



中華基督教會基真堂/基真小學

堂校家庭通訊，逢每月一及十六日派發。



爸媽說話的影響力

編委劉燕韶

以下一首詩是我兒子的主日學老師送給他的，是一位不知名作者寫的。

在批評中成長的孩子，他學會責難；在敵意中成長的孩子，他學會抵抗；
在嘲笑中成長的孩子，他易於退縮；在羞辱中成長的孩子，他易於虛怯；
在包容中成長的孩子，他學會堅忍；在鼓勵中成長的孩子，他充滿信心；
在讚美中成長的孩子，他學會欣賞；在公平中成長的孩子，他學得正義；
在安全中成長的孩子，他學曉信任；在讚許成長中的孩子，他學會愛自己；
在接納及愛中成長的孩子，他學會愛和尋找世上的愛！

感謝主可以在《暖流》分享我的家，特別是我在管教孩子「急剎車」的經驗。儘管很多人看見我的兒子時，都稱讚他是懂事的少年，其實我們在管教孩子方面，只算是過來人，談不上成功。

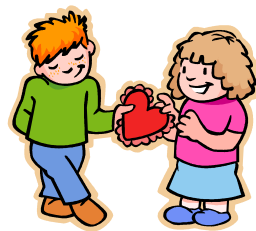
說起教子，我很難忘記我們的父輩、甚至祖父輩。我們的上一代，或再上一代的父母，都是沒有甚麼文化的人，他們用超大的嗓門、大家長的方式來責罵、杖打我們，真是「阿爸打兒，天經地義」，就好像一切問題都可以在責罵、憤怒中得到解決……到了我們為人父母，雖然我們都接受較好的教育，但不見得我們管教孩子的方法比上兩代高明許多……

記得在兒子小三、小四之前，我們忙於工作，回到家裡已經十分疲倦，缺乏耐心的我也不知不覺中用了自己爸媽的教子方法；嗓門好大狠狠地責罵孩子，甚至在怒氣中羞辱他。就這樣過了許多年，後來有一日，我驚訝地親眼看見、親耳聽到兒子也用同樣凶惡的語氣及聲音罵他的玩具公仔時，我忽然好像被重重地打了一下，又彷彿在鏡子裡看到了正在發怒的自己一樣……原來在不知不覺當中兒子已經「有樣學樣」，就像我責罵他的時候一模一樣地罵人啊！我忽地想起兒子主日學老師送給他的紙條“在批評中成長的孩子，他學會責難……”，難道我要我家一代一代下去都是這樣罵人、這樣處事嗎？

我甦醒過來了，趕緊在管教孩子方面「急剎車」，每當我準備要對兒子發火時，我嘗試用以下的新方法去管教：

1. 向丈夫求助，他比我冷靜，我以前嫌他不夠嚴格是不對的；
2. 就剛才發生的事請教其他媽咪的教子經驗，採用較好的方法管教孩子；
3. 不在怒氣中責罵孩子；當快要發火時，我先去出走一走、祈禱，待冷靜下來才管教孩子；
4. 接納兒子在成長中犯小錯（因為我自己也會犯錯啊！）改變批評、挑剔的語氣，嘗試用講故事的方式或聖經的話來引導孩子走正路。
5. 管教過火時要向兒子道歉，以保持和諧的親子關係。

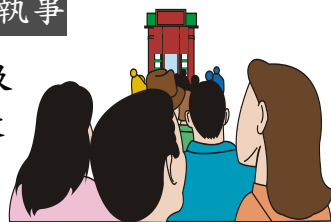
編者註：文首之詩【*Children Learn What They Live*】（孩子從成長的環境中學習）乃由美國家庭教育家及文學家 Dorothy Law Nolte 所寫。



「快樂家庭」聚會真快樂

葉建平執事

基真堂的「快樂家庭」聚會自今年一月開始，每次參與的家長及子女共三十多人。學習主題環繞聖經福音，即耶穌的言行，家長們都很投入討論和分享生活點滴，笑聲此起彼落，超時散會亦在所不計。另一邊廂孩子們有自己的學習時間，不亦樂乎。令我興奮和感恩的是看到有新家長加入，有家長努力地邀請其朋友前來，也有家長把握返工更期的空檔帶同配偶全家參加。



本週六（19/3）為此單元的最後一節，由兩位基真堂教友分享其信仰的心路歷程，您願意來分嚐他們倆得蒙生命福氣和恩典的喜樂嗎？在馬太福音五章3節，主耶穌說：「虛心（自覺心靈貧乏）的人有福了！因為天國是他們的。」誠意邀請您來承受這從永生上帝而來福氣！

