

教子有方

好爸媽  
教出更好的  
孩子

王素文修女 著



良友之聲出版社  
VOX AMICA PRESS



# 序一

## 不倦的教育工作者

文文修女是我所認識的一位開朗熱誠、細心和關心孩子的修女朋友。每次見面，我總喜歡聆聽她的教育祕訣，她的腦海裡彷彿內置了一座教育孩子的寶庫，一套百科全書。雖然，她不是甚麼學者教授，但她擁有一些吸引讀者和聽眾的魅力，我想是因為她散發著一種愛的馨香——正能量。

有一天，我們的宗教科主任邀請她來我校主持家長講座，分享「賞識教育」，參加者都深受感動和啟發。過了一年，我們又邀請她來校分享，她再次專誠從澳門遠道而來，還慷慨地留下一些電子簡報說：「你和老師們分享吧！她們對學生成長的影響如同父母一樣重要呢！」文文修女就是這樣一個簡單隨和的人，她總是樂此不疲地與家長和老師們分享愛心教育的精髓。

文文修女也是一位善於以文字和說話傳達思想的福傳者。因此，她把教育孩子的祕方和人生智慧寫成一篇篇精彩的小品，如二零一三年出版的《教子有方：好爸媽·快樂孩子·幸福家》；又多次在電台主持短講，分享心得。

有一天，她送給我一個小巧精緻的小天使，並雀躍地告訴我，她如何教導學生製作那些小天使和背後的信仰意義。我向她請教製作的方法，她便約我到修院見面。她把材料和工具一併為我準備妥當，又告訴我如何去買更多的材料，真令我感動！



文文修女，您是一位令我非常敬佩的快樂天使，感謝您繼續把您的教育經驗和心得結集成書，讓更多人可以流傳您的智慧，感染您的熱誠。

我誠意向讀者推介文文修女這本文筆細膩、語重心長、精心特製的「續集」——《教子有方：好爸媽·教出更好的孩子》。

■ **張惠儀**

現任嘉諾撒聖瑪利學校校長

## 序二

## 母佑會與我家結了半生緣

我與王素文修女相識於二零一四年。

當時我在澳門主持一個有關家庭關係的課程。王修女上課時總是坐在第一排最接近講者的位置，她經常發問，又積極參加課堂的活動。她雖然專心上課，但從不會安靜下來，包括不斷做小手工、串手鏈給她的學生及課堂上的朋友。她的表現符合了「過動症」的徵狀，卻擁有極強的專注力和好奇心。

我最喜歡跟「充滿好奇心、過動而專注」的朋友一起學習！跟這些朋友在一起，總使人朝氣勃勃，滿是陽光和生命力，及帶來很多驚喜。

課程期間，我的太太跟一些朋友來聽課，我當然把她介紹給王修女。怎知她們兩人一見之下，便互相打量一番，經一連串的互相提問，發現原來太太正是在香港母佑會聖母幼稚園上主日學，十五至十七歲時，還在那裡上慕道班，年青的王修女就是園內其中一位導師。一算之下，已是近四十年前的事了。

她們的相認把兩人都帶回十五、二十歲少年時。雖然年紀大了，但修女和太太的活力沒有絲毫減少，反而更見生命力和智慧，她們的信仰亦更見成熟。在我太太身上，我們一家體驗到母佑會的教育是如何成功和深遠。感謝母佑會、王修女及她的修女姊妹們，她們將一份最重要的禮物——對天主的信仰，帶給了一個正在生命中低沉的小女孩。太太曾跟我說，從修女身上，她學會了祈禱精神和簡樸的生活態度。所以



說，沒有母佑會、王修女及她的修女姊妹們，我的太太也許未必學會愛天主，也不會有日後的成長和發展。我們這個家庭，實在受著母佑會修女們一份莫大的恩德。

王修女不單在教養孩子上有豐富的實戰經驗，她還非常勤力，著作甚豐，亦不斷推廣親職教育。我曾慕名參加她的一個親職講座，本來一心想坐在暗角向她偷師學藝，怎知她眼尖，把我從座位上抽到台前，向聽眾說：「他是家庭治療師，我是教育工作者。我在前面做預防，他在後面做治療。」我回應說：「王修女跟我是一個團隊。」正當我擔心失言時，修女以一貫的爽快確定說：「我們正是如此。」

