



父母如何處理自己的情緒和 管教子女

黃梓茵女士（天主教小學家長校董）



大家好！我是 Wendy；有兩位女兒，分別就讀中二和小學五年級。

回想由大女出生至八歲時，我是一位在職媽媽，我們沒有聘請工人；上班時囡囡便交由託嬰院照顧。丈夫對於管教子女有一套嚴謹的立場，他覺得「養不教，父之過」；無論對自己、太太、囡囡也很嚴謹！而我自己是一個完美主義者，對自己要求甚高！

在大女兒一、二年級時，正是我感到自己開始容易為了很小的事向囡囡發脾氣。

我覺得自己非常不稱職，便立定決心要「改過」！那時候，我很積極參與不同類型的講座！最令我深刻的一位講師——黃建國神父，他帶了一個重要的信息給我——「反省」，他說：「若每個人能夠在事件發生時，停一停，想一想，想想自己是否有地方做得不足？千萬不要第一句話便指責別人和推卸責任。試想想這個世界會有多美好呢！」及後我曾經看過一套卡通片，故事講述一個公主想改變她的媽媽，便找巫婆幫忙，那位巫婆在幫助她的時候說了一翻話：「審視內心，拋開自尊，修補彼此關係，命運自會改變。」那一刻我醒覺：若我想囡囡有改變，我首先要接受自己，放過自己同改變自己。

大約五年前，我轉為全職家庭主婦，最初要適應這份新工，我很迷失！既擔心丈夫工作辛勞，又怕自己不稱職。每日只為趕上學、趕送午飯、趕做家務、趕接放學、趕她倆做功課和溫習……我又開始亂了！我跟囡囡的距離好像遠了！最初很傷心，幸好我有宗教信仰；我祈禱，學習交託，把一些「不知道」的事交託給天主，之後我發現天主會派遣天使在我身邊提點我，我整個人再次找到方向！我開始陪她倆一起玩玩具、看卡通片，嘗試進入她倆的世界去了解她們，與她們傾心事，分享大家遇到的不開心和擔憂。

在大女兒升中時，她希望和同學們升讀同一間中學。徵詢過班主任的意見後，知道囡囡不是太適合入讀那間中學，我跟丈夫商量後決定選擇一間教學模式較為適合她的中學。最初她不太願意，經過一段時間的溝通，她明白選擇適合自己的學校才是學習的重點。現在她非常開心，開始懂得自己安排時間做功課和溫習；我和丈夫也感到欣慰！

在過去的十數年裡，每個過程有歡笑、有困難、有很多不同意見；甚至乎我會失控，丈夫會失控！但我和丈夫堅信家庭和睦對小朋友的成長是很重要的，所以我們一定不會在小朋友面前吵架。我們明白到小朋友的成長是需要時間，要等待。正因為我倆對自己有要求，會常常重覆提醒自己去堅持和改善！丈夫是職業司機，我們堅持每天送囡囡回校後一起吃早餐，利用這段時間互相分享心裡的想法，有時還發短訊互相鼓勵！

其實子女是我們的天使，可能一個簡單的擁抱便足夠！很多時候是我們不放過自己和太計較！最重要一點，一個家庭是說「愛」，每日我們為這個愛的錢箱儲多些愛吧！

希望我的分享可以令每個「家庭」添一份愛！