



愛的語言：

建立親密與信任的日常互動

曾麗芬博士

你今天早上，真的讓孩子感受到愛嗎？

愛，不只是父母的心意，更是孩子能否領會的日常互動。

家長可以善用五種 愛的語言：擁抱、鼓勵、照顧、陪伴、小心意。

你今天用過哪一種？孩子真的感受到嗎？

親子信任的三大基石是：一致性、尊重、安全感。

挑戰行為不是障礙，而是互動契機。

早晨的一句鼓勵、放學後的聆聽、睡前的一個擁抱，這些「微時刻」，能累積最深的親密感。

愛，其實就是每天的選擇與行動。

