

當孩子說

為甚麼我會生在這個家？

孩子的心聲

為甚麼我會生在這個家？爸爸只會喝酒賭馬，媽媽只管喝喝罵罵，把我看成是小奴隸般！我其他同學的爸媽又友善又開心，每個星期天都會一家人到郊外旅行，或到酒樓飲茶品茗；而我每個星期天都要留在家中打掃，又要洗衣服，又要往市場買口菜。每次學校旅行媽媽都不批准，所以就算是大埔、元朗這些地方也沒有去過，她只管說有時間便得留在家中幫忙照顧妹妹，例如清洗奶瓶、換尿布，總之就是要求多多，好麻煩！——8歲的琪琪

禁句

如果你是琪琪的父母，聽後的反應是——

- (1) 生在這個家有甚麼問題？不滿意這個家，搬出去！
- (2) 大人這樣做當然有道理。

金句

試試用這方法說——

我們是一家人，如有問題請讓爸媽共同改進。

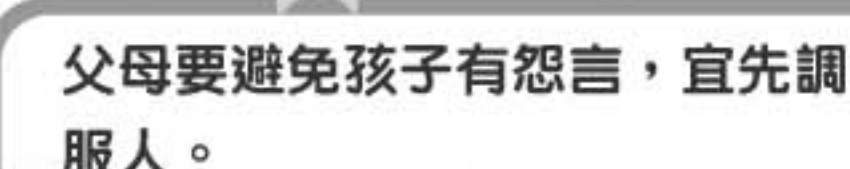
溝通秘笈

養育孩子不是一個簡單的任務，若然家長們不懂得如何愛惜及教養孩子，便應該在孕育小生命前要好好計劃一下了。無可置疑，在孩子的成長過程中，他們要學習的已經比成年人為多，倘若父母還把自己一部分責任交托給孩子的話，他們會負荷過重，走的路也會越來越吃力。

就以上心聲來看，琪琪的「責任」似乎已過了她能承擔的範圍，而她渴望與家人一同郊遊和喝茶也只是生活的一小部分，但成年人竟漠視了小朋友的感受，難怪孩子會口出怨言；當她看到其他小朋友與家人在假日一家樂也融融，她當然會有所感觸，為何自己父母不像同學的父母般愛護子女，因而有所抱怨。

在此情況下，父女首先要檢討自己的生活習慣，琪琪的爸爸只顧自己消遣如喝酒賭馬，而媽媽又因繁瑣的家務導致脾氣暴躁，對女兒時常喝喝罵罵。若然家長能夠退後一步為女兒口想，改善一下自己的生活習慣，例如爸爸放工回家後，幫忙做一些家務，與妻子互相合作，減輕一些孩子的負擔。再者，在要求孩子幫忙做家務的同時，最重要是要考慮子女的體力與能力，也不能讓家務佔據了孩子的溫習玩樂時間，剝奪了他們的活動空間。

當孩子完成了一些家務時，不妨對她稱讚一下：「琪琪，你真乖，如果不是你幫忙洗碗碟，媽媽還在忙得團團轉哩！謝謝你！」這樣才能讓孩子在樂於幫忙之餘還會產生成就感。



父母要避免孩子有怨言，宜先調整自己的行為才可服人。

當孩子說

你們認為愛護我，我覺得是在害我！

孩子的心聲

我發覺我與爸爸媽媽的溝通越來越遠了，是他們不理解我還是我了解他們？他們口口聲聲總說為我好，每天迫我去上補習課，我放學後已十分疲累，他們又可知道？我感到很無奈，成年人每天辛勞回來也懂得說要喝一杯啤酒、看一會電視節目來鬆弛下；我只是10歲的小孩，又為何不可放學回家喝一口果汁、聽一會兒流行音樂鬆弛一下呢？爸媽們可知道我上課後再補習，回家後又要做功課又要備明天的課，我的壓力是會隨時爆炸！放過我吧！讓我一星期有三天在放學後喘息下吧！你們認為愛護我，我覺得是在害我！——10歲的心怡