王素文修女在本書中，以她豐富的經驗、無私的愛心、活潑的生命及淺白的文筆，與讀者分享如何建立父母孩子的恩情關係，使家庭成為每個人力量的泉源。王修女四十年前曾帶領一個迷惑的小女孩皈依基督，讓耶穌改變了她的生命，及至她的丈夫及孩子。我相信王修女也會藉這本書，給讀者帶來豐富和積極的生命力。原因很簡單，因為我就是其中的一位受益者。

#### ■ 梁敬之

婚姻及家庭治療師

## 序三



## 以愛為本的教育

樂育菁莪歷苦辛，主恩涵泳倍精神。  
 思高德範施蘭澤，聖母慈心撫疾貧。  
 設法想方頑石醒，廢寢忘餐牧羊欣。  
 踴躍步履毋言退，榮寵基督又日新。

素文修女與我相識四十年，起初各自為教育奔忙，見面很少，但通訊不絕。她長期在澳門為兒童服務，都是一些家庭破碎或行為出軌的孩子，可謂極富挑戰性。

二零零三年我到廣州進修，適逢她被派往位於增城石灘的「慈幼中心兒童院」工作，才真正體會到她怎樣教育孩子。當她知道我來廣州，很是歡喜，並邀請我假日到兒童院教孩子書法和朗誦。還記得那天，我剛到埗，孩子們張張笑臉，前呼後擁，爭著為我提行李，「阮老師」之聲不絕，熱情極了，令我受寵若驚。原來這絕非一時之舉，相處下來，瞭解到「禮貌」已經成了他們生活的一部分，無論看見熟人、陌生人，都要主動招呼；這是要求，也是教育。身居香港，從事教育多年，即使在「優秀」的學校，何曾見過這樣的場面，在這裡我看到了素文修女教育的成果。

在〈好習慣由家庭開始〉一文，她強調禮貌是優秀孩子的起步，怎樣讓優秀變成一種習慣，是父母不可忽視的。素文修女把平日的教育心得結集成書——《教子有方：好爸媽·教出更好的孩子》——一本給父母的情書，找出點子讓父母教出陽光的孩子，開展他們快樂積極的人生。

家庭是孩子第一所教育學院，父母是第一對啟蒙老師；素文修女結合她的專業，於學理和實踐都有很具體的析述。在〈書香家庭的美果〉談及營造家庭氣氛，養成良好習慣，提供寧靜學習環境等，予以實證；在〈妙法締造溫馨時光〉強調「貴精不貴多」，父母與孩子溝通需觸及感受，讓他們有幸福感，而非檢查功課，彼此談條件。發展孩子的自信與創意，當來自傾聽與讚賞，情感交流和得到正面的回饋。



一般父母以為孩子進了優秀的學校，順風順水一讀書、考試、進大學等「一條龍」，就是最大的成就。素文修女沒有強調這些，在〈積極的力量〉中，她重視如何讓孩子在更優質的條件下成長。自信心和復原能力是積極人生的兩大方針，如何增加孩子的快樂指數，自信地奮勇向前；敢於面對失敗，能再接再厲。她說父母既為孩子之師，言教身教須並重、夫妻間和諧、價值觀傳遞得謹慎。總之，金錢、名譽、地位勿看得太重；感恩讚賞決不可少；「溫馨軟語、細心關懷」，都是培養孩子積極性格的重要元素。而於〈孩子反叛？對症下藥 自主成長〉，她勸諭父母切勿小題大做，也不要視而不見，更新溝通方法格外重要。

素文修女的教育以愛為本，於書中反復叮嚀，充分體現出對父母的殷殷期望，以及孩子有幸福家的重要。相信這本書能為做父母的帶出方向和實用的點子。

素文修女已逾花甲，但數十年如一日，為孩子操勞操心。她曾笑對我說，修女事奉上主，是沒有退休的。有時看著她疲累的步伐，但臉上仍綻放著青春愉悅的笑容，一言一語是那麼堅定，只想著不斷努力學習，怎樣為孩子做得更好，這是我所敬佩和讚歎的。為此，特別於文首撰寫一首詩以表達我的心意。

