

# 海端加油站

## 第一百四十四期

發行人：吳炳男 校長 發行：台東縣立海端國中 輔導室  
總編輯：黃美玲 主任 地址：台東縣海端鄉海端村山界1號  
編輯群：趙意如 主任 電話：089-931390  
劉倉旭 主任 創刊日期：101年11月30日  
郭黛瑩 老師 發刊日期：109年9月1日

### 學校活動留影

#### 【109.08.28 親職教育研習】



## 家書與寬容

一篇網路文章內容是藉著真實故事來反省我們臺灣的生活教育。主旨如此寫著：「我們是否能夠教育出這種小孩，或這種家長呢？」我好奇的把它讀完。

作者在普吉島度假，於旅館的大廳看到工作人員滿臉歉意地安撫一名四歲，正哭得唏哩嘩啦且飽受驚嚇的澳洲小孩。原來是參加兒童俱樂部的孩子，被糊塗的領隊遺漏在原地，沒有隨團離

開。不久孩子的母親出現，並蹲下身子安慰。雖心疼但理性地告訴孩子：「媽媽在這兒，沒事了。領隊姐姐找不到你也很難過和緊張。她不是故意的。現在請你去親那位姐姐，順便安慰她一下。」這孩子墊起腳尖，湊前去親那一名工作人員的臉頰。

「臺灣的家長總是冀望得到別人的寬容與體諒，卻忘了別人也需要我們的體貼。每一次看到類似文章，就覺得自己是失敗的、不及格的媽媽。」附在信件裏的提醒，一語道破臺灣社會普遍的迷思。相對於一般家長的反應，恐怕是拎著孩子去據理力爭，甚至大鬧一場，要當事人道歉、下跪、賠償退費……等，這不就是社會新聞經常出現的畫面？請記得，擁有寬容態度的家長，才能教出懂得寬容的孩子。我喜歡文章最後的結語：  
「體貼別人，也等於體貼了自己的心。」

這故事讓我想起了自己的公公，他就是一位懂得寬容的長者。居住臺灣的我們很難盡遠程的孝道，一直以來都是大哥辛苦地照顧老人家。有一天美國所有親人決定要把老人家送到安養院，聽說公公是含著淚水離開自己熟悉的環境。雖有不捨，但他從不表現於犀利言詞，反而寫了信給我。讀了公公的信，心得就像杜甫之言「家書抵萬金」，公公的家書確實給了我人生價值的啟示。  
翊菱賢媳：

謝謝你的新書，我既驚喜又迫不及待地拿起就讀。雖感安慰得此才女為媳，卻也心疼你將忙於各種事情。我要告訴你一件事情，因為你的兄長也已年老，也因長年辛苦的照顧我，他的健康也需要被照顧了。為了減輕你兄長的工作量，我決定要住到老人院。此處非常幽靜。第一晚，因轉換新環境有些不習慣。臨搬去的時候我也流下幾滴淚水，但幸福的是我三個子女都到齊，還有媳婦一起送我到老人院。這種幸福不是每個人都能擁有的。只要能減輕你們大哥的辛苦，我到老人院也算是一宗好事。所以請不要誤解他，有如

此優美的環境安養身心，加上有你如此才能的媳婦而感到欣慰，我不會寂寞的。請勿念。家翁字

充滿寬容與愛的家書，每每都讓我含淚感動並呵護至極地捧著閱讀。公公成熟平穩的性情，有修養的隱忍著個人的不捨與悲傷，娓娓道來他住進老人院的心情，表現出對孩子的寬容與毫無抱怨。有了父親的精神感召，因此體悟了做為晚輩的我們，更要懂得相互以禮約束的生活在一起，不讓長輩煩憂，如此才是真正的孝順。

處於 3C 世界，一切講求速度與效果的現代人，心靈極為忙碌。曾幾何時寫家書也成了歷史。提筆寫信絕不是落伍的事情。請寫信給自己，多寫信給孩子。

因為閱讀文字的同時較有「反思」的空間，相反地依賴言語的訓斥，聲音會讓聽者不安，充滿反抗的情緒，教養的效果反而不好。受父親家書的影響，到現在我依然喜歡提筆寫卡片給所要感謝的人，或寫長信給家人。家書的風氣依然盛行在我的心靈世界。因為我明白「家書」的功能，它也是展現身教的一種工具。

奉勸所有家長，若有心教養孩子成為有用的人，請積極學會「自我反省」這檔事。反求諸己，可以為自己建立心靈空間，可以為自己開闢寧靜土，以及走出人群與對生活的焦慮。等待內在的品質提昇後，我們就能擁有：柔軟的心、對人有愛、不批評人、說話真誠以及最重要的收穫，那就是能夠包容一切。

摘自《講義雜誌》2012 年 10 月號

## 衝突與和諧

### 1. 命令者的角色

....父母：把電視關掉，立刻回房間做功課！

....孩子：關掉就關掉，有什麼稀奇！

### 2. 法官的角色

....父母：哭什麼哭，你準是又和人吵架了！

....孩子：我被同學撞了，你們不分青紅皂白卻說我和別人撞了！

### 3. 威脅者的角色

..父母：下次再考這種壞成績，休想再進家門一步！

..孩子：不回來更好，反正你們都看我不順眼！

### 4. 說教的角色

..父母：告訴你多少次要帶雨傘，你看你全身都溼透了！

..孩子：沒帶雨傘才清涼有勁，你們真囉唆！

### 5. 萬事通的角色

..父母：怎麼搞的！不僅字潦草，連畫都畫歪的，心該畫在中間才對！

..孩子：老師明明說心臟在人體偏左的地方！

### 6. 斥責的角色

..父母：這麼簡單的數學也不會做，簡直笨的像豬！

..孩子：我是笨豬，那你是笨豬的老爸，哈哈！

以上是日常生活中的六種親子衝突類型，下面告訴你一些和諧的親子溝通之道：

一、不要以諷刺、嘲笑的方式來管教孩子。

二、要中斷孩子所做的事情之前，先讓他了解原因。

三、鼓勵孩子從經驗中學習，有必要時才協助他，讓他從中獲得成就感。

四、以幽默的方式接納子女，這樣才容易發現問題所在。

五、耐心傾聽孩子的理由，斥責往往會封住孩子的心，堵住孩子的嘴。

六、給孩子說「不」的權利，這樣親子間的雙向溝通才容易建立。

七、多稱讚你喜歡再看到的行為，孩子的不良行為就會慢慢消失。

八、讓孩子替自己的行為結果負責任。

九、給自己一段與孩子獨處的時間，讓他感受你對他的重視與關愛。

十、把學習的權利交給子女，孩子遇到疑難時，引導他思考而不是告訴他結果。