禁句

如果你是心怡的爸爸，聽後的反應是——

- (1) 我要害你，便不讓你讀書。
- (2) 好心沒好報，不讀書將來不要怨我。

金句

試試用這方法說——

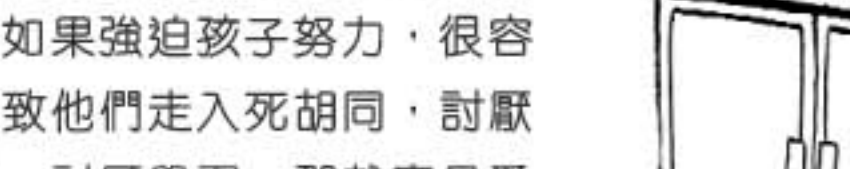
爸媽是真的愛護你，現在就讓我們一同商討適當的作息表吧！

溝通秘笈

每天有24小時，如果分配得當，應該是三分之一時間工作或學習、三分之一時間鬆弛作樂、三分之一時間睡覺。但人們很少按口這規律去做，往往是在工作和學習上加時，在其他部分減時。

在孩子的成長過程中，學習固然重要，但亦須全面地去分配。很多家長在孩子未適齡入學前已忙口找學校、找課外書給孩子匆忙地充塞到小腦袋中，這樣對小朋友的身心發育多少亦有點影響。香港的教育制度已令孩子透不過氣，家長還要把孩子課餘後的時間表填得滿滿的，試問一個小小腦袋要盛載多少東西呢？

從以上心聲來看，心怡的心聲也可代表大部分小朋友的心聲，父母的愛護有時是用錯了方法。讀書固然重要，但總要顧及身心平衡，要給孩子一些「透氣位」，就如心怡的情況，應該給她適當的作息安排，讓孩子有玩樂的機會，這樣才可達到心智健全發育；如果強迫孩子努力，很容易導致他們走入死胡同，討厭讀書、討厭學習，那就真是愛他反而害他了。



注重孩子身心平衡，學習與玩樂同樣重要。

當孩子說

我都有付出的，不要老是拿我與別人比較！

孩子的心聲

每次與表哥姨媽聚會，媽媽的話題總是圍繞口我的不是，說「圍繞」實在太平淡了，倒不如一針見血的說是「針對」。她針對我的學業成績、針對我的課餘活動。雖然姨媽同樣地以此方式說表哥，但唯一不同的是姨媽在讚表哥，媽媽就要我向表哥學習。同校同班的我們，在英文測驗中表哥有95分，我有90分，媽媽就說我不努力；中文測驗我有98分，表哥92分，媽媽卻說我是僥倖。天呀！公平一點好嗎！我都有付出的，不要老是拿我與別人比較！——11歲的明輝

禁句

如果你是明輝的媽媽，聽後的反應是——

- (1) 你做好些，我就不拿你與別人比較！
- (2) 比較有甚麼不好，除非你不夠實力！

金句

試試用這方法說——

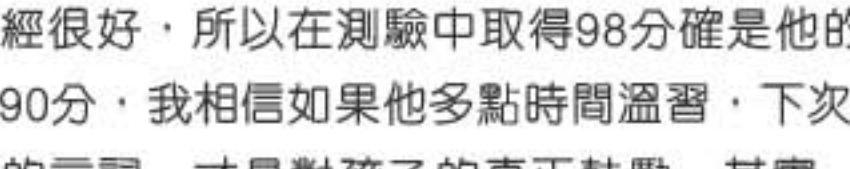
有比較才有進步，況且你不一定會被比下去！

溝通秘笈

古語有云，十隻手指也有長短，長與短都各有用途，不一定長就是好、短就是差。為家長者通常都會犯下此毛病，以為只要給孩子一個「比較」，便可激發他奮鬥向上，例如稱讚他人籃球技術佳，卻忽略兒子的田徑也不俗。如是者，凡事只會適得其反，正是「長他人志氣滅自己威風」，容易使孩子產生妒忌之心，嚴重者會令他洩氣沮喪，甚麼都不再做，反正做得好還是不及別人好，這就害了孩子。

就以上心聲來看，明輝也是努力乖巧的孩子，但他的媽媽似乎慣性地以抬高別人踐踏自己孩子的方式作教導方法。雖然兒子已習以為常，但每次在他心中點滴地積慮下來，明輝不期然已在內心作出反抗。從他的心聲可看出，他已是心有不甘，並不感到表哥真的比他好，只認為讚他的人比較多而已！

在此情況下，父母應要立時作出反省，對別人的長處稱讚之餘，對自己兒子的優點亦須誠意地嘉許一下。例如：「明輝自小的中文根基已經很好，所以在測驗中取得98分確是他的努力成果，而英文雖然只有90分，我相信如果他多點時間溫習，下次一定可以取得滿分的。」這樣的言詞，才是對孩子的真正鼓勵。其實，孩子心中明白表哥的英文水準比他好，但無聲的比較總比有聲的比較來得舒服和奏效。



恰當的比較才能激發孩子的上進心，不當的只會適得其反。