

愛孩子也要多愛自己

文／黃心怡(諮商心理師)

最新有關華人地區家庭關係研究報告出爐，研究表示，這一代的父母，將是最後一個會孝順父母的世代，卻也是未來第一個即將被子女拋棄的新世代。

面對「少子化」的情形，每個孩子都是父母的心肝寶貝，不論食、衣、住、行，甚至心理和情緒壓力都被照顧得很好。然而，這些被照料得很精緻的孩子，「長大」卻成了他們的難題。

別把孩子教成自私鬼

在這個「慢熟」的氛圍中，延長了父母對子女「忍不下心」、「捨不得」的關愛，這是一種很特殊的親子互動，父母放不下孩子受苦，孩子也不願面臨成長的學習和社會壓力，繼續配合著父母的安排、照顧，漸漸地，長不大的孩子，變成了父母的甜蜜負擔。而長得大的孩子，便自我展翅高飛，因為父母早已提醒他：「找到自己的興趣，好好發展，爸爸和媽媽會把自己照顧好，未來不會成為你的負擔！」

新世代的孩子，往往被教育得很明白自己的需要，更清楚自己的權益，這也是上一輩很感歎的部分：「他們很自私，把自己顧好就好，從未想到我們這些做父母的需要……」、「我孩子還要我們需要什麼自己要講清楚，他不可能花力氣去猜想我們要什麼？而且即便講出來了，並不代表他一定能實現，因為他還要看自己的狀況來評量、決定……」

這些例子，不禁令人反思，無條件的愛，只為教養出這種本位主義很強的孩子嗎？或者我們可以在養育過程中，適時地教育孩子參與家務，偶爾也可以拒絕他的要求，在互動的關係中，教育他知所進退呢？



教養盡心量力就好

這些日子，在實務經驗中，的確發現類似情形：父母苦口婆心地勸孩子要好好上課、努力一些……怎奈青少年總顯得消極被動、事不關己、不願努力，好似他們這世代對於什麼叫做「吃苦」和「勉強自己」完全陌生。欠缺匱乏的生活經驗，使得他們對自己的未來，僅抱持著小確幸的幸福即可，並不想與自己的父母一樣「打拚事業」、「辛苦過日子」。

也許這個未來趨勢，提醒了我們，除了愛孩子之外，也得有能力多愛自己。在小心翼翼關照孩子的需要之餘，先得提高自我覺知，關照自己是否太委屈與太過勉強？凡事只求盡心、量力就好，讓孩子看到父母的限制與不能。畢竟，有機會接受父母真實而不完美的缺憾，孩子才有能力發掘自己的責任與能力，面對等著他去開創的未來挑戰！