#### ■ 阮少卿

已退休的資深中學教師

## 序四

## 家庭是一塊寶地

家庭是孩子成長的土壤，要建立一個幸福的家絕不容易，破壞這個家卻只需一次誤會、一個不諒解、一點自以為是，再加上一刻的自私就足夠有餘；到時候要重建這個家就十分困難。所以，父母要不斷以細心體諒、關心照顧，無條件地付出愛，去成就一個幸福的家，我們的孩子就能在這塊充滿愛的土壤中健康快樂地成長。

家庭是一塊寶地，是使孩子成長的重要之地。我們愛孩子的同時，更要尊重家中的每一個人，溝通要順暢、處事要公平，更要合力營造一個有講有笑、有問有答、有商有量的氛圍，使孩子平安喜樂地健康成長。每個人、每個家庭、每段關係背後都有一個獨特的故事。以慈悲的心，尊重每個人、每個家庭、每段關係，就會成就更多幸福家庭。

父母的好榜樣能陶造孩子的上進心，彼此溝通可增進共識，有了共識就能積極地各自為自己的理想奮鬥，並各自承擔責任，這就是尋找幸福的捷徑。但幸福不是必然，書中一篇〈好家庭的窈窕淑女〉的主角小玉，她的雙親在結婚二十五週年銀慶時，曾分享他們在信守婚誓的過程中，遇到不少困難，但大家以尊重、包容、溝通，尤其是每晚睡前的交談，清除誤會，以作為幸福的保養劑。

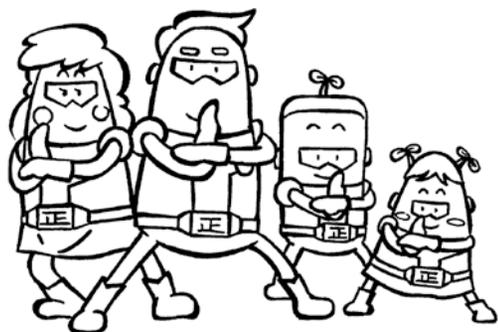


祝福天下有情人成眷屬後，都能真誠相待，互愛互諒，共組幸福家。這樣，在你家中成長的孩子就是幸福小寶貝。特意獻上這本書給一起為營造幸福家庭而努力的朋友；更為感謝我摯愛的父母，讓我成長在他們努力營造的幸福家中。

■ 作者 王素文修女



## 目錄



序一：不倦的教育工作者 2

■ 張惠儀校長

序二：母佑會與我宗結了半生緣 4

■ 梁敬之先生

序三：以愛為本的教育 6

■ 阮少卿女士

序四：家庭是一塊寶地 8

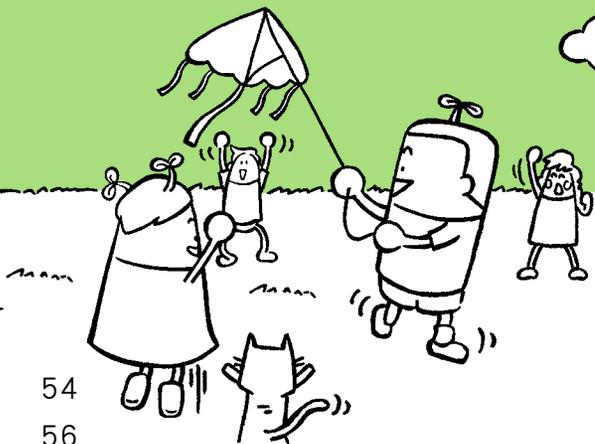
■ 王素文修女

## 第1章：溫馨家庭 成長沃土

- 家庭是孩子成長的沃土(上) 16
- 家庭是孩子成長的沃土(下) 18
- 孩子的藥 21
- 完整的家 完整的世界 24
- 同心圓家庭 27
- 好家庭的窈窕淑女 29
- 書香家庭的美果 32

