



暖流

237

2021.5.27

中華基督教會基真堂/基真小學

堂校家庭通訊



中華基督教會基真小學 2020/21 年度 5 月份家長通訊 同理心的力量

早些日子，我在網絡上閱讀了一篇小故事。內容頗有意思，所以也想同大家分享一下。

《你家有蠟燭嗎？》

有一位單身女子剛搬了家，她發現隔壁住了一戶窮人家，一個寡婦與兩個小孩子。有天晚上，那一帶忽然停了電，那位女子只好自己點起了蠟燭。沒一會兒，忽然聽到有人敲門。原來是隔壁鄰居的小孩子，只見他緊張地問：「阿姨，請問你家有蠟燭嗎？」女子心想：他們家竟窮到連蠟燭都沒有嗎？千萬別借他們，免得被他們依賴了！



於是，對孩子吼了一聲說：「沒有！」正當她準備關上門時，那窮小孩展開笑容說：「我就知道你家一定沒有！」說完，從懷裡拿出兩根蠟燭，說：「媽媽和我怕你一個人住又剛搬來沒有蠟燭，所以我帶兩根來送你。」此刻女子自責、感動得熱淚盈眶，將那小孩子緊緊地擁在懷裡。

德國哲學家康得曾經這樣說過：「最能展現一個人教養、內涵的情操，莫過於同理心！」

其實，同理心不只能展現一個人教養、內涵。同理心也扮演人際溝通關鍵的角色。人與人之間能夠互相關懷，便必需要能對別人的喜怒哀樂去感同身受，彼此之間才能建立更好的情誼。所以很多專家、學者都告訴我們培養孩子同理心的能力是很重要的。



回想自己和孩子的溝通中，這些話語也經常掛在口邊：什麼「將心比己」、「你唔鐘意既，人地都唔會鐘意」。其實想表達的是希望孩子能對他人進行「換位思考」。然而這絕對不是一件容易的事。因為就算連大人也未必能做到、也未必願意站在他人立場思考事情，我們又如何要求孩子放下個人情緒，去同理他人呢？所以說要培養孩子的同理心並不是一件容易的事。

以下綜合了一些專家、學者的小小心得，希望對大家能有所啟發：

1. 可多與孩子討論情緒與感覺：同理心的表現過程必須先具備察言觀色的能力，接著解讀他人的情緒，最後才能產生同理的行為表現，因此，如果父母經常和孩子溝通、表達情緒，自然而然，孩子也會懂得辨識各種感覺，進而理解他人的情緒行為。
2. 從遊戲中互動，學習同理他人：可以的話，父母也可以透過角色扮演的遊戲，讓孩子學習站在他人的立場思考。藉著不同角色之間的彼此對話，使孩子有機會轉換不同角色，練習以他人的立場去表達感受。
3. 讓孩子多接觸人群：藉著日常生活中的經驗，引導孩子同理他人的情緒，如此一來，當孩子日後遇到類似狀況，就能運用過往的經驗，進而展現同理行為。
4. 父母以身作則，成為孩子的榜樣：這也是最重要的一點，俗話說：「言教不如身教」，道理說得再多，都不如父母身示範來得有效。同時家長雙方的教養態度都必需一致，以免孩子無所適從。



簡單而言，同理心就是嘗試去感受別人的腦袋裡在想什麼，意識他人的感受和想法，而這不僅是為了和他人建立和維持良好的人際關係，也可讓你更擅長去處理衝突，同時也可以使人更有效地工作，在生活中獲得更大的成功。

再看看「你家有蠟燭嗎？」故事中的單身女子是現實中我們的寫照嗎？你又能感覺到小孩子愛的力量嗎？故事的結局也告訴我們同理心是一種愛的本質，是一種關懷的能力。



最後送上主耶穌的話語：「我實在告訴你們，你們若不回轉，變成小孩子的樣式，斷不得進天國。」（馬太福音 18：3）

副校長 **吳金曉** 謹啟

2021年5月27日



參加兒童親子教育課程感想——一智曾以琪 三望曾以諾媽媽閻小杰

感謝基真小學有這課堂，感謝中華基督教會基真堂曾姑娘與我們一起學習，如何能與孩子更好的相處。雖說同樣的課程我已上了三次，之前學習明白這些道理，卻覺得自己無法實踐，但一次比一次可以更好運用到生活上。而且，我想知識也是溫故而知新，教養孩子最重要的追求是什麼？有沒有效果？正因為我深深的感到它的力量，它的作用，所以我再三報讀，讓我能一次又一次改變自己，更新自己，更新認識孩子和我，能夠遇上更好的自己，讓我們更融洽地相處，互相欣賞，互相幫助，一路向上，與主同行，讓上帝進入我們當中，從上帝那裏得到喜樂平安。

