

# 孩子需要安全感



## 親子More天倫

廖惠雯

小昕近來經常發噩夢，半夜嚇醒哭喊，昕媽也沒能好睡。

### 成長必經之路

「昕爸也被弄醒。」昕媽說，「昕爸揸的士，不夠睡很危險。」也難怪昕媽擔心。

「小俊以前也試過。」俊媽說，「當時大概三、四歲，夜夜發噩夢。」

「找到原因嗎？發什麼夢？」昕媽緊張地問。

「都是被一些動物或怪獸之類狂追，當時有個在健康院做護士的朋友說，孩子可能缺乏安全感，但只要情況不持久，不需要太擔心。」俊媽說。

「對，很多小孩子都試過出現這種情況，是成長的經歷。」我說。

「你說小俊三、四歲時曾經這樣，小昕都上小學了。」昕媽依然未釋懷。

「成長人人不同，小昕才六歲，不算很大，只要不持續，應該沒大問題。」我說，「若然持續比較久，就試試找專家看看。」

「大概一兩星期，不算太久吧？」昕媽說，「對，怎樣才能給小昕安全感？我自問沒有給她很大壓力，怎麼會沒安全感？」

### 如何建立安全感？

「放心，安全感是慢慢建立的。」我說，「孩子沒有安全感，未必因為承受壓力。」

「安全感是一種感覺，簡單而言，當孩子遇上問題，又或面對一些未見過和未知的事情及東西時，馬上就想找身邊人代解疑難，一旦找不到，自然會徬徨起來。

無助讓人感到無力，心理上就會產生不安。」我向昕媽解說。

「怎樣幫孩子建立安全感？」昕媽繼續問。

我喝了口茶，慢慢向昕媽細道，「都是由心開始。首先要給孩子關心和愛，讓他們知道你在他們的身邊；其次是聆聽，當孩子驚恐時，要讓他們把感受說出來，值得注意的是他們不安的原因，在成人眼中可能是很小的事，甚至近乎無聊，若果他們勇於吐出口聲，卻換來一句『傻瓜，好小事』之類，不但無助驅除他們內心的恐懼，更會傷及他們的自尊和信心。」

「後果咁大，真的要留心了。」同枱的俊媽說。

### 陪她走過「驚歷」

「還有一項，就是給孩子支持和打氣。」我說完，再呷了一口茶。

「對，孩子需要爸爸媽媽無限量的支持。」俊媽說。

「給予支持是重中之重。」我續說，「爸媽的支持，是強心針中最強的一劑，得到爸媽的鼓勵和打氣，孩子會感到爸媽陪着他走，不會孤單。」

「啊！小昕的不安，可能是因孤單。」昕媽忽然衝口說。

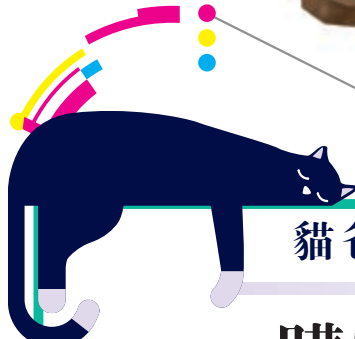
「你和昕爸很少陪小昕？」俊媽問。「我返茶餐廳，昕爸揸的士，怎會有時間？」昕媽無奈地說。

