

以孩子的底線來欣賞孩子的進步



撰文：輔導心理學家 莫黛琳

有一位 3 歲小女孩，剛接受遊戲治療時，她媽媽說女孩每天在家因大大小小的事情，起碼要發 3 至 4 次脾氣，每次半小時以上。過了 3 個多月的遊戲治療後，她大哭的頻密度已減少至 1 至 2 個星期一次，有時候 3 個星期才發生一次。但這位母親依然覺得很困擾，因為在她的朋友圈子裡面，孩子們一般哭 5 到 10 分鐘便能夠平復下來。而這位女兒，她每次大哭依然要花上起碼半個小時才能夠慢慢轉化。

又有一位同齡的內向小男孩，剛開始接受遊戲治療時，他連續 4 次在遊戲室內只碰他熟悉的玩具車，在他覺得安全的小小範圍裡面，小心翼翼地觀察這個陌生的環境和我這一位陌生的姨姨。過了幾個月後，他父親說他在公園裡開始願意嘗試自己玩滑梯，也願意自己參與一些興趣班，不需要父母陪同。但是，父母依然很擔心他的社交能力，因為覺得「他和別的孩子不一樣」。小男孩每一次參加團體活動，仍舊是睜大着雙眼，站在人群的一角，靜靜地看著別人活動，自己並不參與。



沒錯，如果與別人比較，我們很容易見到自己孩子的不足。看到孩子進步，希望他們能夠更上一層樓，是人之常情，父母的心懷。然而，請不要忘記，每一個孩子都是獨特的，他們的底線是不同的。當我們量度孩子有沒有進步時，如果我們用別人的尺「一刀切」，我們可能很難看見孩子的進步，鼓勵他們繼續前進，而只著眼於他們還沒有做到的。

對於一個性情比較敏感，容易遇到挫折發脾氣，比較難適應轉變帶來衝擊的孩子而言，她可能依然需要半個小時來表達她的不如意。可是當她開始有能力，增強自己面對不如意時的抗逆力，減少哭的頻密度，已經是進步。在她下一次大哭以前，她可能已經用盡了她的能量來適應生活中轉變的節奏，抗衡各種不如意。她需要的，是父母體諒她片刻的軟弱。她可能不會像那些適應力強的孩子，那麼輕鬆容易來面對生活。但是，有父母愛的體諒、明白和接納，她會慢慢發展出抗逆和適應能力，使自己變得輕鬆一點。



對於內向和警覺性高的孩子而言，外界的各種刺激可能會超過他們的心力負荷。他們需要在他們認為適當的時候抽離自己，退回安全舒適區，慢慢觀察環境，以求保持自己的完整和安全感。他可能永遠不會像那些外向的孩子般擁有無限的精力，在大部分環境中都能夠即時投入，在人群中揮灑自如。父母不需要過分保護孩子，讓他們一直停留在舒適區。但是，父母的接納和陪伴，能夠一步一步地幫助他們擴展自己的世界。相信他們與生俱來的好奇心能夠幫助他們，找到適合自己的方式進入這個世界。他不是沒有興趣社交，只是還沒有找到適合他的方法。

人本主義心理學相信，人的本能是希望自己能夠成長，變得成熟的。孩子每一天都在進步。不論快慢，他們都在進步。問題是，我們能夠純粹站在孩子的角度，慢慢等待，以他們的本質、性情和底線來欣賞他們在成長過程中，散發出來的獨特生命氣息嗎？