

# 港孩出沒

## 家長有責

「唔識綁鞋帶 港孩甚憂」、「直升機父母溺愛14歲女唔識飲水」……在報刊上見到這些標題不禁使人驚訝咋舌，加上一些懷疑孩子因抗逆力不足而自殺的新聞屢有發生，港孩問題仍是受大眾關注的熱門話題，如何好好培育下一代發揮孩子的能力，避免孩子變成港孩？





本文部分內容根據誠信綜合治療中心的輔導員專家意見寫成，包括臨床輔導顧問蘇劉君玉博士、臨床心理學家陳子平女士、臨床心理學家胡鳳娟女士和高級心理輔導員梁趙穎懿女士，特此致謝。

當今家長確有苦處，香港讀書競爭大，講求成功、出人頭地，傾向用成績衡量成敗，正如有新聞報道說父母需要趕在懷孕七個月就要報名幼稚園，就算不是報讀名校也怕太遲。在這樣的環境中，家長眼見身邊朋友的孩子千方百計爭取入讀名校、年紀小小已學了幾種樂器，又拿了什麼什麼獎項，使他們又不能不為自己的小朋友打算。

## 成功，是否一定就是成績好、獎項多？



香港有不少父母過去靠讀書奮鬥，爬上社會階梯而成功，自然希望孩子接受良好教育。為爭取時間訓練孩子，使他們「贏在起跑線上」，不少人會請傭工幫忙。可惜，有時好心腸的家傭為協助小主人，可能會事事效勞，間接阻礙孩子成長機會。結果有十歲孩子也不懂用筷子的現象出現。

### 成功就是忠心

曾有人問德蘭修女《聖經》說什麼是成功，她想了想，《聖經》好像從來沒有成功這詞，講的是忠心。家長應把注意力放在孩子在過程中有沒有盡力而為，而不是只以成績衡量成功。

英文有句話：「When excessive becomes the norm.」（過度已成為社會常態）。例如，期望小孩在10歲便要懂幾種樂器，還要達至一定水平，體育亦要奪得獎項等，這都需要相當天

份，而不是一般孩子能輕易達成的。硬將過度期望加諸孩子身上會為他製造不必要的挫敗感。

事實上，一時的失敗並非等如永遠失敗，把目標放在長遠學習如何達到成功也很有意思。孩子有不同的能力，可按考慮孩子不同的能力和起點去定目標，例如一般考試及格分數是60分，有讀寫困難的孩子考30分已是很盡力。這蘊含對孩子的一份尊重，當孩子不一定完全跟隨父母的標準行事時，也可更有信心去嘗試。