「原因找到了，但我告訴你，沒有其他靈丹妙藥，小昕期待爸媽的支持。」我說。

「對，爸爸媽媽是子女最可信任的人。」俊媽也認同。

明白昕媽兩夫婦都工作忙，身不由己，只有勸她和丈夫盡量抽時間多陪女兒，多聆聽，少責問。

孩子探索世界，首先要安全，有了安全感，就會有自信和膽識。



## 貓爸與小貓

貓爸

## 購物新態度

貓爸：小貓，下次去旅行，再去名牌Outlet掃貨！

小貓：使唔使呀？點解爸B鍾情逛名牌Outlet？

貓爸：小貓，知不知名牌貨正價賣幾貴？你未賺錢，不知錢賺錢好辛苦！

小貓：講到我好似成日花錢咁，小貓慫慫！

貓爸：爸B不是這個意思，想以身作則，教小貓慫慫得就慫。

小貓：教我買名牌都叫慫？

貓爸：捉字蟲！更正，爸B是示範如何做個精明消費者。

小貓：精明？

貓爸：Outlet賣的雖然不是「新品」，卻是正裝名牌，而且很多都只是稍稍「過時」，就大大打折，爸B不介意，嘻嘻！

小貓：爸B沒有留意新聞？之前有篇外國報道，揭露不少名牌Outlet賣的貨，高達四成從未推出市面賣，是第二線貨品。

貓爸：有咁嘅事？講起又似層層，很多款式好像在專門店未見過。

小貓心想，爸B「中伏」了！

貓爸：點都好，名牌貨，品質有保證，不似小貓網購，摸下都有機會。

小貓：爸B，網購又平又多款，最緊要夠潮！

貓爸：網購平還平，但計爸B話，買衫買鞋最緊要合適，要有得試。唔信，你問下媽咪。

貓媽：兩父女又拉我落水？計我話，等專門店大減價最好，春夏秋冬都有季尾特價，季初睇定有什麼心水，鎖定目標，季尾掃貨，咁先叫精明！

貓氏這一家，三口子三種購物偏好，各有堅持和態度，很難「共融」。唯一共通點是：姑勿論討論有何結果，三個人互相尊重——實情是互不干涉，繼續堅持自家的購物態度！

### 爸媽想一想

- 1 事事為子女遮風擋雨，減除不安，會窒礙他們成長嗎？
- 2 子女「需要」和「想要」你代解決問題，有沒有分別？
- 3 若孩子持續不安，背後可能隱含一些問題，應怎麼辦？

### 親子話

讓子女快樂成長，爸媽就要給他們安全感，陪着他們一起探索。



#### 作者簡介

小學副校長、拒絕做虎媽的媽媽

## 布告板

### 英美加中學展

日期：3月16日（六）  
時間：下午1:00至5:00  
地點：香港銅鑼灣怡和街88號富豪香港酒店  
網址：www.maxwayexpo.net/signup

### 潮蒲饒館2019：製作進行中



日期：3月17日（日）  
時間：中午12:00至下午6:00  
地點：香港荔枝角饒宗頤文化館  
網址：www.jtia.hk/hanging-around-2019/

### 家校快訊

### 「智叻科技 樂在『耆』中」展覽

日期：3月14日（四）  
中午12:00至晚上7:00；  
3月15至17日（五、六、日）  
上午11:00至晚上8:00  
地點：奧海城2期地下主題中庭（香港西九龍海庭道18號）  
網址：www.lscm.hk

### 《拾物遺情》參與式互動劇場

日期：即日起至3月18日  
地點：土瓜灣鳳儀街6號地下  
網址：goo.gl/wZ3UQQ

## DSE前路會有幾多條？



### 好媽Sharing

樂媽媽

2019年度中學文憑試開考在即，筆者近日收到不少家長對升學抉擇的查詢，特別是內地升學，希望筆者以「過來人」身份，分享內地升學經驗。

記得十多年前中學會考後，轉到私校讀中六，由於不適應課程，最終決定赴廣州暨南大學入讀預科部，再升讀暨南大學新聞學系。在內地升學，首先要適應普通話的學習環境，校舍位於廣州，飲食及氣候也沒有太大問題，只是住宿及校舍環境較香港簡陋，洗手間衛生較差，還記得舊校舍的廁格是沒有設置門，去廁所時是無遮掩，只好忍住回宿舍才去廁所，晚上洗澡亦要用電熱棒將水加熱。

學習氣氛方面，內地同學勤奮好學，上課都是坐前排，也迫使自己不可以「HEA」讀，回港實習及工作就業亦十

分順利。畢業至今，仍與內地、台灣及澳門同學保持聯繫，大家都十分想念在暨大讀書的愉快時光。

隨着經濟起飛，內地院校的校舍及學習環境大大改善，現時港生到內地升學，學費等可享國民待遇，一年學費及生活費約人民幣5,000至10,000元，較本地或其他國家升學便宜。回想當年，筆者要繳交港澳生的學費比內地生高幾倍，住宿費也貴很多。

