

公教報

出版人：天主教香港教區主教 2014.10.15付印 零售港幣六元 今期出紙六張，隨
地址：香港堅道十六號教區中心 · 電話：2522 0487 · 傳真：2521 3095 · 電郵：kkp@kkp.org.hk

贏在起跑線 輸了親子情



日常工作都會接觸很多家庭，從傾談、觀察，都不難發現要建立良好的親子關係甚為艱難。因為很多家長都要自己的孩子「贏在起跑線」，家長之間的話題總離不開找興趣班、學前班、訓練班等。於是，從孩子懂事便是學習、學習、再學習；或者，比賽、比賽、又比賽。目的是讓孩子爭取更多的好成績好技能，藉以找到一間好的幼稚園、小學、中學，最好是「一條龍」直升，不用父母憂心。

很多家長分享時表示，他們的孩子非常忙碌，功課及課外練習又多，每天能一起的親子時間有限，加上父母對孩子都有一定的期望，結果，當孩子的成績或表現未能達到父母所預期的，孩子感到前所未有的壓力和挫敗，不懂也不敢向父母表達，放在心裡，影響可以很大很深遠。曾有研究顯示患情緒病的人有年輕化趨勢，年齡最少只有五歲，情況值得關注。作為父母，相信對孩子的愛護是不容置疑的，只是方法與態度有所差異，久而久之親子關係會因此變得緊張，衝突漸漸產生，有很多不愉快的事情也因而發生。

我們運用正向心理學的特點在家長小組中，透過互動遊戲、短片、音樂、彼此分享及互相支持，提升家長的正面情緒，發掘家庭成員的美德和優點，發揮愛己愛人及寬恕的能力，並在日常生活中能夠實踐希望和感恩的元素，平衡家庭健康生活模式。小組也幫助家長認識孩子成長的需要，增加溝通、鼓勵和欣賞，使孩子面對壓力和困難時也曉得用正面心態去面對。我們相信親子溝通是一門藝術，只要溝通得宜，人人都能在家發放正能量，家庭成員之間的快樂和幸福感也會提升。

編按：防止虐待兒童會於一九七九年成立，致力在保護兒童工作上提供預防及輔導服務，對於辨識、評估、處理及預防虐兒的工作上更累積了相當經驗。

多年來，該會以各種形式推行保護兒童的工作，例如講座、研討會、工作坊、專題分享會等，讓社會大眾對保護兒童的概念和認知更清晰。

防止虐待兒童會保護兒童學院供稿

www.aca.org.hk

17/10/2014 公教報