

# 孩子是 父母的一面

## 鏡子

文：吳穎妍、陶兆銘

### 前言

早前筆者在輔導室與一位母親面談，她為了一對兒女的事而非常惆悵。她的兒女成熟懂事，為母雖然心中安慰，卻因無法代替兒子去經歷感情失落，也無法代替女兒面對學業壓力，深覺忐忑不安，徹夜難眠。她說：“明知道有些路，孩子是要靠自己走，但仍然無法放下擔憂，到底孩子多大才是應該‘放手’的時候呢？”

養兒一百歲，長憂九十九。這位母親的慨歎，正道出天下父母的心聲。每個父母能為孩子提供的生活條件不盡相同，但愛護孩子的心意卻能相通。與孩子相處的過程中，若能當好孩子的榜樣，可為他們的人生奠下良好的基礎，也為他們在成長道路上提供前行的方向。



## 身教言教，說到做到

今天的育兒不再是“天生天養”的事，社會愈來愈重視對孩子的栽培。無論父母或孩子，於課內課外，上班時下班後，都努力增進知識與技能，以提升競爭力。技巧與知識固然重要，然而父母與子女的關係才是孩子成長的決定性因素，父母本身就是最關鍵、最有效的教材。父母日常的言行、價值取向、以及人生觀是孩子最直接的參照。筆者對一位家長印象尤深：那位爸爸生於大富之家，生活條件富裕。看到電視播放有關天災的新聞，想到讓兒子明白身在福中，學習捐獻分享的精神。所以，他決定在一個月內放棄“以車代步”、“司機接送”的生活，改乘公共交通工具，將省下來的金錢捐往賑災去。他要教育孩子，為善不單靠錢助，而是要身體力行，付出真心意。他的“口說手做”，以身作則，當然令兒子對他的教導信服依從。



其實，孩子就像一張白紙，每天都從生活中學習，當中模仿是學習的途徑之一，最親近的人大多成為了他們模仿的對象。因此，孩子的行為是父母言行的鏡子，他們“有樣學樣”，未必明白當中的意義。早前一位母親求助，希望改善兒女的行為。她不滿意兒子回應她的指令時，說話總以“囉”字結尾；例如“對不起囉”、“現在去做功課囉”，聽上去既不禮貌又不情願。至於女兒，年紀小小，遇到不滿意便肆意發脾氣，大吵大鬧。筆者花了一些時間，聆聽母親與孩子之間的對話，問道：“剛才短短的五分鐘，你可察覺共說了多少遍‘囉’字？誰跟對方學來呢？”那位媽媽聞言，尷尬地笑了。她反思說：“孩子與我在一起的時間最長，大多東西應該從我身上學來的，真的我也不曾察覺呢！”後來她承認，在管教感到疲憊時會耍脾氣，事情不順心便會把眼見的東西隨意掃落一地。明顯地，女兒從母親的言行中學習到表達情緒的方法，卻不懂分辨是好是壞。

父母要身教與言教訊息一致，指導才具說服力；說到做到，讓孩子學會對自己的言行負責。身教不單指父母的言行舉止，更重要是價值觀與人生取向。生命對你而言有何意義？你的人生中有什麼至為重要，無法取代呢？若果你即將面對死亡，有什麼人或事你會感到遺憾？你最想抓緊的是什麼？在目前生活中，你可有對你所最重視的人和事給予足夠的關注？父母需要對自己的生命優次和價值觀，作定期的檢視及持續的修正，才可以守穩立場，做到言行一致。

## 滋養關係，保持默契

記得筆者最初學習家庭輔導時，聽過一個比喻，以突顯家庭對個人成長的影響：家庭由兩個人相識、戀愛、婚姻而展開，可是在夫妻二人的床上，至少躺著六個人，包括夫妻二人及雙方的父母。隨著孩子出生，有時候其他家庭成員的參與也會增加，而夫婦的注意力亦由對方轉移到孩子身上，加上日常生活的種種適應和壓力，磨擦繼而出現。若雙方欠缺滋養關係的意識，忽視對方的需要，張力便會衍生，管教上更易出現縫隙。

的確，筆者接觸過不少夫婦，關係因各種原因而每況愈下，雙方為著兒女才守婚姻，卻不願處理分歧，長時間同胎食飯卻各自修行。夫妻間拒絕交流，自然欠缺默契；家庭關係不穩，造成父母在管教上互相抵消。有些孩子無奈地成為父母間的傳話人，導致情緒困擾，有些孩子游走於父母不協調的夾縫中，視指令如無物。

家庭是一個小社會，孩子在當中經驗被愛與保護，學習秩序與規範，也從家庭成員的互動之間體驗溝通的力量。孩子透過觀察父母的相處，理解何謂尊重與體諒，如何合情合理地表達，有商有量地解難，建立與人親和友愛的關係。因此，父母作為榜樣不只限於親子相處之時，更在家庭成員融和之間，特別是需要不斷滋養更新夫妻的關係，做到互為補足，才可以建立一致的模範供孩子參考。



## 善待自己，而後去愛

筆者在一次回家路上，跟一對母子和一位鄰居一同乘搭電梯。母親手持幾張獎狀，估計他們剛完成面試回家。鄰居見了，順口讚賞一番：“孩子拿到這麼多獎狀，真是了不起啊！”不知道當時這位母親是謙虛還是認真的說：“有什麼了不起，這張是羽毛球賽亞軍而已，不是冠軍；這張是足球賽季軍，也不是冠軍；這張只是游泳賽出席證書，什麼也不是，有何了不起呢？”孩子站在一旁，由沾沾自喜變成默不作聲，跟隨母親離開電梯。



生命的珍貴在於每個人也是獨一無二的。孩子要明白這個道理，就是從父母的回應開始，讓孩子感受到無論任何情況，他依然是有價值、無法取代的人。可惜活在今天充滿競爭的社會裡，結果往往比過程更重要。不過，試回想一下，當你第一眼看著剛出生的孩子時，心裡想到的是什麼？筆者在每次講座之中都會訪問在場父母，他們的答案幾乎都是一樣：希望孩子健康、快樂、善良。

打從兒女進入父母的生命開始，父母的生活作息、人生計劃便圍著兒女轉圈，希望給予最好的一切讓他們健康快樂地成長，有時反而忽略了自己的需要。兒女出生後，不少父母把昔日的夢想和嗜好擱置一旁，休息跟娛樂在繁忙的生活中成了奢侈品，為的是把所有時間和心力都留給孩子。久而久之，卻不自覺地把兒女的成績表與自己的價值和成就劃上等號。

所以，父母需要善待自己，建立個人的社交圈子和興趣，找到照顧家庭以外的喘息空間，就能夠以身作則為子女樹立榜樣，令孩子明白到不論在任何角色之中，都應該有平衡的生活，有獨立自主的人生，也令孩子能更自在地發展所長，領悟每人也有無法取代的價值。



## 總結

父母要以身作則成為孩子的好榜樣，是老生常談的道理，其重要性不容置疑。不過，在今天節奏緊張、變化迅速的社會之中，保持警覺性可不容易。孩子所需要的榜樣，不僅是知識與技能，更重要是從父母身上所吸收到的價值觀和對生命的信念。因此，父母一方面要建立健康的自我觀念，令孩子珍視生命的可貴；同時也要保養自己與伴侶的關係，發揮最適切的效果，才能在漫長的親職途上走下去。

(吳穎妍女士：香港認可家事調解員、香港中文大學香港教育研究所兼任講師；  
陶兆銘博士：香港中文大學社會工作學系助理教授、香港家長教育學會榮譽顧問)