## 第2章：父母陪伴 孩子幸福

- 父母的陪伴是陽光 38
- 尋寶者的心態 40
- 妙法締造溫馨時光 42
- 分享生命中的美好 44
- 幸福因你在身旁 46
- 以天主的愛來愛孩子 49



### 第3章：正面能量 齊來發放

- 發掘美好 欣賞孩子無價寶 54
- 賞識才能 成為伯樂伴同行 56
- 賞識品格 樂伴成長「超」合拍 58
- 信任肯定 增強自信抵逆境 60
- 喜樂成長 美好前途任飛翔 62
- 培養樂觀 知足常樂是良伴 64
- 培養自愛 積極思想傳下代 66
- 尊重孩子 取愛捨恨有良匙 68

### 第5章：成長疑難 親情解答

- 亂發脾氣？ 提升EQ 改善關係 96
- 怨憤不平？ 避免偏心 孩子感恩 98
- 網絡成癮？ 親情治療 建立紀律 100
- 學習無動力？ 家校攜手 激發興趣 102
- 學習無動力？ 扼殺害蟲 親情推動 104
- 孩子反叛？ 對症下藥 自主成長 107
- 成長困擾？ 溝通有法 走過低谷 110
- 信仰疑惑？ 仰賴天主 耐心化解 112

### 第4章：管教並行 以真作則

- 不要助長應分的心態 74
- 愛是忍耐 76
- 放手成就自信 78
- 快樂是懂得自尊 80
- 責任感的培養 81
- 好習慣由家庭開始 84
- 教之以理 將心比心 87
- 積極的力量(上) 89
- 積極的力量(下) 91

Meow...







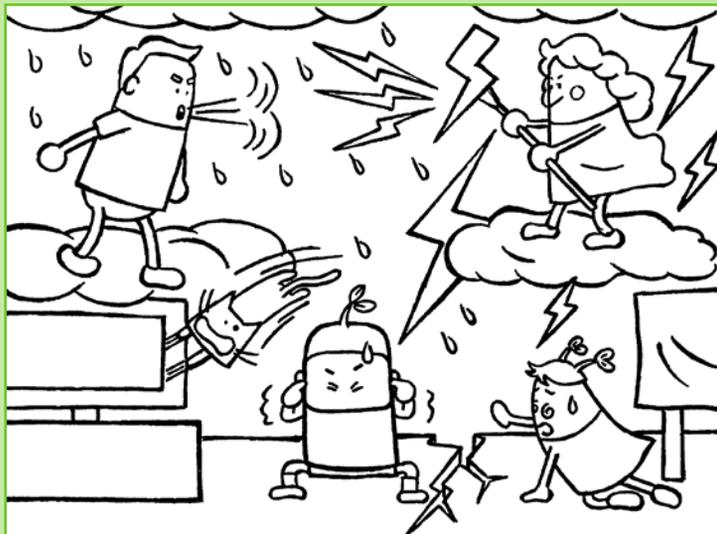
溫馨家庭  
成長沃土



Meow...

