

浸信會呂明才中學

家長團契

「Let Go」 - 讓孩子起飛

楊國堅先生

15. 11. 2012

1. 青少年成長的需要 -- 自我認同

- 自己的能力
- 身份的認同與歸屬
- 自立的空間
- 他對自己的認識來自父母、老師、朋輩的互動關係和自己的感覺

2. 父母子女的互動關係

- 正面 - 「Support」
- 負面 - 拗手瓜

3. 「Support」源於.....

- 接納(魯莽、錯誤)
- 認同(困難)
- 肯定(方向、志氣)
- 不催促(成果)

3. 「Support」源於.....

鼓起孩子的幹勁 –

不是「讓他飛」，而是「讓他**想**飛」

- 雀仔: 阿媽，我好想飛出去！
- 雀媽: 千祈唔好呀，這棵樹咁高，跌死你呀！
- 雀仔: 唔會！我都有翼，好似你一樣可以飛！
- 雀媽: 唔好呀，唔好呀，你睇那邊隻鷹個樣鬼咁惡，食咗你都有份！
- 雀仔: 唔會！我對翼咁勁，我實會快過牠。
- 雀爸: 算啦，算啦，你就試試飛去對面那棵樹。
- 雀媽: 總之唔好！唔准！阿仔跌死就唯你事問.....最多我揸著你飛嘞。
- 雀仔: 飛抑或唔好飛呀？.....

4. 「Let Go」的困難/憂慮

- 安全感 - 經驗
- 父母不同價值觀/意見分歧
- 父母愛的糾纏

女: 今天我同XXX去滑浪呀！

爸: 吓？今日掛紅旗㗎，你仲去滑浪？

女: 係呀！通常掛紅旗才去滑浪。

爸: 掛紅旗，好大浪，好危險！

女: 唉！阿爸，好大浪先至去滑浪，無浪又滑浪呢！

爸:

5. 「Let Go」的竅門

- 界線

- 從孩子的獨特性看「Let Go」

- 站遠一點看 (客觀地)

心裡的意念：不想 / 想 / 無意見

5. 「Let Go」的竅門

心裡的意念：

不想：我有擔心，只是你已長大，.....你
想一想！

想：好.....但也要考慮.....

無意見：也好.....我沒有特別意見.....有
幫忙的地方嗎？

5. 「Let Go」的竅門

- 關係 -- 一個叫人心安的安全網
 - 正面互動溝通「Support」/
負面互動溝通「拗手瓜」

● 孩子派測驗卷有大意錯誤

A. 唉，你小心一點好嗎？次次都是如此！

B. 下次小心點就是了，不用介懷！

C. 你覺得很不值，不開心嗎？因為用了許心思努力，但得不到成果！

當孩子告訴你讀得辛苦吃力，許多概念不明時

- A. 全世界都辛苦喇，你估剩係你辛苦呀！唔辛苦如何得到世間財呢！
- B. 你有能力的，不要怕，再留心D就會有改善
- C. 你覺得很辛苦吃力，許多概念又不明，不知如何是好？我也為你感到難受，有什麼可幫手的？

當孩子告訴你自己蠢，不及同班其他同學時

- A. 你蠢？你一D都唔蠢呀！你又識蛇、又識食，仲話自己蠢！
- B. 你其實唔蠢，你細時又擺過xxx冠軍，你小學時又常考5名以內.....
- C. 你覺得很難受，因為成績不及同班同學，使你十分氣餒.....

孩子做功課慢，且不大專注時

- A. 唔該你做嘢快D得唔得呀，睇你就勞氣！
- B. 快D，快D，加油，加油！
- C. 我見你好似專注唔倒，是否有些唔開心嘅事？如果我可以幫手，你就話比我聽喇！

5. 「Let Go」的竅門

- 關係 -- 一個叫人心安的安全網

A = 負面互動「拗手瓜」式的回應

B = 正面互動「解決」式的回應

C = 正面互動「Support」式的回應 -- 建立
一個長久、有安全感的安全網

5. 「Let Go」的竅門

- 關係 -- 一個叫人心安的安全網
 - 良好關係，孩子會回顧，考慮父母的感受和需要
 - 長遠而良好的關係，成為一個安全網，你放心「讓他 **想**飛」

5. 「Let Go」的竅門

- 技巧

- 慢

- 短

- 勿教誨

6. 在那些範疇下，準備「Let Go」

● 選科 / 談戀愛 / 交友 / 前途

媽: 你明年入大學想選甚麼科？你成績不錯，選甚麼科也不難喇！

仔:我想選心理學，我覺得十分有趣。

媽: 咩話？選心理學？將來嘅發展嘛嘛地，你又讀數理，成績又不錯，大把前途好嘅科自可選擇吖，做咩要選心理學？

仔: 但我嘅興趣.....

6. 在那些範疇下，準備「Let Go」

- 選科 / 談戀愛 / 交友 / 前途

媽: 你最近好似常常遲了回家，晚上又煲電話粥，是否開始拍拖呢？

女:唔好咁多餘啦，人哋好傾之嘛.....！

媽:

女:

6. 在那些範疇下，準備「Let Go」

- 錯誤選擇帶來的延誤(愛心包容與忍耐)

仔: (公開試放榜後) 阿爸，對唔住，我D成績嘛嘛地，我未必可以入大學.....

爸:

總結

- 孩子的開竅
 - 急不來
 - 提點不了(他們會忘記)
 - 督促不了(他們依然不會努力，只做自己喜歡的事)
 - 緊張不了(他們依然不會學到趨吉避凶)
- 直至那一刻，他猝然醒覺，要為自己的前途努力，他就會站起來開步走，而且會越走越快。

總結

- 在他猝然醒覺的一刻以前，你要做的，就是：
 - 精神上的「Support」，
 - 表達家庭的支持

建立安全網(同感) - 正面互動溝通「Support/
負面互動溝通「拗手瓜」

總結

- 在他猝然醒覺的一刻以前，你要做的，就是：

- 實際責任/生活的經驗上「Let Go」

讓他早一點醒覺，要為自己的前路努力

讓他經歷起與跌，鍛鍊志氣及規劃自己的路

讓他經歷掙扎，但在精神上「Support」，接納

他的情緒

總結

- 在他猝然醒覺的一刻以前，你要做的，就是：
 - 「Let Go」要注意
 - 安全感(父母的經驗)
 - 愛的捆綁(糾纏、界線不清晰、自己的夢想)
 - 父母不同價值觀/意見分歧
 - 「Let Go」 - 選科、交友、戀愛、入大學選科