

# 誰調換了我的工人姐姐？

有些孩子因為父母外出工作，自小已交由工人姐姐照顧，她們在幼主的成長過程當中擔任着重要的角色。日子久了，相互之間的連繫漸漸建立，孩子也產生了不同程度的情感依附（attachment）。不過她們卻不會一輩子在同一家庭工作，並會因着種種原因需要離開或被撤換。

每次面見一個新的兒童輔導個案，心理學家除了詳細訪問父母有關孩子年幼時的發展階梯，更會問及有關孩子被照顧的情況。其中令筆者注意到的，就是前段所談及傭工離開或被撤換的問題。在此希望簡單談及轉換傭工如何影響孩子將來的情感發展和安全感，以及建議一些紓解孩子分離焦慮（separation anxiety）的可行方法。

## 嚴逼接受 易令孩子焦慮

小程今年9歲，母親說她事事畏手畏尾，膽小如鼠，有時更會因為不能適應新環境而大聲哭泣，父母也拿她沒辦法。細問之下，原來小程自出生至兩歲多皆由同一名家庭傭工照顧，她們關係融洽，小程當時性格外向，容易發笑。惟傭工需突然離職，往後兩年分別聘用超過3名傭工，差不多每4至9個月便撤換一次。母親補充說每次均嚴陣以待，更不能自控地在孩子目擊下與傭工大吵大鬧。

透過了解小程年幼時與照顧者的依附關係，心理學家發現父母從沒向小程解釋任何分離的原因，或作出適當的安撫和情感支援。他們大多在不快、突然及孩子不知情下讓工人姐姐「消失」，且認為孩子會自然適應。入讀小學後，她仍容易對陌生環境感到焦慮，父母對此以嚴厲態度迫使其接受。在心理學家指引下，父母明白威迫的方法不奏效，反而他們醒覺一直沒有向小程解釋各項社交場景的應對方法，以至她經常處於疑惑和緊張當中。

## 在孩子前 避免與傭工吵鬧

以上個案只是冰山一角，很多時候父母均忽略家庭傭工對年幼孩子身心成長的影響，孩子面對照顧者經常轉換，容易缺乏安全感。故此，我們可留意以下幾點，及早減輕在轉換家庭傭工時對孩子心理的負面影響：

- 一、避免在孩子面前和傭工吵鬧；
- 二、預早減少孩子與傭工的緊密相處時間，盡可能由家人陪伴，例如進食、入睡、洗澡等；
- 三、給有一定理解能力的孩子作事前預告和心理預備；
- 四、好好練習說再見；
- 五、主動關心孩子對事件的感受。

最理想是父母親自照顧孩子，不用假手於人。當需要聘請傭工協助時，好應互相尊重，即使被迫作另聘，最好先評估孩子對工人姐姐的依附程度，了解其情緒及適應，好讓他們在有足夠安全感下順利過渡。👉

### 郭倩衡

輔導心理學家，現從事心理輔導及評估等工作，擅長處理兒童、青年及特殊學習需要學童之個案。