

## 4.6 教養技巧

### 4.6.1 小詩的飯盒

「好好味！」小詩邊吃邊說。

「你很喜欢吃媽媽弄的東西？」

「是的，比酒樓的叉燒飯好味得多。」雖然那盒只是梅菜肉餅飯。

「你想天天都吃媽媽弄的飯餸嗎？」

她跟我點點頭，我於是拿起紙筆，然後寫着：「小詩很喜欢吃你弄的午飯，她一下子就吃光了。」

我把便條放在她的飯盒內說：「放在這裏最好，讓媽媽一打開便可以看到。」

小詩沒有說話，只是開心地笑着，然後小心的把飯盒蓋好。

看完小詩，校長發現阿玲在悶悶的撥弄飯餸，一口也沒有吃。

「阿玲怎麼不吃飯？」校長嘗試親切的指着阿玲的膊頭，輕聲地問她。

「很悶，我吃了同樣的飯三天了。」三天都是吃排骨飯。

「吃完這次吧，我請老師跟你媽媽說一聲，叫她不要天天帶相同的東西給你吃好嗎？」阿玲點點頭，吃了少許。

校長終於離去，亦要我勿忘跟阿玲的媽媽說說。我沒有依他所說般打電話給阿玲的媽媽，我只跟阿玲談了一會：「你的媽媽每次都有兩款不同的東西送來給你吃的，你都很喜歡吃。」

「是的，且天天都不同，但這三天就天天一樣了。」阿玲的媽媽一向都很有心機弄飯來。

「試想想為甚麼會那樣，是否媽媽遇到了困難？是否她這幾天的心情都不好？嘗試關心媽媽，問問媽媽，不要怪責她。」

阿玲似乎已有所悟，很快便把飯盒吃完。

撰文：張嘉雯

### 4.6.2 平衡愛與教-作個恩惠兼備好父母

今日的家庭，孩子數目大都是一個起，兩個止。各人的焦點都集中在小朋友身上，過分溺愛，可能會孕育出一個小霸王。家長如何在愛與管教中取得平衡，做到恩威兼備，正是關鍵所在。

每次到玩具店小朋友總嚷著要田 4 東買西。倘若父母沒有回應，小朋友就會使用淚彈攻勢，務求轟到父母心軟之止。聽到孩子買玩具後，亦成功止住了他們的哭聲。

另一些情況是，孩子食飯總是要人餵食，父母每天就追著孩子餵飯，直至他們肯吃才收手。有時，則是孩子玩完玩具，將積木四處亂拋，父母邊嚷著孩子執拾，一邊就自己「搞掂」。

#### 孩子少易縱容

香港青少年服務處恆安綜合服務中心註冊社工麥姑娘表示，今日不少父母的

教育水準較上一代高，但因生育的孩子數目少對子女尤其疼錫，以致容易敵不過孩子的淚彈策略而被征服。

家長若只管以呵護作大前題，對孩子的不良行爲屢次只予以遷就，卻沒有作出跟進的教導，指出其行爲模式的不當，孩子便會曉得那是能令父母就範的「殺手鐮」。日後，孩子要爲求得心頭好，也就容易再使出這絕招，如此，父母便不自覺得縱容了孩子的壞行爲。

### 只愛不教影響深遠

麥姑娘指出，個案提及的兩類父母，其實都可稱爲「放任型父母」，愛心有餘，管教不足。雖然他們對孩子很有愛心，願意關心孩子，聽他們的話，給孩子太多選擇及決定權的同時，又不加以指導，要求孩子改變不當的行爲，致令孩子不懂爲自己的行爲負責任。久而久之，孩子會變得野蠻，做每一件事情都知道有人會「埋尾」，更可能會因自己不懂處事而失去自信。

### 恩惠兼備的重要

麥姑娘同意，家長愛孩子是必須的，但在付出愛心、鼓勵與聆聽外，家長還需做到恩惠兼備，對孩子的行爲有所規範，他們才會懂得對自己的行爲負責。至於如何在日常管教中達致恩惠兼備，麥姑娘就給家長提出具體的指引及方法：

#### 1. 行動最實際：

面對孩子不良的行爲習慣，家長不能一味靠講，必須要輔以具體行動才會收效。譬如，孩子老是不行吃飯，家長只是不斷催促也沒法子。何不對症下藥，先告訴孩子只給一個小時吃飯，若不吃，就會把飯收起。孩子知道自己的行爲，會帶來沒有飯吃的後果，自己就會就範。