《粵港澳大灣區發展規劃綱要》出台，兩地交流將愈趨頻密，港生若盡早熟悉國情，對日後發展可謂無往而不利。現時「內地部分高校免試招收香港學生計劃」，入學門檻為文憑試「3322」，報考藝術體育類科目則要求「2211」，考生一旦失手，仍可有升學機會，加上內地院校的學科選擇甚多，包括中醫藥及水利工程等，考入心儀學科機會較大。所以，有意到內地升讀的文憑試考生，記得在3月20日前網上報名參加「免試招生計劃」，並記得依時現場確認。



### 相聚一刻

圖：俊爸爸



當孩子往前走，他回頭時最渴望看到的是鼓勵的眼神。

## 「特訓」助衝破言語障礙



### 融洽教育

文 深

記得中學時候，班中一位女同學有輕微口吃及「鵝脷筋」，初中時不免會嘲笑一下，而與她聊天，很多時須要求她重複說話，才能聽懂，她每次也默默低頭重複。

### 言語問題影響深遠

幾年過後，需面對公開試，老師深怕她這個情況影響到口試評分，於是每天小息抽時間與她進行練習，每逢停頓或不清晰便要重讀，務求令她流暢地說出每一句說話。結果「特訓」半年，她每次以英語朗讀都非常流利，會考的口試亦順利及格，縱然平日說話她仍會口吃，老師總算為她渡過了難關。

言語問題不僅影響學生的學業成績，同時有損其自信及與同學間相處的社交問題，為學生帶來情緒問題，即使老

師注意到問題，但班上20至30位學生，各有不同特質、問題，老師亦非言語治療師，既難以兼顧，實際也缺乏足夠知識處理。

事實上，當學生疑有言語障礙問題，言語治療師會先為懷疑有言語及溝通問題的學生進行個別評估，了解他們的問題和需要，然後制訂針對性的治療目標。治療目標包括長期目標和短期目標，而治療期間亦會密切監察孩子的學習進度，並作適當調整或訂定新的治療方案。

施政報告早前宣布要加強校本言語治療服務，教育局將於2019/20學年，安排首批約200多所學校推行「加強校本言語治療服務」，大多數的學校群只需由兩所學校組成，便可獲開設一個常額校本言語治療師職位，以便為學生提供更多元化和密集的校本言語治療服務，亦會有更充裕的空間為家長提供支援，亦為學校帶來服務彈性，不用受外購服務的時數所限，政策落實後，盼能更有效協助言語障礙的學生。



### Chit Chat 猜情尋

遇到煩惱？愛情、友情、親情，歡迎寫信同

#### 問：

我是今年DSE考生，考試完結後，初戀男友八月便會到英國升學。我跟他由中一開始認識，他是一個很優秀的男生，我自覺很平凡，能與他在一起真如「中獎」開心。我倆在剛過去的聖誕節才正式在一起，但很快又要分隔兩地，最快三四年後他才會回來。我很擔心熬不過這漫長的等待，很怕感情因為距離而轉淡。男友有承諾不會變心，一定會跟我重聚，但我總是沒有自信。我想知道如何才能成功令感情保鮮？

#### 答：

所有的成功都從「相信」開始萌芽，無論是學業、工作，甚至遠距離戀愛也是。如果從頭至尾都抱持着遠距離會令關係疏遠的念頭，那麼這段戀愛也真的很難成功。「相信」包括信對方和信自己。對方未來會否變心，不可控制也不能預知，與其杞人憂天，不如順其自然，現時通訊科技發達，只要有決心，想跟遠方男友保持有效溝通不斷線並非難事。反而從你的來信，我覺得是你自

覺條件不及男友，欠缺自信，所以常常會有一種患得患失的感覺，長此下去，就算不是遠距離戀愛，想維持長期健康的關係也不容易。

從另一角度看，這不正是對你倆的最佳考驗嗎？就算沒有男友在身邊，也要做好自己，考好DSE，好好升學，別讓對方擔心。數年後相見，讓他看見一個自信有魅力的Aretha，便是最佳的保鮮方法了！

~紀子

電郵：keizi.lovebox@gmail.com