

讓孩子獨立地生活

文：區志強



父母都會把自己認為是最好的給孩子，希望撫育孩子健康成長。“獨立”是孩子成長的一個重要標誌，為人父母者，應如何陪伴孩子成長呢？

與十五歲少年的一席話

因工作關係，我偶而會與青少年聚首交談。這次談到“獨立”的話題。

我：你覺得怎樣才算是“獨立”呢？

少年：應該是一個人不需要別人幫忙，而能夠做好自己要做的事！

我：你覺得自己獨立嗎？

少年：我好想自己有能力處理自己的事，而不用依靠別人！但又真的不容易！……正如我要做電腦project，遇有技術問題，沒辦法不找人來幫忙！

我：這是學習的功課，需要別人指點也算是理所當然！……會不會有些生活的事情是不用依靠別人的呢？

少年：唔……（想了一下）！與人相處的問題吧。譬如在班上要分小組做project！每個人都想與自己的朋友一組，但是許多時都出現一組人多，一組人少，弄到爭人入組，大家都不開心，許多時我就自動離開人多的一組轉入人少的一組那邊，免得大家不開心。

我：這樣嘛！你會不會覺得自己不開心，而且還有一種委屈的感覺呢？

少年：那就沒有怎樣！

我：你有否覺得自己在情緒處理方面的能力都不錯？

少年：OK吧！那算不算獨立呀？！

我：如果你經常遇到剛才的情況，而用這種方式處理完之後，又沒有一種委屈的感受，反而有處之泰然的感覺的話，即使不叫獨立，起碼在處理情緒的能力上都蠻成熟！你認為你身邊的同學獨立嗎？

少年：吓！這個問題嘛？！怎麼說？！

……不過，我覺得不是每個人都可以表現獨立的！

好像有個朋友叫阿聰，不曉得他是否缺乏信心，或過分遷就別人，每次要他發表意見時，就總會留意別人的反應，仿似生怕講錯話、得罪別人一樣。你說他算獨立嗎？

我：你的意思是說，那個阿聰常受到別人的影響，很難發表自己的個人意見，所以，你認為他沒有獨立思想？

少年：對呀！

我：說一下你的經驗吧！

少年：什麼？！

我：曾否試過自己想做一些事情而做不到，之後不曉得怎樣又做到了，曾有這種經驗嗎？

少年：有！兩年前的學校生活跟現在的相比，我的感覺就很不一樣！

我：有何不同？

少年：初一和初二上學期的時候，讀書就好像過眼雲烟般！沒辦法讀得進去！上課用盡心機都聽不懂，都不知道該怎麼辦！

我：那麼慘？！

少年：對呀！！還好到了初二上學期末，突然害怕起來！因為知道再不設法改變，將會留級，那很丟臉啊！於是下定決心！使勁溫習，狠下苦功！（一笑）終於能拼到升級！

我：好利害啊！其實那時與之前一年的讀書方式又有什麼不一樣？怎會突然有效呢？

少年：不曉得吖！可能因為知羞吧！……呀！不過，可能感覺到自己不是那麼差勁吧！因為有一科中國歷史，即使我成績最差的時候還有80多分，令我感到自己不是一個唸書不成的學生。而且，家人一直都說我一定會成功過關的，這樣我就嘗試跟它拼命囉！想不到，又讓我OK了！

我：哦！因為你感覺到自己有能力！而且家裏人又不斷地支持你，相信你……所以你就爬出了中學學習的低谷啦？！

少年：是吧！



我：其實在你“不知道該怎麼辦”那時開始，直到重獲信心和衝勁的那段期間，曾經發生了什麼事情？或者又有那些事件令你較有印象呢？

少年：說真的！那段時間其實真是心情反覆、信心顛覆得不得了！

我：怎麼說呢？

少年：大概由初一派發第一段成績表時起，讀書的自信心就好像溜滑梯一樣向下滑。花了好多時間溫習，腦袋就是空空的。每次測驗、考試，由戰戰兢兢，及至不再害怕（因為怕也沒有用！），偶而分數調升少許，即使仍不合格，都已很心安了！

我：家人的反應怎樣呢？

少年：阿媽！每次她都好像好平常那樣！知道我不合格，她就問我覺得怎樣？我說已盡力啦！她就說繼續努力吧！還與我共同探究其他有效的方法，讓我可以加把勁！偶然合格她就興高彩烈地與我分享這次成功的經驗。

