

## 哈佛研究：做家务的孩子更幸福！

摘自：媽媽寶寶

現在的小孩，不只從小被爸媽無微不至地照顧著，而且更是阿公阿嬤捧在手心長大的金孫。尤其進入學習階段之後，不少家長與長輩更是一致認為，做家务是大人的事，孩子專心學習就可以。其實，一旦家長總是甚麼都幫孩子做好好，無形中也是斷送孩子成長學習的機會呢！但是，小孩不做家事與小孩做家务，哪一個選項更好呢？

### 哈佛研究：做家务的孩子更幸福

不過，因為疼惜孩子的關係，確實有不少的家長捨不得孩子動手，甚至覺得做家务隱藏一定的危險。不過，從研究結果可以發現，在孩子的成長過程中，家事勞動對孩子動作肢體、認知能力的發展，以及責任感的培養，都有著極大的影響。

### 做家务的孩子，7大好處

#### 孩子做家务好處 1：增強學習力

其實，做家务可以鍛鍊不少能力，包括手眼協調力等動作技能都更優越！同時藉由和父母、手足進行家務工作的分配，孩子可從中習得如何與他人溝通與協調，並進行團體合作。

#### 孩子做家务好處 2：培養自信心

研究甚至發現，愛做家务的人比起一般人，更能擁有幸福感，也活得比較久，甚至於智商也比較高！從小培養孩子做家务，讓他未來成為具備同理心，正面思考的大人吧！

#### 孩子做家务好處 6：提升歸屬感

我們對「家的認同感」其實是會透過家事而形成。包括爸媽在家煮飯、做菜給家人吃的記憶，或者帶著孩子一起買菜、挑菜、下廚的互動，都是孩子長大不可磨滅的回憶啊

#### 孩子做家务好處 7：增加應變力

家事講求做事的步驟和邏輯，比如玩具歸位、收拾繪本等，在做家事的過程中，除了學習做事的步驟，同時也是學習應變能力，這些都有助於增進孩子解決問題的能力。

今天開始，就開始指派給小幫手任務吧，妳會發現他們其實很喜歡幫忙喔！