#### 2. 做好時間管理：

很多家長對孩子說，放學回家要溫習。有時「溫習」二字比較空泛，未能清楚提供行爲規範。孩子年紀越小，更加需要清楚的指引，訂定明確的學習目標。家長不妨摺孩子設定一個合適的時間表，明確指出在放學後的 4:00-5:00p.m.，便要溫習某個學科或做作業，然後在 5:00-6:00p.m.，又可做另一項事情。倘若孩子能在指定時間內完成工作，家長在讚賞小朋友表現的同時，亦可鼓勵他利用剩餘的時間，或閱讀，或進行其他有益身心的活動。要成功訓練孩子掌握時間管理，家長必須身體力行。若家長不想孩子看太多電視，自己就要以身作則。在假日活動上，亦不應只是飲茶或行街，可安排一家人多參與社區及戶外活動。

#### 3. 爲孩子行爲定界線：

對孩子的不良行爲，家長必須學會說：不。若孩子到玩具店時，老是嚷著要買玩具，父母在拒絕之餘，更要向孩子解釋不買玩具的原因。父母必須謹慎言語，能做到就說，做不到就不說。譬如各孩子承諾完功課後，會帶他們到公園玩耍，就須履行諾言。切忌「大隻講」，失去小朋友的信任。

#### 4. 撤離衝突：

有時面對孩子的無理取鬧，家長會按不住怒火，與孩子對罵，結果只是釋放了怒氣，卻忘了處理真正的問題。若孩子發脾氣，家長可待其怒氣過後再與他傾談。若是家長情緒激動，宜自行從衝突中抽離，先冷靜情緒，再與孩子傾談有關

行為上的問題。

## 5. 自己的事自己做

家長應讓孩子學習自己的事自己做，從中培養責任感。一旦孩子做到了，家長切記要加以讚賞。舉例如小朋友打翻水杯，家長先別責罵，可讓孩子自己拭抹。最終，家長可能仍要執手尾，但在過程中，孩子便能學曉對自己的行為負責。麥姑娘指出，不少4、5歲的小朋友，其實很樂意幫父母做事，家長可讓孩子參與洗碗或做一些簡單家務，增強孩子滿足感。縱然家中有外傭，每天都會為孩子摺被子，甚至參與其他工作。小學一年班的同學，則可鼓勵他們自行執書包，培養自動自覺的精神。過程中，孩子感到開心滿足之餘，還有助提升他們的自信。

在實行的過程中，父母更必須肯堅持及有耐性。若小朋友有好行為，家長可具體地讚賞某種行為，讓孩子明白，從而強化他們做好事的動力。麥姑娘建議家長，不妨嘗試寫日記，觀察孩子日常行為，記下好的行為及有待改善的行為，提醒自己前者要多鼓勵，後者則要著手助孩子改善。在寫的過程中，亦可給父母一個反省的機會。

### 4.6.3 培養孩子親厚 父母要識做

大人有妒忌心，小朋友亦不例外，而子女之間的妒忌心更是一觸即發，皆因父親很容易在不知不覺間以言語或行為挑起彼此的妒忌心，使他們明爭暗鬥。

雖然說血濃於水、打死不離親兄分，但孩子卻不會親密得無分你我，小人兒也希望父母視他們為獨立的個體；因此，無論父母工作如何忙碌，也要抽出時間與每個孩子傾談、玩耍、享受單獨共聚的親子時刻。假如今天陪兒子玩玩具車，別忘了改天陪女兒玩毛公仔。

#### 妒忌心暗中滋長

其實，孩子的妒忌心甚為強烈，所以為免觸及他們的心坎，在與每個孩子共聚的「專用」時刻，應避免提及他的兄弟姊妹，如「看，這條裙子多漂亮，你好妹一定會喜歡。」

「咦，這對不是你哥哥嚷著要買的波鞋嗎？」人在身邊，心卻繫著別個孩子，任何人也會感到酸溜溜，妒忌也會於孩子心中暗暗滋長。

#### 子女吵架不介入

孩子之間爭吵打架少不免，他們爭論不休的時候，都喜歡訴諸權威，找父母主持公道，這時父母便擔當起排解糾紛的工作。

不過，正所謂：「公說公有理，婆說婆有理」，無論父母作出怎樣的裁決，都會順得「仔」情失「女」意，落得偏心之嫌。面對孩子爭持不下的情況時，父母可平心靜氣地對他們說：「孩子，這個問題不容易解決，但我對你們的誠意有信心，最終會達成雙方都覺得公平和解協議。」只要父母冷靜處理，不要硬介入爭議之中，孩子爭吵過後，很快又糖藕豆了！

