



孩子脫序表現 須理解行為根源

文 / 柯書林 (臨床心理師) 圖 / 達志影像



明明知道該去上課，但就是出不了門。即使媽媽好說歹說，

心理晤談，目標是避免二度輟學。

完成學業而一度輟學。這次來電機系到了四年級，卻因無法

「二十五」。原來，他念頂大

新鮮人吧，但資料表上卻填寫

為是高中生，了不起就是大學

初見有稚嫩外表的阿彥，以

為這次談話做小結。

回晤談的尾聲，心理師會試著

不做任何事也沒關係。」在每

個地方，做什麼事都好，就算

持出門走走。只要是去外面某

標，就是無論天氣好壞，都堅

「我們第一個合作努力的目

然自由放飛，讓生活陷入

主的技能，甚至還因為突

一夕之間順利解鎖獨立自

打磨的阿彥，不但無法在

換言之，少了自我約束

盯作息所賜。

藉自律得來，而是拜爸媽緊

念書和建立早睡的習慣，並非憑

自此被打亂！原來，過往能好好

然而，阿彥沒料到整個人生竟

問題，畢竟自由價更高！

打掃，衣服須自己清洗，都不是

「密室逃脫」，即使房間要自己

規矩真的很多，能獲此良機來個

開心無比，因為一直以來家裡的

節省通勤時間全力拚課業。阿彥

校附近為阿彥租了學生套房，好

媽在臨開學前直接宣布，還在學

「你長大了，該獨立了！」爸

故事得從學測放榜那時講起。

自律養成

父母扮演核心角色

連滾帶爬呢？

游刃有餘呀！怎麼會把自己弄得

大電機系，根本應該匆匆容容，

利考上第一志願，緊接又是頂

的人生：國中數理資優班，順順

聽網路夯曲，似乎就在描寫阿彥

「你哭什麼哭？沒出息！」乍

狀況仍沒改善。

主動聯絡曉以大義，阿彥的出席

，爸爸威脅利誘，連學校教授也

徵文 爸媽來PK

可以說話不算話嗎？

不算話，自

制力變差，

爸媽會如

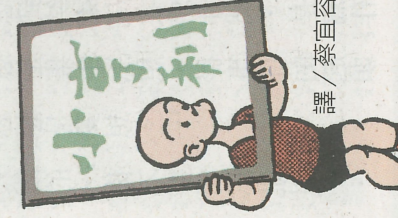
引導呢？請爸媽分享親身

經驗，提供大家參考。文

長三百字，1月20日截稿

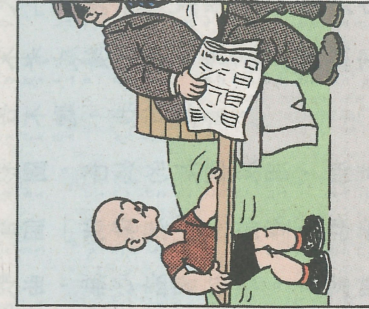
。主旨請寫「可以說話不

算話嗎？」



譯 / 蔡宜蓉

- ① 一切都是為了讀報。
- ② 真的，因為我不能一天不讀報。
- ③ 喂？美麗來了！
- ④ 那就看我要帥讀報！



理解行為

重新設定生活目標

類似阿彥的孩子，只是因為無

法維持課業上的好成績，而一時

失去人生目標。其實人生路迢迢

，脫軌在所難免，通常父母只須

理解孩子不是故意自暴自棄，並

且陪孩子重新設定可以落實的生

活目標即可，不過半年左右，孩

子就會回歸生活常軌。

馬好言相勸，已經六神無主的阿

彥始終緘默。

門上學，當然不能接受。但無論

本應独立自主的阿彥竟多日未出

惡化成日夜混亂……待爸媽發現

食不規律開始，半年不到，已經

上也不知能找誰講話；從三餐進

沒機會和同學混熟，即使到了班

到半夜三點還沒入眠，缺課多得

下後，不過想滑一下手機，竟然

就變成與網友連線打怪；上床躺

上網查資料交作業沒幾分鐘，

無規則可循的窘境。