

如何讓孩子學習自理？



www.shutterstock.com · 2182915143

<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/asian-cute-primary-school-girls-packing-2182915143>

資料來源：家庭發展基金總幹事羅乃萱

大家可能都發現，在現時的社會上一代的小朋友都長大成人了，他們已踏進社會工作，但好像很多事情都有爸爸媽媽，參與在當中。這令我追溯自己的小時候，會否一路走來媽媽照顧我們的角色都是呵護備至？每樣事情都照顧得頭頭是道，讓小朋友只需要專注讀書和學業就可以？

其實這對小朋友的成長絕對不是一個健康的現象，但是我也明白媽媽覺得小朋友甚麼都不用管，媽媽甚麼都幫你處理好，為他移除任何的逆境、困難，建立保護區，叫他只專注好好讀書。但是好好讀書不等於懂得好好做人，兩樣事情都要平衡的。

懂得做人可能他們會覺得很深奧，如果收窄範圍來說，也就是自理能力。家長要懂得放手，讓孩子學習自理，就是他自己懂得做的事情，都盡量讓他自己做。譬如他自己懂得整理書包，怎樣放東西進去。當然你要先教他，再讓他整理。

這種自理能力也是一種生存技能，由最初的綁鞋帶和整理書包，到長大一點整理自己的書架和書桌，後來申請入大學，全部都是些很基本的生存技能。以整理書包為例，甚麼叫整理書包呢？第一，他要懂得寫手冊。他最初寫得不齊全，可以問同學，媽媽可以主動一點，找不同家長聊天，大家對照一下手冊。



www.shutterstock.com · 1720118539

<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/asian-little-kid-studying-table-1720118539>

第二，檢查他有否近視，因為很多小孩抄得不齊全是因為眼睛有問題。第三，除了手冊寫得齊全之外，就是對照著時間表怎樣去整理。在前一天媽媽可以自己示範一下，媽媽可以整理一次。第二天就叫他：「你把常識書找出來。」慢慢地他懂得整理，媽媽可以讚揚他，甚至有些父母很喜歡用那些獎勵表格，你今天有整理書包給一個印章，讓他有一些成就感，當他懂得整理書包，他就懂得把東西分類。

很多時候可能爸爸媽媽無論是生活忙碌，抑或自己工作壓力大，或者心情未必時刻都保持愉悅「唉別弄了，我幫你做算了。」偶一為之也是沒有辦法，我們都會失手，都會累的。但是如果真是代他做功課會有一個危機，因為這是不誠實，又沒有讓他學習到，因為學習一定要經過錯誤才會記得。但是我記得有一次有位媽媽跟我說，她的女兒要寫字歪歪斜斜的，於是媽媽不停擦走，擦得整張紙爛掉。



www.shutterstock.com · 1525329908

<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/portrait-unhappy-mother-while-teaching-her-1525329908>

我說：「教小一孩子你可以用一些創意的方法，我喜歡跟她說每個字都有自己的家，它的家就是在方格裡面，那些字喜歡回到家裡，你就幫它安穩地放在家。」家長要有耐性，慢慢地等他進步。每個小朋友都有自己既定的成長步伐，希望父母能尊重他們的成長節奏，尊重他們的步伐。其實他們一邊學習，我們也在一邊學習，那就大家一起可以進步。