

“明智”家長五步曲

文：家言

“認清合約條款”、“識別標籤”、“做個精明的消費者”……這些相信你一定會聽過。但對於做個“明智”家長，你又知道多少呢？

何謂“明智”？“明”，就是作為家長，要明白子女在不同的成長階段有不同的需要，以及父母的角色；“智”，就是家長需要理性和有智慧地管教子女，也要反思教育子女的方法，在過程中不斷學習，與子女共同成長。

要擔當好家長的角色並不容易，因為為人父母雖然是天職，但不是天生就“識”。為人父母是要經過學習的，沒有人天生就懂，不論是請教父母或身邊的朋友，還是找書籍閱讀，總之就是要不斷學習，多學多聽。要不然，你也不會有耐心讀這篇文章哩！

話說回頭，如何做個“明智”家長呢？

第一步：明白孩子不同成長階段的需要

孩子在不同的成長階段中，可能會有不同的需要，面對不同的問題，做“明智”家長的第一步，就是要明白孩子在不同的成長階段的需要。

例如，孩子在幼兒期會十分依賴成人，到兒童期會表現出強烈的好奇心，而少年期則會反依賴，到了青春期甚至會變得反叛。如果我們明白了子女在不同階段的需要和特質，就能夠利用不同的方法和態度去有效管教他們。而管教的最終目的是教導子女由依賴到自律，協助子女懂得處理自己的需要及困難，學習獨立地規劃自己的生活，漸漸由依賴父母的階段過渡到獨立的階段，最終自立成人，能對自己、家人和社會負責。

青少年期的管教與兒童期的管教是有很大的區別的，我時常聽到有父母投訴，說子女年幼時十分順從，但大了就不聽話，不知在哪裡學壞了。其實，不是子女學壞了，而是父母不明白子女的需要改變了。

比較明顯的是，子女在兒童期時，父母的管教著重於要求和約束子女的行為，要讓子女明白行為規範，以致有規可循；但到了青少年期，子女會特別重視由其自身來作決定，對外來的制約會較為抗拒，父母管教時應著重引導子女作自我約束，而不能單用強硬的指令來規管子女，不然會適得其反，造成親子衝突。

第二步：反思教育的方法和態度

要成為“明智”家長，第二步是要明白管教子女的目的，理性地反思教育子女的方法和態度。

其實我們作為父母，管教子女都是希望他們好，希望他們能自律、自處。孩子若能自律，便懂得管束自己的行為和情緒，行事、為人恰到好處，將來就能適應社會。但我們明白，自己不是事事都能管得來的，家長也應該給予孩子空間，讓其獨立成長，特別是青春期的子女。所以，我們要恰當選擇所要管的事，懂得放手，這樣才能協助子女從中學會自律。

另外，在子女學習自律的過程中，他們時常會面對挫敗及困難，父母要有耐性，對子女多加支持及鼓勵。父母亦要明白自己的限制，不斷反思，持續學習。

第三步：從子女身上學習

成為“明智”家長的第三步，是要善於從子女身上學習。

我們常常說“教學相長”，其實子女也可以影響和教育父母，這是“反哺現象”。今時今日，資訊發達，科技日新月異，不少孩子從小就接觸電腦和網絡，這新的一代不再單單是利用書信、電話來聯繫，互聯網、手機短訊等也成為他們與外界接觸的普遍方式。有西方學者甚至認為：“未來的行為將不再是我們能為孩子做點什麼，而是孩子能為我們做點什麼。”這就是知識型經濟下的反哺現象。“明智”的家長要善於從子女身上學習，否則孩子就會在電腦面前說：“媽媽，爸爸，這些你們不明白的了，不要問！”

所以，希望成為“明智”家長的你，現在就要留意孩子用什麼方法來與朋友聯繫，請教孩子最近流行什麼網絡，說不定這是更有效的親子教育方法。

第四步：控制自己的情緒

成為“明智”家長的第四步，是於管教子女時，善於控制自己的情緒。

父母控制好自己的情緒，其實亦是身教的一部分。因為子女會在日常生活中留意及模仿父母的情緒反應，並在親子衝突中表現出來。情緒控制得宜，亦有助於父母有效運用各種管教技巧。例如憤怒容易令父母失控，往往使管教達不到預期的效果。有些家長會在憤怒的情況下對孩子說“生舊叉燒好過生你！”“你唔好話自己係我個仔/女。”其實這些話都是父母因一時之氣衝口而出的，不過對親子關係的破壞卻很大。若能妥善控制情緒，尤其是怒氣，對管教子女會更有幫助。當父母與子女發生衝突時，父母先自我提示、分散注意，也不妨先暫時離開現場，去喝杯水冷靜一下，也讓孩子能靜思己過。其次，當遇到親子衝突時，父母語氣要肯定但不要帶惡言，例如可以說“我現在很憤怒，不可以繼續與你談話，我們過一會再討論這個問題！”等等。

當然，父母也是常人，也有情緒失控的時候。父母不必過分對自己的失控行為自責，反而應自我檢討及改善，並且在事後向子女道歉，樹立“勇於認錯，積極改善”的榜樣。“明智”家長就是要理性地處理問題，在教育子女的同時，自己樹立好榜樣，善於控制自己的情緒。

第五步：適當發揮自己的角色

最後，成為“明智”家長的第五步，就是能適當扮演作為家長的角色。

家長管教子女有不同的作風，如有些家長是嚴格的，有些家長則比較寬鬆，而不同的管教作風，會對子女的成长顯現出不同的效果。家長管教子女的作風一般可分為以下四種：權威型、放縱型、忽略型及恩威型。

“權威型家長”在對子女的情感支持方面表現較弱，但在行為控制方面則較強。他們對子女有較高的要求，要子女服從命令，但較少講道理，能給予子女清晰的指示，並主導子女的發展。這種家長作風可以說是最有效率的，但親子關係可能較平淡。

“放縱型家長”在情感支持方面的表現是強烈的，而行為控制則較弱。他們十分疼愛子女，給予他們信任和支持，不希望子女受到傷害，但很多時對子女沒有明確要求，也缺乏給予子女參考的行為標準，容易因害怕子女難受而退讓，在教導子女方面往往處於被動，過於遷就子女，管教效率低，但親子關係會較和諧。

第三類是“忽略型家長”，這類家長在情感支持和行為控制兩方面都表現較弱。對子女沒有要求，沒有計劃，只為子女提供基本需要，對子女缺乏關懷，不會參與子女的活動，似乎並不在乎子女的成就。這些家長對子女的付出是最少的，親子關係也必然疏離，甚至沒有感情。

最後一類是“恩威型家長”。他們與忽略型家長剛剛相反，在情感支援和行為控制兩方面的表現都是強的。他們懂得向子女表達關懷及支持，同時也懂得教導子女正確的

行為表現，恩威型家長能使子女明白甚麼是恰當的行為，亦能感受父母的信任。他們有時透過親子關係去感染子女學習，有時透過權威去指導子女明白對與錯、是與非。恩威型的家長作風既是最有效能的，也能達成和諧的親子關係。

如果要有效發揮家長的角色，成為“明智”的家長，便要不斷學習，瞭解自己管教子女的作風，多反思自己管教子女的方法，並瞭解孩子在不同成長階段的改變和需要。若能如此，就離成為“明智”家長不遠矣！

（作者：香港家庭教育學院主席）

