

懂得教養子女，你便懂得享受滿足的生活

林歐陽婉玲（教育心理顧問）



二十一世紀物質豐富，卻不能填滿內心的空虛：資訊科技的泛濫，很多時候反而減少了人與人之間的親密交往。身處眼花繚亂的互聯網絡，有著廣闊的世界觀感和隨手可得的資訊知識，但對於自己的角色和崗位，卻沒有清楚的認知。究竟這個年代，家長該如何站穩崗位，教養孩子、建立幸福家庭，享受天倫之樂？有了伴侶、有了家庭，但你未必知道良好的關係該如何建立。有了棲身的屋，有了長幼的共處，但你未必擁有一個溫馨的家，好讓你在外面擔風擋雨後，回到家裏可以得到安慰和支持，成為你繼續拼活的原動力。

若然你已經為人父母，那麼我會提議你，要從教養子女的問題與需要去探討，耐心尋找解決方案。因為這樣可使你重溫兒時的單純，同時亦可以藉著擔當父母的角色，重新認識自己的特質，探索自己今天的品格在過去是怎樣慢慢形成的。反思我們每個人成長的經歷，或多或少都受著原生家庭的正負面影響，深深地藏在潛意識的記憶裡。若然我們能夠思考上一代育兒在自己身上的成敗功德，諒解自己父母在管教上的困難，並且接納自己與父母的一切過錯，釋放兒時的情緒抑壓，那麼，家長才可以活得精彩自在。當你能夠釐清上一代投射在你身上的影響時，你才可

以為孩子解開盲目被複製的危機，不會錯把自己的需要強加在孩子身上。如果你沒有一個能給予你信任的成長環境，你將會對別人諸多懷疑；如果你沒有感受到父母足夠的保護，你將不會產生足夠的安全感，處處表現出操控的心態。試想一想，你的童年缺少了甚麼？

說到底我們每天生活忙碌，賺錢和勞動的背後，都是為了與親人共同享受。然而在這個繁忙的都市，我們很容易天天迷茫於表面生活的節奏，忽略了與家人相處的質與量，最終違背了我們內心的基本的需要——能夠去愛與被愛。我們真的要停下來，靜一靜、想一想、認認真真做好家庭基建的工程，教養好子女，重視自己的價值，並且感恩父母的種種付出。從「和孩樂」延伸至「天倫樂」的理想：「修身」在於自己的身心靈，「齊家」在於愛護好長幼，「治國」在於管理好自己職場崗位，「平天下」在於關愛與自己互動的鄰舍。崇高的萬家樂世界，真的需要很多人的決心和努力，才可以得以實現。

所以，我相信「順天而行就是珍惜孩子的來臨，逐步建立夫妻及上一代的家庭關係，和諧愉快才能持久」，好讓你安度廿一世紀的波濤，徹底得著滿足！

喚醒一個活潑，好學、有愛的心靈

A spirit to live, to learn and to love

☎ : 25059226

www.buddies-station.com

