

## 一個令人心痛的例子

筆者有一個患上產後抑鬱的媽媽。那媽媽以前是一位售貨員，但產子後就沒有工作。丈夫是一位推銷員，常常早出晚歸，不是工作就是去應酬。她跟丈夫感情日漸轉差。她自己性格一直很內向，沒有甚麼朋友。BB 出世後，她情緒很壞，動不動就哭，又容易煩躁不安。有一段時間，她甚至有把 BB 送到保良局去的念頭。

經過一段時間的診治後，她情緒和脾氣都有改善，只是她對 BB 和家務都提不起勁。每天，她都是抱著 BB 對著電視的螢光幕消磨時間。兩年過去，BB 說不到 10 個單字，語言和社交發展緩慢，兒科醫生要跟 BB 進行發展評估。我想，她育兒的方式是其中一個很關鍵性的原因。

### 「愛」是腦部發育的重要養分

嬰幼兒的腦部發育，BB 腦部的可塑性很高，很受早期的環境和經驗影響，而影響可以延至一生。其中，父母和孩子的情感聯繫是十分重要的。以我來說，在 0-1 歲之間，寶寶對於以下三項是不會嫌多的：

1. 父母和親友的愛：愛是包括對孩子有同理心、保持敏感度和尊重。
2. 多陪寶寶溝通：溝通的首要是持開放態度去聆聽、說話和彼此調適。
3. 父母放鬆地享受、欣賞和稱讚寶寶，而不是只顧他的認知能力，和處處拿他和別的 BB 比較。

香港精神科醫學院

苗延瓊醫生

原文刊載於星島日報 09/08/2011