## 附錄



### 港孩特徵：「三低」加「三高」

一般說港孩有「三低」，即低自理力、低意志力、低抗逆力，但港孩原來還有「三高」：

第一高：超級自我中心，即其他人要以他們為中心。

第二高：控制慾，有氣焰，尊卑不分。

第三高：想當然（sense of entitlement），事事「好似應份」要受到照顧，不會感謝他人。

### 三低故事

之一：

小明：「好急……ei ei ei」

同學甲：「咁你咪去廁所囉！」

小明：「唔得呀……我唔識抹pat pat呀！」



「成十歲仔還不懂抹pat pat，是低自理能力呀！」

之二：

小明：「我唔返學啦！」

工人：「點解呀？」

小明：「仲問！？我今日都未去廁所！」

工人：「咁你休息一下再返啦。」

小明：「都話唔返得囉，外邊啲廁所我邊到去得慣呀？唔返就唔返啦！你咁煩架！你好嘈呀！你出去啦！」



「只有自家廁所才可以去得慣，不去適應環境，是低自理能力、低意志力及低抗逆力呀！」

### 三高故事

之一：

朝早，媽媽將營養早餐送到去小明面前……

媽媽：「快啲食營養早餐。」

小明：「我唔食呀！！再嘈我咬死你！」

媽媽：（無奈）「……」



「媽媽面前頭指氣使，是高自我中心，高『想當然』，即認為他人當然要服侍他！」

之二：

爺爺、嬤嬤轉身立刻落街，其他人都好奇。

爺爺、嬤嬤買了「W記」早餐返屋企。

爺爺：「小明，呢個係你最鍾意食既W記早餐呀。」

小明：「點解無左跟餐既玩具架？你即刻去買過啦！仲要記得幫我預書包呀！」



「大人有如家傭，無大無細，明明自己牛高馬大，還要老人家預書包，當跑腿來回買早餐，是高自我中心、高『想當然』、高控制慾！」

以上故事，如有類同，實屬正常。相信絕大部分父母都很愛護子女，但要留意，一不小心，愛可變成害，當父母太關切子女，子女可能會長不出能力及主動性來，衍事事倚賴及自我中心的港孩問題。



臨床心理學家胡鳳娟：「不要做劇草機父母。父母要做到『眾人皆醉我獨醒。』」



高級心理輔導員梁趙穎慧：「良好的溝通是提升抗逆力的關鍵。」



臨床心理學家陳子平：「父母的焦慮引致對子女過份操控及保護。」



臨床輔導顧問蘇劉君玉博士：「育兒有如拉弓射箭，適當時候要放手。」

## 不做剷草機，要做加油站

除了學業，孩子在成長過程中還有很多需要發展的範疇，包括社交、品德、解決問題、面對逆境等等。成績好但不懂得跟人相處、見利忘義、不曉得應變，又或是輸不起，都會成為他們人生的障礙。

「熟能生巧」，無論學習什麼，都必須經過鍛煉，並從失敗中汲取教訓，再接再厲。在學業上，很多父母都會採用這個方法，要求孩子做大量的補充練習，以提升他們的學業成績；可惜在其他生活範疇，卻照顧周到，剝削孩子鍛煉的機會。與其為孩子當剷草機，剷光雜草開路，父母不如作他們的加油站，讓他們嘗試照顧自己、協助家務、解決問題等，當他們面對挫折時，加以接納和鼓勵，給他們安全感，好讓他們學習到如何處理情緒，重拾鬥志，克服困難。這正是「給孩子魚吃，倒不如教他捕魚」的智慧。

## 溝通要傳達關心

不少研究提出，溝通是提升孩子抗逆力及情緒管理能力的重要一環，現在很多父母與子女溝通的重點在於是否有完成功課、練琴和溫習等，更重要的是能明白孩子的困難與壓力，不但讓孩子渲洩情緒，亦可給予支援，有商有量，助孩子尋找適合自己的應對方法。

有些父母很重視「教導」孩子，以為完全聽教就是乖孩子；但有中小學

孩子表示，他們會逃避與父母傾談，就是因為認為父母只「轟炸」他們。父母不妨多聽孩子心聲，聆聽時不要批判，即先明白孩子需要和感受，鼓勵孩子嘗試解決。

## 孩子是上帝給父母的產業

《詩篇》說：「兒女是耶和華所賜的產業，所懷的胎是祂所賜給的賞賜。」子女其實是神給我們的產業，父母要管理教養子女，管理教養不要側重成績或賺錢多少，又或幹什麼職業。神給我們各樣的恩賜和能力，不是人人都是讀書好，也不是只有讀書好就是成功，這些並非《聖經》的教導。但面對社會強大的壓力，實在很需要有人在身邊支持自己，家長自助組織、學校家長班和家長支持小組可集結同伴力量，經常互相提醒，維持「眾人皆醉我獨醒」的精神。

## 家長也高焦慮

哪個家長不為孩子的前程籌算？但在籌算的過程中，父母可能有太多恐懼及焦慮：怕孩子讀書不成、怕考不進名校，怕將來不知有什麼發展、怕不能自力更生。這些焦慮會促使父母產生二高：高操控、高保護。父母愈擔心孩子會失敗便愈着力操控和保護他。現今父母憑自己的教育水平，或許真能為孩子仔細安排各項學習及生活程序，但換來的卻是孩子變得依賴退縮，或只識反

