



www.shutterstock.com · 1936804654

<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/happy-asian-family-garden-they-having-1936804654>

撰文：GLP 全力愛創辦人兼義務總幹事  
林何佩儀

孩子從孩童到成年，獨立不是一夕之間發生。從搖籃到出社會，這段人生旅程是由無數小步走出來的，而孩子成長過程中的每一小步，都是父母學習放手的機會。

因為我們無法陪伴孩子一輩子，照顧他到老，所以身為父母，要懂得適時的放手。放手是為了幫助孩子成長，讓他成為一個獨立自主的人，並且能夠為自己負責，這樣的愛才深具意義。

## 怎樣放手

### 1. 愛與紀律並行

許多父母想要和孩子做朋友，但尊重並不是放任。筆者認為，做孩子的朋友，是想和孩子分享、溝通彼此更多的內心世界，但不是沒大沒小，孩子仍需要父母的引導。與其苦惱如何當孩子的朋友，不如好好思考與學習如何成為孩子的教練和精神支柱。所以，傾聽孩子的聲音，觀察他們的行為，是教育孩子自我規範的第一步。父母學會傾聽孩子，將有助於了解孩子的潛能、興趣與熱情所在，也才能給予孩子需要的協助與支持，就能放手。



www.shutterstock.com · 1428365297

<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/happy-mother-talking-little-girl-home-1428365297>

## 2. 給孩子機會處理事情，從錯誤中學習

許多父母似乎忘了，哭泣的嬰兒最終要學會沒有人抱著而入睡，也忘了當年看到幼兒在沒有人的扶持而踏出第一步的狂喜和感動。當孩子面對衝突、問題或做錯時，父母不要急著代言、出手或善後。千萬不要剝奪孩子從錯誤、失敗中學習的機會，因為孩子可以從中學習到為自己主張以及解決問題的能力，以及為自己的選擇或行為的後果負起責任。放手的過程中，你要允許孩子嘗試錯誤，並接受失敗。



www.shutterstock.com · 2131670433

<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/asian-parent-seated-on-floor-home-2131670433>

### 3. 延遲滿足孩子的需求

我們要放掉一種迷思，不是孩子想要的東西，做父母的都要滿足。在設定界限中，延遲滿足很重要，我們要區分孩子的「想要」和「需要」。孩子要求某樣東西時，不要有求必應，你可以等到他生日時送他，或鼓勵他自己存錢買。西方很多父母，都會鼓勵孩子去幫鄰居鋤草賺取零用錢，來購買自己想要的東西，因為透過自己努力，辛苦得來的東西，他們會比較懂得珍惜。

放手除了幫助孩子成長，讓他對自己該負的責任有感覺之外，還有一個更崇高的價值，就是化小愛為大愛。父母要學習放手，祝福孩子去追求他的人生。當你開始放手時，你會發現，原來生命有無限寬廣的空間。