

孩子過分依戀物品怎麼辦？



撰文：協康會教育心理學家團隊

一個朋友五歲的女兒，自兩歲開始，便出現「戀物」現象，無論幹甚麼都要抱著那個又殘又舊的玩具熊，幾乎整天不離手。舊玩具熊是她最重要的東西，不論到那裡，必須得把它緊緊抱在懷中。如果發現它不在身邊，就會煩躁不安、哭鬧不休。不久前，母親以衛生為由，將女兒的玩具熊扔掉，結果她哭了整整一天。

從心理學的角度來看，兒童依戀某件物件是心理發育過程的一個階段，絕大多數發生在六個月大至三歲，並在約兩歲開始達到高峰期。從兒童心理學解釋，那些舊物件、舊玩具是幼兒心理安全感的依靠。幼兒依戀物件的情形因人而異，有些幼兒的「戀情」短，有些則持續至上小學階段。幼兒會可能因突發事件或環境改變，催化幼兒焦慮的狀態，如生活環境突然轉變、遭受外界暴力對待、與親人分離等，這時幼兒就更需要以他熟悉的物件作伴作依靠了。



舉行「告別戀物」儀式

教育心理學家認為，既然孩子對物件的過分依戀是由缺乏安全感引起的，若要解決此問題，就應從增加孩子的安全感入手。

一般在由三歲起導引幼兒戒掉依戀對象的習慣為最佳時機，因幼兒已有足夠的獨立能力。而家長與幼稚園老師以語言表達關愛與及時擁抱也有助舒緩幼兒不安的情緒。

另一方面，父母可為幼兒所依戀的對象舉行「告別」儀式，如「手帕告別式」，就是請幼兒用口述或畫圖方式，跟手帕真正說再見。一起把手帕收起來、埋起來，「切斷」所有會讓幼兒思念的可能性，但同時讓幼兒知道父母會好好放置有關物件，待他成長後取出來作回憶。

此外，不少兒童會對小棉被、小抱枕、絨布熊、慣用的浴巾等物品「上癮」。父母在選購這些幼兒用品時，需有意識地準備其他的物件替代，讓孩子無法對其中某樣東西「專情」。如果開始就準備兩三張小棉被、或是一個絨布熊家庭，包括絨布熊爺爺奶奶、爸爸媽媽、叔叔嬸嬸、小絨布熊和它的表兄弟姊妹等，讓孩子交替選擇，他們就不會容易對某件東西投入太多感情。

多作「無條件的擁抱」

父母平時應該多擁抱孩子，多拍撫孩子的背部和頭頂。這種無條件的擁抱能給孩子暗示「我在你身邊、我愛你、別怕，有我呢！失敗了不要緊、你很安全！」等意思，經常與父母擁抱的孩子，絕不會將小棉被或玩具熊當作他的「精神守護物」。