



## 4 大教養迷思，挑戰超完美父母

作者：林玉珮

天下父母心，為人父母總希望孩子有能力贏得未來，

卻往往因為教養思維或態度上的迷思，反而壓抑或妨害孩子發展挫折忍受力。

以下是許多父母教養子女時難以穿越的主要迷思：

### ★教養迷思一：「我就是這樣長大的」

許多父母常抱怨孩子，「怎麼這麼浪費、不惜福？」「孩子怎麼這麼不能吃苦？」然而此一時彼一時，研究指出，當父母愈執著於過去的經驗，愈難以同理心來教養孩子，愈容易重蹈自己成長經驗的覆轍。

華視總經理李遠（小野）坦承，自己考高中考的奇差無比，他父親看到成績單跪下來哭，「我被他的反應嚇到了」。他父親那套「高期待」教養方式帶給子女長期的焦慮和不安，等他有了孩子以後雖開始懷疑卻仍不免對兒子有要求。兒子在小四時曾形容李遠看他的眼神很可怕——「眼神很荒涼」。

但李遠在兒子進入青少年期後，父子關係有如「哥兒們」，這轉折緣故很多，「反省」是其中影響關鍵，就像兒子形容他「是一個會反省的父親」，「這是兒子給我的最大讚美。」不斷的反省加上不斷的自我調整，李遠終能超越上一代的「教子有方」，發展出不同的教養腳本。

### ★教養迷思二：「不要給孩子太多的愛，會把孩子寵壞」

雷同的迷思如「不能花太多時間陪孩子，孩子會軟弱依賴」、「不要太滿足孩子的需求，孩子會需索無度」「不能太尊重孩子，孩子會目無尊長」「不要讓孩子凡事作主，孩子會自私自利」。事實上，正好相反，當小孩自覺被愛、被尊重，才更容易接受父母的約束，發展同情心，並且願意承擔責任。

「父母絕對不可能用過多的愛寵壞孩子，」美國天普大學心理學教授史坦堡博士非常肯定，因為有太多以親子關係為主題的研究發現，「那些調適最好的孩子，總是擁有最豐厚的父母之愛」。不是愛得太多，而是缺乏有效的管教，才會寵壞孩子。

### ★教養迷思三：「我這樣做，是為孩子好」

最常見的情況是，父母把孩子送到才藝班、送進補習班，把孩子的時間幾乎填得滿滿，理由是「為了增加孩子未來的競爭力」。

父母做這些是為孩子好，還是安自己的心？曾有一位小二的孩子告訴心理醫師陳質采，「我就像籠中鳥，每天從一個籠子被換到另一個籠子。」陳質采問，這樣真的是為孩子好嗎？陽明大學神經科學研究所教授洪蘭一語中的：「想學，沒環境會偷著學；不想學，請到李遠哲來教化學也沒用。」

處心積慮為孩子未雨綢繆布局人生的父母，應該警覺，自己可能變成「直升機父母」，隨時盤旋在孩子的左右，過度保護和介入，就像正在雕刻一尊完美的孩子雕像而不是真正的孩子。

### ★父母迷思四：「親子相處的時間重質不重量」

親職作家游乾桂形容品質不好的親子相處時間，就像在做「噩夢」，但不只要有品質還要有時間，時間投入愈長，愈有益建立親子親密關係，就像為親子情感帳戶增加存款。

如果父母和孩子相處的時間非常有限，對於孩子在乎的場合，如生日、表演、比賽，或孩子需要有人談一談的時候，父母因故缺席或要等到有空再回來陪孩子，對親子相處的品質一定會打折扣。

父母的陪伴很重要，而且愈小的孩子愈是需要。日本有研究發現，青少年犯罪在幼兒3歲之前決定。這聽起來很駭人聽聞，然而根據板橋地院少年保護官盧蘇偉的研究觀察，孩子在6歲之前與父母的關係，和孩子未來會不會藥物成癮，或會不會成為一個負責的人，以及未來會不會失去人生的方向等都有相關，「安全的依附經驗，是無法等到父母有空了再回來陪伴，」他提醒。

引用：<http://www.parenting.com.tw/article/article.action?id=5045379&page=3>