叛，不曉得自己解決問題。兩者都有違原意，不是父母想見到的結果。

## 育兒有如射箭

《詩篇》127篇5節說：「兒女是勇士手中的箭。」長久拉弓會使人很累，父母也要適當時候去放手，然而不是無的放矢，而是向著神的標準和要求前進。如果父母不放手，孩子長大後會與父母產生權力鬥爭。當然父母還是有底線，如吸毒、亂搞男女關係等問題，當然需要禁止。

《箴言》22章6節說：「教養孩童，使他走當行的道，就是到老也不偏離。」射箭拉弦時的彎位就叫「道」，意思是神給孩子的潛質或本性，父母要拉出合宜的彎位射箭，就是按神賜給孩子的潛能引導孩子。教養在原文中有兩個意思：第一是馴服野馬，即管教孩子的野性；第二個意思來自當時巴勒斯坦流行把棗汁塗在初生嬰孩的咀唇，以刺激嬰兒吮奶，教養即刺激孩子發揮潛質和本性。家長要花時間陪伴、認識、鼓勵孩子，使他們達到「紅心」。

## 家庭崇拜凝聚家庭

一位父親聊起自己的家庭崇拜情況：「我首先叫太太準備詩歌，她選取了幼女最喜歡的兒童詩歌〈亮晶燈〉，太太用結他彈奏，幼女用力搖動沙槌獻唱。稍後兒子特意用阮（一種中國樂器）奏出〈耶和華是愛〉。我就從《士

師記》中說士師耶弗他是妓女之子，雖然出身不好卻奮力抓緊神給他的機會……到彼此代禱時間，阿仔說沒有心機讀中文科，於是我們再深化耶弗他的故事，讓他明白自己未必是中文天才，但可以努力打好上帝賜給我們的「一副牌」，我們又拉着手為他祈禱；太太則談起她與一班姊妹要為教會中的智障兒童禱告的事，最後還攪笑地說有報告事項，就是明天阿仔和阿女不用返學。」

家庭是撫育人的地方，使人得溫暖，得安慰。上帝的教導、父母的愛心和美好品質，正好在家庭崇拜中的一點一滴中滋長起來。小孩出生後，牙牙學語，在你面前學爬行，父母已可以向孩子唱詩歌、讀聖經、說故事和感恩。孩子稍長，父母可慢慢在家庭崇拜中分享人生經驗和做人價



值，子女亦可分享想法和感受。當父母回應子女的喜與憂，彼此代禱，那份關懷和教導就傳遞到子女的心中，家庭關係由此在神的帶領中建立起來，子女亦可從小得到靈性滋養。

香港人生活繁忙，要定時舉行家庭崇拜不易，但當父母體會到家庭崇拜正把美好的價值和愛傳給子女時，所付出的可能都是值得。

## 家長其身需正——身教的重要

有調查指出，若對孩子說教，只有約7%記在心上，九成被忘記；如與孩子討論，孩子會記得三成，因為孩子有份參與；但身教功效是五成以上，所以最為有效。身教要由孩子出生時做起，持守一些核心價值和期望，例如家人期望要誠實，盡責，爸爸要上班，媽媽要上班或做家務，孩子是要去讀書、上學。

外國曾有新聞報道說，一些著名大學學生受訪時表示有一個共通點，就是他們都會協助做家務。做家務是信任子女的表現，可以培養子女自信和能力的。父母可考慮劃定家傭的工作範圍，主人及孩子也要分擔家務，讓小孩從父母身教中學會分擔家務。孩子天生是想做事的，對事物充滿好奇，想發展能力，例如他們想替大人啟動電腦、插電掣、開動風筒等，或會說：「等我來，等我做！」只是大人有時太緊張、太愛護而為孩子代勞。

### 結語

《聖經》說：「你要盡心、盡性、盡力愛耶和華你的神。我今日所吩咐你的話，都要記在心上，也要殷勤教訓你的兒女，無論你坐在家裏，行在路上，躺下，起來，都要談論。」（《申命記》6章5-7節）父母應把握每一個機會，教導兒女認識上帝的命令，擺脫三高三低，做一個上帝喜悅的孩童。 