日期：19/3 本週六 晚上七時半

地點：一樓基真堂

主題：我們能愛，因為神先愛我們



家長學堂——與孩子建立良好的溝通橋樑

編委蕭浩華

二月份的家長學堂，我們邀請基真小學學生輔導主任——張德賢姑娘為我們講解她多年和小朋友溝通的心得和經驗。

首先她更正了我們的一些誤解，常以為說話就是溝通，其實溝通是雙向的，只有一方說話不等於溝通。很多時阻礙我們溝通的是大家的情緒，有時我們會被孩子的情緒嚇怕，或被激動；但我們要明白，人有情緒是很正常的，何妨是小朋友呢！

情緒沒有對與錯、好與壞，只是我們一些內心心情的反映，絕對是正常的，正如嬰孩餓了會哭一樣；但我們要懂得處理，不要讓小朋友長期「鬧情緒」。

面對情緒，可以合宜地表達，適當的處理對已對人都有好處。那甚麼是不正常或不合理的情緒表達？起伏過大、時間過長、具破壞性或有目的性的，這些才是需要管教的；至於有目的性的情緒，就如孩子上街，行到玩具店時總是哭哭啼啼，我們又總是會買一件玩具哄他，這就是有目的性的情緒，因為他們學懂了只要哭哭啼啼，就可以換到一件玩具。

家長面對孩子的情緒，總要動之以情，喻之以理，授之以術，規之以法；了解和明白孩子的情緒及來源，在合理的事情上給予認同及回應，在不合理的事情上給予教導及規管，才能正確的進行疏導。溝通方面，我們要和他們建立互信，明白他們的情緒和感受，才能令他們安心地說出他們的心底話；多接納他們的意見，讓他們明白他們的話是被重視的，同時鼓勵他們多表達自己。

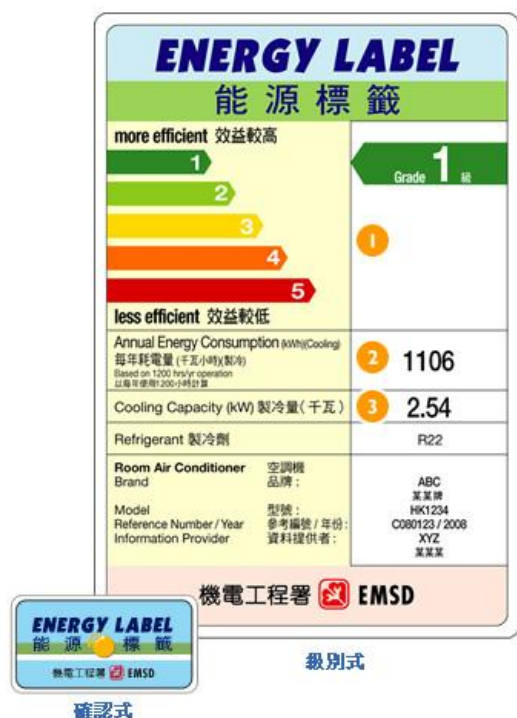
最後，講者給我們播放了一段短片，是一對母子在接受輔導時拍下的。除了面談開首的幾句話外，我們用快鏡看了那母親說了半小時的話，孩子卻沒有回應一句；母親半小時的話總不離「我覺得…」、「我認為…」、「我要求…」等等的說話。我們看的時候笑個不停的，我們的上一代也不是這樣？但回想一下，我們是否也看得見自己的影子呢？減少一些以「我」為主的思想和溝通方式，多聽和多讓孩子們說出他們的心底話，才能達致真正的溝通。

在筆者日常的生活中，常聽到不同的父母說：「現代的孩子比我們當年聰明，我真不知怎樣去教…」是的，現代的孩子真聰明，父母的教導也要由耐心聆聽開始。



環保小貼士——能源效益標籤

編委蕭浩華



- 1 能源效益級別，1級最好，2級次之，最低5級
- 2 每年耗電量
- 3 根據不同產品種類而提供的其他資料

香港政府已於2009年正式通過了強制性能源效益標籤計劃，換言之現時在市面買到的各項電器用品都會有能源效益標籤，那標籤上的資料又有何用呢？

標籤上會標明該電器用品的能源效益等級，一級為最慳電，五級為最耗電；而不同類形的用品，其節能的比列都不同，但大部份的用品，一級大約是五級的耗電量六成左右。

可能你會說，節能電器一般都比較貴，但你又不要忘記它們可能令你只需交六折電費。以筆者多年從事電工行業的經驗告訴你節能電器的兩大好處：

1. 一般價格會貴兩至三成，但它們節省的電費會令你們在大約一年左右回本；
2. 正所謂「吃幾多，就做幾多」，大部份高耗電量的電器，吃多了的電大都會變成熱，所以人家說電器會發熱，不一定是正常的。能源效益越差、越大吃的電器會發熱越多，長遠也會影響電器的壽命；換言之，一級能源效益的電器會比較長壽。