#### 4.6.4 該不該替小孩辦生日派對？

在廣告的促銷下，小孩過生日成了天大的事，不辦的家長就好像愧對孩子。其實，這樣反而讓孩子接受得太自然而不知感恩。生日當天不如就親密的家人聚在一起，聊聊孩子時候，讓他知道父母生養的甘苦，又能拉近親子間的距離。

苦瓜/中壢

孩子上小學後，通常都是在家裡慶生，除了讓孩子練習當主人外，最重要的是可以了解她的朋友的類型，其中有無行為偏差者。

陳玉雪/台中

為孩子準備糖果，生日那天帶到學校帶到學校分送給同學，經濟實惠，全班同學和老師的口頭祝福，勝過幾位好友所送中看不中用的小禮物。

李俊賢/台東

現今的孩子似乎少了些童趣，若能適時為他們辦生日派對，必能留下美好的回憶。況且餐會中的社交禮儀、人際關係、如何善後，都是很好的學習範圍。

曉鵬/新竹

孩子若要求舉辦，我會給他一定的金額，請他自己計劃、預備；這種社交與成長機會，是課本學不到的實務經驗。

溫蘭英/屏東

個人以為不必那麼麻煩、孝子般地為孩子舉辦生日宴會。我們家為孩子慶生，是全家共享白煮蛋(脫殼)和吃麵(線)。孩子還小，別讓他們有太多比來比去的材料。

張廣雄/羅東

我不贊成為孩子辦生日聚會，因為他們並不明白父母的用心良苦，只以為是例行的活動罷了。事前必須布置環境、買蛋糕，事後還得收拾，簡直是勞民傷財。而且小來賓愈多，禮物也愈多；但是以後別的小朋友生日時，不是一樣得回送禮物，可謂後患無窮啊。

王小惠/台北

為女兒邀請客人時，孩子的死黨當然不可少，但是平常愛捉弄小女的調皮同學也在邀請之列。最初女兒抱反對態度，但當她發現這些同學在受邀聚會後，就不再捉弄她，她也就不那麼排斥了。

余曉梅/南投

如果能力許可，當然應該為孩子辦慶生會，一來讓小孩從小培養與他人分享的觀念，二來可以認識其他家長，建立聯絡的網路；三來，可以使自己在參與的過程中，彌補兒時所欠缺的一頁回憶。

范叔仁/高雄

現在我還可以清楚地看見我國小六年級的時候爸爸、媽媽為我辦的生日聚會。那天我玩得很愉快，印象也很深刻。所以我以後也要讓我的小孩有那種快樂的感覺。

寶貝熊/新竹

## 4.6.5 百變小明星 天生愛舞台

我有時是巴巴閉閉亦休僧，有時又變身為哥哥張國榮、「又如何」的阿 Lok，甚至化身為孫悟空……總之造型多變，次次新鮮，我是誰？小明星黃嘉豪是也。

### 表演慾強

翻開嘉豪的私相簿，準會被他的「小大人」扮相逗得發笑，因為他一時是差利卓別靈、一時又會反串為鄧家爭產事件中的祥嫂，「扮野」天分極高。

問嘉豪最愛哪個造型？他眼仔碌碌地說：「唔知道！」跟着便以鬼馬精靈「老孫」模樣，耍起他的金剛棒，要客廳中所有人向他行注目禮。

媽媽說，一歲左右的嘉豪，已經對鏡頭很敏感，非常懂得搶鏡。「大定一起拍照，他會站在梳化上說：『Hi! 我係度!』別人準會注意他。」

嘉豪表演慾極強，三歲開始已經以差利造型，參加商場舉辦的小明星模倣大賽，更勇奪銅獎。他更愛主動參加舞台表演及活動，「有時他看到報紙廣告，知道某舉辦舞台活動，便會要我帶他參加。」

