

# 「為人父母」家庭生活講座

## 攝錄和分享

資料：洪吟芳修女

編者：小種子

去年11月初本堂舉辦以「為人父母」為題的家庭生活講座，圍繞如何啟發兒女潛力，鞏固父母職責，在信望愛三德中，增進家庭共融。講者洪吟芳修女是資深家庭輔導員，任職溫哥華天主教教區家庭服務中心，曾任中學校長，擁有豐富教學和輔導經驗。

談到「為人父母」，相信大家都明白確實不簡單，甚至可用上「甚艱難」來形容箇中情況，現就分享講座內容，啟迪思考。

### 瞭解家庭獨特性

每個家庭的組合各有不同，成員背景、文化、語言、價值觀、信仰等均影響到家庭的溝通方式、作息方法、家庭聚會、互相關係、分工合作模式，甚至處理紛爭、面對壓力及危難。

### 啟發兒女潛力

父母的指引及無私的愛是最有效的動力，包括5A：  
肯定(Affirmation) 認可(Acknowledgment)  
欣賞 (Appreciation) 接納 (Acceptance)  
確證 (Assurance)

讓孩子們建立自信，善用潛能，推動向前，從而鼓勵他們面對挑戰。

身為父母必須學懂溝通聆聽，明辨子女所想，不加自我要求，瞭解孩子的天賦、能力、友儕關係、身心、情緒、自由度、歸屬感、面對失敗的失落，及科技網絡的影響。

縱然兒女遇上情緒波動，父母必須注意他們，多聆聽、多關心；瞭解成因，以分析、權衡利弊；及注意自己情緒，保持冷靜，以客觀正面處理，付出愛心與關懷。



### 鞏固父母職責

以身作則及與子女建立互信是有效的親子良方，必記以下三步曲：

退後一步 (Step Back)  
前進一步 (Step In)  
走出一步 (Step Out)

每遇上問題，為人父母保持冷靜，先明瞭來龍去脈，技巧地提出方向，繼而讓孩子表達意見，互相溝通。

### 親子關係

天主賦予父母一項特別的責任，包括回應孩子所需及帶領他們成長的能力。

爸爸的職份是鼓勵孩子勇於接受新事物及挑戰，媽媽的職份是培育孩子知識，關注健康，給與安全感，建立信任及信心的基礎。

良好的親子關係是有賴父母雙方的共識，分工合作，溝通無間，互助互愛的夫妻關係，避免有負面行為，例如：抱怨、爭吵等。

### 增進家庭共融

每個家庭中，角色分配尤為重要，各人有自己的責任，從而增加互相尊重；各人有自己的界限，從而尊重大家的自由，給與空間，學習獨立。

共聚餐食是建立家庭關係的最佳時機，互相分享，瞭解關懷；家庭就如拼圖，拼合完滿。

孩子是天主給父母的禮物，請將信、望、愛帶給他們，讓子女憑著三德邁向人生旅途。主佑！