

更換照顧者



●設計: Clara

香港家庭其中一個特色，是母親不能全職照顧自己的嬰/幼兒，必須請不同的照顧者(如外籍傭工或親人)代替自己照料孩子。幼兒在發展早期以感覺為主，安定而熟悉的生活模式，是他們安全感的主要來源。因此在這期間，生活中若有任何改變，都容易令幼兒不安，甚或令他們產生焦慮情緒。

我遇過一位4歲的男孩成成，他是家中獨子，父母均需外出工作，生活起居都由外傭照顧。照顧他的外傭完成兩年合約後回國，爸爸媽媽為怕兒子不適應，也在工人離開後專程請假，陪伴他一起適應新到任工人。過了一星期，當爸爸媽媽回復正常上班生活不久，成成因發燒而要入院留醫，在留醫期間，他性情大變，不斷出現失控情緒，大叫、大哭和不停大罵家人。父母一時之間，不明所以，亦不知如何是好。其實成成之所以性情大變，主要因為未完全適應舊工人離開的事實，亦沒有渠道抒發這種情緒；爸媽在家的日子，仍有某程度的安全感，但一旦入院，走入陌生的環境，隱藏在內心的驚慌便一下子爆發出來。

如果家長們未來也要為孩子更換照顧者，請特別留意以下幾項：

1. 開始聘請外傭時，父母要清楚傳遞給幼兒「外傭只是暫代父母的照顧者，她不是親人」，讓他知道除了至愛的父母之外，人人都會離開。
2. 給孩子知道所有關於孩子的日常事務，都是由父母負責安排，外傭只是照爸媽的吩咐而行。
3. 外傭離開時，必須安排幼兒目送離開過程及說「Bye Bye」。
4. 按幼兒的理解能力及情緒反應，循序漸進轉變照顧模式，接受孩子會有不安情緒，如進食和睡眠的習慣也會有變化。
5. 更換新工人時，父母可把握機會提升孩子的自理能力，如跟孩子說明「她不知道玩具安放的位置，你要自己放好。」「新工人也不會餵你吃飯，你要自己吃完」等等。
6. 切勿對過去的照顧者作太多的負面評價，這樣只會令孩子難過，因孩子本性重視和信任每一位家中的人。
7. 切忌要求幼兒立刻接受新工人，並要求孩子當新工人和舊工人一樣。

像成成個案，若孩子已經感受到更換照顧者帶來的不安，父母無需立刻作出大轉變，父或母初期可以請假陪伴他，同時也讓新工人開始進入孩子的生活作息中。

當爸媽在家陪伴孩子時，可跟孩子開始一些爸/媽特別約會(mama special和papa special)如：跟媽媽做甜品和跟爸爸砌模型；上班前，可跟他作出一些約會承諾，約定放工回來或假期一起做的事。

爸媽也可鼓勵孩子作畫「畫日記」，記錄一些想爸媽知道的事。

四歲是孩子可以學習自理的好時機，父母可藉轉換工人訓練小朋友的自理能力。外出時，可吩咐孩子做一些任務，如帶新工人到熟識的超市，增加他們的溝通之外，亦能建立孩子的信心。



劉琮玉

朗研社嬰幼兒教室創辦人
專業幼兒輔導工作者