### 賽後檢討

經常參加這些表演活動，會否培養出鏡頭薑性格呢？

黃太說：「才不會，每次表演或比賽完畢，我們會一起分析別人的優點，為何別人會得冠軍，並不代表你是最叻，外面也有很多叻人……其實，他也很清楚自己的弱項是體型較『細粒』。」

「這些全是假期活動，好像別人到公園玩耍般，不過，他不喜歡到公園，喜歡站在台上嘛！」

為了上台表演，嘉豪還會特別乖巧，因為如果「行為不檢」，媽咪也會把演出機會推掉。

嘉豪最怕媽媽說：「如果你咁頑皮，就 cut 晒你既表演。」如此一說，嘉豪自然乖乖「就範」，這一招萬試萬靈。各位家長絕對可以借鏡。

### 上台表演好處多

#### 訓練記憶力

嘉豪曾參加兒童話劇團，對他來說，記台詞絕無難度，甚至不用媽咪跟他對稿，因此對於學習也甚有幫助。

#### 鍛鍊自信

從前的小嘉豪，膽小得很，也害怕離開媽媽，「我距離他三呎以外，他已經會喊！」但今天單人匹馬上台表演，成為萬眾焦點，已全無問題，甚至上課時，也不怕主動發表意見，「為何小孩子不喜歡在堂上發表意見或答問題，這因他們不習慣給多人注視；但嘉豪仔卻喜歡主動發表意見，因為他已習慣被人望。」

#### 忍耐力特強

台上風光，但台下的等待可不好受。黃太說：「有時他化好妝，卻因許多問題，要等五、六個鐘才能綵排，甚至表演，這對小朋友來說，是耐力的考驗，但他為了表演，也肯忍耐，算是不錯了。」

#### 促進親子關係

所有台上造型，均由母子二人合作想出來，從上網看張衛健造型，到媽媽親手造

戲服，兩人有傾有講，拉近兩代距離。

### 培養合作精神

每次表演也認識一大班朋友，能學習與別人相處，學懂「執生」技巧，「記得有次表演，有個妹妹在後台扭計，不肯出場，嘉豪就像大哥哥般，安慰她。」

## 4.6.6 獎賞失效 皆因三錯

### 一錯：目標太高

考試的目標分數對孩子而言高不可攀，又非小朋友能力範圍內，不能在短期內達到的，孩子就會覺得沒可能得到獎賞。家長設定的目標要可行，小朋友就更有動力改善行爲。

### 二錯：含糊其詞

光是對孩子說「做得好」或者「你很乖」等籠統讚賞，就給予獎賞，只會令小朋友感到迷惘，不明白爲什麼自己得到獎賞，日後亦未必懂得再進行家長期望的行爲。

最初以獎賞改善孩子行爲時，尤其面對欠缺信心的孩子，家長不妨讚得誇張一點，讓他知道自己做了哪一樣事情值得父母讚賞。讚賞本身並不重要，最重要是獎賞時父母的態度，及背後的含意。

### 三錯：一成不變

隨機應變，是家長成功運用獎賞方法的關鍵所在。由獎品、獎賞方法、獎賞時間與密度等，以至獎賞的行爲，都需要不停改變。

當小朋友的目標行爲有所改善，家長可以漸漸減低獎賞的頻密程度，不是日日都有個明顯的獎，隨機地讚，過程中強調做到這種行爲有什麼好處，希望擴大孩子的成功感，覺得沒有獎都是成就，到最後自動自覺做到目標行爲。

明報 副刊 2009年04月20日

## 4.6.7 嘮叨不休反累事

你在甚麼時候覺得別人嘮叨呢？

他不斷說一些你已知的事，或者提醒你一些你認爲微不足道的事，又或者重複一些他已說過多次的話……

你如何對待嘮叨的人呢？

你會感到不耐煩，你會表露不滿的神色，你會說些晦氣話，而且語氣粗魯……

子女和我們面對嘮叨的反應一樣：不耐煩、面露不滿、語氣粗魯。

青少年的成長過程是一個由無我到有我、由有我到自我的漫長歲月。

孩子追求自我，代表他希望得到別人的認同、得到別人的尊重，父母要放下自尊，以相對平等的語氣和子女說，令他們感到尊重和認同，他們會願意與父母親近一點，而不是嘮叨不休。

星島日報 2009年12月3日