# 勿讓家中起風雨

1

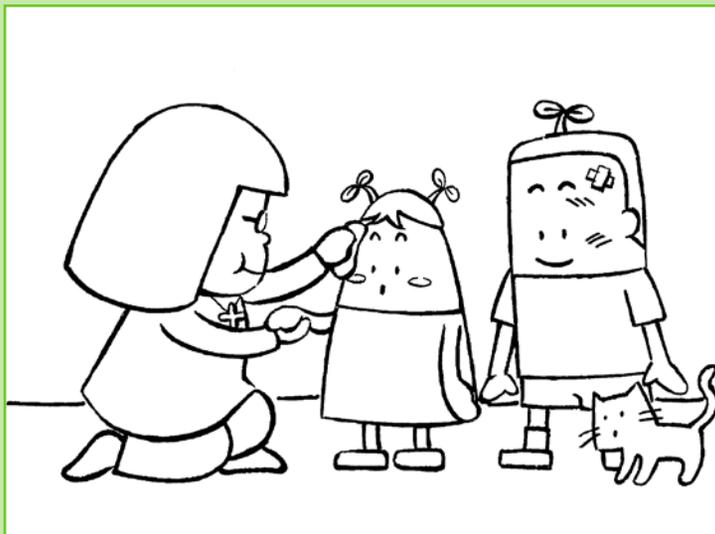


2

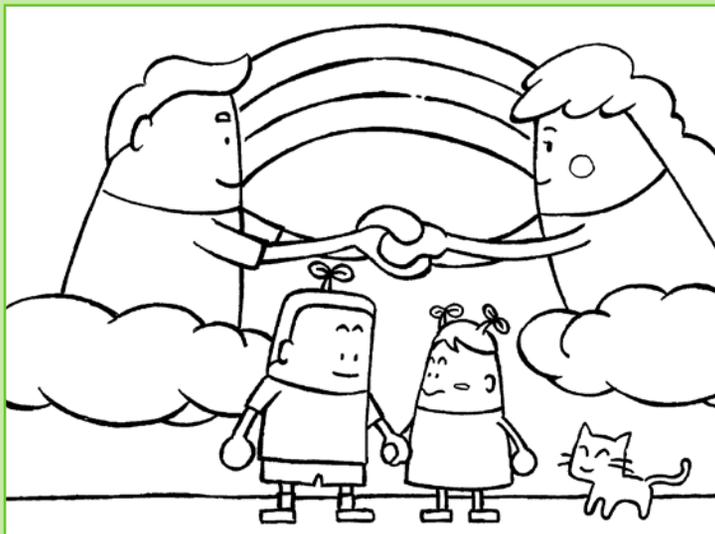


# 攜手締造安樂窩

3



4



## 家庭是孩子成長的沃土（上）



植物需要有良好的土壤，才能茁壯成長；同樣，孩子也需要一個和樂共融的家庭，才能健康快樂地成長。父母關係和諧契合，這個家就有良好的氛圍，孩子就能夠安心地在父母的愛護下成長。相反，父母終日吵吵鬧鬧，孩子心中就會充滿驚恐焦慮，無法集中精神。

天下父母大多愛護孩子，但婚後，久而久之就會對另一半有所要求，不完全肯付出白白的、無條件的愛。若有事情不順自己的想法，就會表達，或訴諸說話，或表現沉默，務求對方感覺到自己的不滿。這樣，家裡便會充滿「火藥味」。孩子的心靈最敏感，容易感受到父母的態度和言談中所包藏的不滿。

### 家庭問題影響孩子

有時候追本溯源，就不難發現部分孩子在學業和行為上的問題，其實是由父母衍生出來，以下就是其中一例。升上小五後，本來天真活潑、勤學好學的徐日昇，突然沉默起來。他還常常遲到、上課走神、功課馬虎，成績一落千丈。班主任於是把個案交給我接手。

日昇平日彬彬有禮，但初次和他會面時，卻連招呼也沒有打，十問九不應。我耐心地跟他說，人人都有自己的祕密，只有把祕密及心事告訴自己信任的人，才能找出辦法去解決。我問他：「你有心事嗎？」見他微微點頭，我就乘機說：「那我是否你信任的人呢？」他凝望著我：「你會為我守祕密嗎？」我點頭，他就把事情和盤托出。

## 不安釀煩憂

原來最近幾個月，他的父母都在「開戰」。一時對罵，一時「冷戰」，令他十分難受。即使在上課時，他也會為父母擔憂，耳畔甚至迴響著他們的對罵聲，老師所教的課程，他全都聽不進去。擔憂和焦慮，令他很難集中精神，無心完成功課。晚上睡不好，早上不願起床，因此才會經常遲到。

用心聆聽後，我感受到孩子的無辜及無助。父母對他們身心發展的影響，是如此具體。若不處理此事，孩子長期處於這種狀況，就會引出病症來。目前，他睡不穩，耳畔常聽到父母對罵；不能集中精神，無心學業，只掛慮父母的爭吵何時方休。煩憂稍下眉頭，又上心頭，這正是抑鬱症病徵的先兆。於是我安慰他，聽到我說會約見他的父母後，他含著滿眼淚水點頭。

