

良好親子關係的基礎

邱敏儀女士
本中心 高級服務督導主任
(資深心理輔導員)



Trust (有信)

親子關係建基於**互相信任** — 父母能信任孩子，孩子能信任父母。要做到這點，父母須學會：

1. **身教**：要對著孩子「說真話」「言出必行」「以身作則」；做不到，就請不用說了。
2. **人誰無過，知錯能改**：孩子畢竟是年幼，許多事情也要從錯誤中學習；所以當孩子犯錯，父母首要是幫助孩子有勇氣承認錯誤和面對事情。要令孩子承認錯誤，孩子必須有安全感，確知父母就算責備也只因愛，只因想教好自己，所以父母也要即時從旁指導孩子承認過錯和承擔責任；那麼孩子被責備時，也不會有過激的情緒反應。

Hope (有望)

從小就培育孩子**希望在明天**的信念。沒有人會知明天怎樣，但每天總是新一天，新的一天就有新的希望。童年時，老師常說「關關難過，關關過」，憑著此信念，孩子對生活才會有動力。

Love (有愛)

愛要**愛到底**。成功的父母是：當責備了孩子，孩子當然不開心，甚至會有情緒或以不良行為回應。但孩子平靜過後，仍然感到父母的愛，明白被責備的原因，也願意改變和接受教導。所以愛要愛到底，這份愛是無條件的。不是孩子不聽教時，就不值得對孩子好；不時孩子獲不到獎牌，就不值得欣賞孩子。而是當孩子不聽教時，父母仍能有教好孩子的心，接納孩子的不足，與孩子商討，如何面對過錯、失敗和困難。

(文章未經許可，不得翻印或轉載。)

Counselling
Services
輔導服務

電話：2339 5812

網址：<http://www.hkbh.org.hk>

傳真：2339 5813

電郵：cpssc@hkbh.org.hk

地址：香港九龍聯合道320號建新中心一樓
香港浸信會醫院 輔導及病人支援中心



輔導及病人支援中心成立於2011年(前身全人健康中心)，由資深心理輔導員為有需要的公眾人士提供專業及保密的輔導服務，以及為患者及親友提供心理及社交諮詢服務。中心並貫徹本院「全人醫治 榮神益人」的宗旨，致力在社區推廣全人健康理念，應邀請為不同的機構提供講座和培訓。