我：她看事情很正面呀！有獎品給你嗎？

少年：有！她知道我很喜歡食氹仔大菜糕，她都會特別走出去買回來與我慶祝。不過，當我情緒低落無信心溫書的時候，她也會特別買給我食！說“加油”！

我：也就是說，做得好有獎；正在努力地去做時，亦都有鼓勵啦！

少年：對呀！就是這樣！

我：回想一下整個奮鬥過程，你是否經常體會到：信心、失望、努力、挫敗、成功……等等反反覆覆的心情和情緒呢？

少年：對！就是這樣！不過，到了後段時間，信心、努力同成功的出現機會就比較多，自己的信心就愈來愈強了！

初三那年，我的成績已穩定，我曾經問媽媽：其實現在想起初一那時溫習，你問我溫習好了沒有，我答你溫好是騙你的，你會生我的氣嗎？

我：媽媽怎樣答你？

少年：她說學習是靠我自己，生活亦都是靠自己的啊！所以，她只是努力地支持我做好我應該做的事。至於是否被我騙了，她現在已不在乎了！

我：你自己又有何想法？

少年：我覺得經過這幾年在學習生活上的反覆經歷，讓我體會到改變需要時間，而且，成功不是一做便行，必須努力地克服不斷出現的困難和挫折，人才會慢慢掌握成功的方法。

我：你媽媽給你的感覺是什麼？

少年：安全！以及支持！

我：若果將現在的你跟初一時代的你比較，你覺得自己獨立嗎？

少年：相對那時，我就是獨立了！但是，我相信仍要繼續努力學習，如何在人生各方面懂得獨立地生活。



培養孩子獨立性的四件事

與這位少年的交談，令我領悟了培養孩子獨立性的四件事：

①“獨立”是一種生活能力，是人們在人生不同階段中，學習如何能不需要依賴別人而處理生活事務的能力。

大致上，年齡愈幼小愈傾向生理層面，如嬰兒的獨立能力是呼吸、排泄等，反之，隨着年歲增長，就愈傾向認知、情感以及社交層面，如知識的學習，情緒的管理以及人際關係等等。所以，獨立是一種多元化的生活能力。孩子的獨立性並非只是讀書和成績啊！

②獨立能力的培養是一條伴隨人生旅程的雙行線，只有開始而沒有結束，也需要旁人的協助和扶持，對於孩童和青少年更是如此。

一般來說，父母是子女學習成長過程中的“重要他人”，父母所持有的正確態度尤為重要。正面的思維、積極的觀念能導引家長擁有耐性和愛心來陪伴子女度過成長過程中的困境，共同尋覓提升生活能力之道。正如該少年的母親，用了兩年的時光，抱持樂觀信念，持續不懈地支持和鼓勵少年面對困境，終有所成。當我們分享他們的歡愉時，別忘了領悟那母子倆過去兩年間在經歷失望、擔憂、無奈的時刻裏，仍竭力地尋求向上的毅力和奮進之心。



③獨立能力的最佳培養方式，是讓孩子從生活困境中孕育出來的一種發自內心的改變動力。

該名少年及其母親沒有想到什麼獨立能力的問題，祇是專心一致地積極迎接少年學習生活上一波接一波的挑戰，耐心、堅韌地尋找提升少年學習能力的方法，從中加強少年的自信心，啟動他的奮鬥心。從該少年的案例中可以觀察得到，學業成就並非他努力的目標。反之，令他體會到認識自己的狀況，克服弱點，提升生活能力，才是成長的最大價值，更是其母培育兒子的最終目標。



④ 擺脫世俗的眼光，更能讓孩子獲得培育獨立能力的環境。

表面上的成就，如分數、名次等等；行為上的陋習，如遲到、不專心等等；人際交往上的衝突，如欺騙、抱怨、責備等等，許多時會令家長和子女間出現大大小小的不和諧與衝突。常使我們疏忽了事件背後隱藏着的意義。正如該少年的母親若執著於兒子的欺騙而加以責備時，她就無法體會到兒子坦率溝通的勇氣，也會錯失讓兒子明白母親對他的恆久信任和支持的機會，更難以令兒子領悟做人要對自己的行為負全責的真道理。或許，作為家長並不容易針對子女的種種表現，皆能觀察入微和予以正確的理解。如遇到此類困境、疑惑，建議家長們應向專業人員，如教師、社工、輔導員等尋求協助，藉以增加對子女的了解，提升自己培育子女的能力。

總而言之，培育孩子的獨立性並沒有簡單的方程式，更沒有萬靈丹。然而，作為一個負責任的父母，若願為扶植下一代來作出奉獻的話，那就讓我們一同學習。如何設法讓子女能更有自信地生活，將是很重要的一堂課！



（作者：教育暨青年局青年廳 職務主管）

