至專》- 太愛孩子反成拖累

四歲的芬芬有發展遲緩問題，小手不靈活，她拿起匙羹吃飯，簡直是一件累事，故總是拖拖拉拉不肯吃飯。媽媽每次吃飯囉嗦她幾句後，總忍不住親手餵食。六歲的俊俊患有自閉症，剛升上小一的他不知道怎樣交朋友。媽媽因擔心他在小息時會孤單一人，故每天小息總會帶小食到學校探望俊俊。八歲的晴晴有專注力不足問題，媽媽怕她趕不及完成家課會被老師責罰，故偷偷幫她完成部分作業。

疼愛孩子乃父母的天性，父母無不希望孩子每天能快樂地成長，孩子遇上困難，總希望能幫上一把。餵一口飯、探望一下、計兩條算術，對家長來說又有多難呢？可是，家長們可知道這些「小工作」對孩子的成長，尤其是有先天發展障礙的孩子有多重要？

自行實習解難

對有發展障礙的孩子來說，在生活小事上遇到的困難可能比一般的孩子多，而這些「小事」正正是他們需要克服的難題。家長若不忍心見孩子因小事難過而幫上一把，那麼孩子就永遠沒有機會學習，更可能因知道父母會幫忙而逃避問題。結果隨□孩子長大，「小事」日積月累變成「大事」，孩子日後可能要付上更沉重的代價。

家長應如何幫助孩子？以下有些小貼士可供參考，首先要理解有發展障礙的孩子要面對的困難比一般人多，家長應多鼓勵孩子，培養他們以積極的態度面對困難，以提高孩子日後的「抗逆力」。另應提供適切的教導，讓孩子知道有甚麼方法可助處理有關難題，例如芬芬要學習如何正確拿碗、匙，俊俊要知道認識新朋友的技巧，晴晴要學會如何分配工作與休息的時間，讓孩子自己實習解難。

家長要明白，孩子接受挑戰時遇上挫折，感到不愉快是理所當然的。若認為挑戰在合理範圍內，不妨「忍心」一點讓孩子面對，忍一時之痛可換來孩子日後更長遠的得益。

青山醫院精神健康學院 臨□心理學家楊名殷

(轉載自星島日報 | 保健至專 2015-06-10)

四歲的芬芬有發展遲緩問題，小手不靈活，她拿起匙羹吃飯，簡直是一件累事，故總是拖拖拉拉不肯吃飯。媽媽每次吃飯囉嗦她幾句後，總忍不住親手餵食。六歲的俊俊患有自閉症，剛升上小一的他不知道怎樣交朋友。媽媽因擔心他在小息時會孤單一人，故每天小息總會帶小食到學校探望俊俊。八歲的晴晴有專注力不足問題，媽媽怕她趕不及完成家課會被老師責罰，故偷偷幫她完成部分作業。

疼愛孩子乃父母的天性，父母無不希望孩子每天能快樂地成長，孩子遇上困難，總希望能幫上一把。餵一口飯、探望一下、計兩條算術，對家長來說又有多難呢？可是，家長們可知道這些「小工作」對孩子的成長，尤其是有先天發展障礙的孩子有多重要？



自行實習解難

對有發展障礙的孩子來說，在生活小事上遇到的困難可能比一般的孩子多，而這些「小事」正正是他們需要克服的難題。家長若不忍心見孩子因小事難過而幫上一把，那麼孩子就永遠沒有機會學習，更可能因知道父母會幫忙而逃避問題。結果隨着孩子長大，「小事」日積月累變成「大事」，孩子日後可能要付上更沉重的代價。

家長應如何幫助孩子？以下有些小貼士可供參考，首先要理解有發展障礙的孩子要面對的困難比一般人多，家長應多鼓勵孩子，培養他們以積極的態度面對困難，以提高孩子日後的「抗逆力」。另應提供適切的教導，讓孩子知道有甚麼方法可處理有關難題，例如芬芬要學習如何正確拿碗、匙，俊俊要知道認識新朋友的技巧，晴晴要學會如何分配工作與休息的時間，讓孩子自己實習解難。

家長要明白，孩子接受挑戰時遇上挫折，感到不愉快是理所當然的。若認為挑戰在合理範圍內，不妨「忍心」一點讓孩子面對，忍一時之痛可換來孩子日後更長遠的得益。 整理：Kar

今日顧問：
青山醫院精神健康學院
臨床心理學家楊名殷

