



陪伴是孩子成長 最好的支持

文：梁銘恩

作為兩名子女的母親，從事社會服務工作，兩寶分別是 11 歲哥哥 HenWin 及 6 歲妹妹 Abigail。如何平衡工作及親職陪伴，時間管理是一大難題。

神隊友互補

父母的陪伴是孩子成長最好的支持，父母除了要時刻留意孩子的發展情況，更重要的是提供支持孩子發展的良好環境；所謂優質的環

境，不是為孩子購買玩具，而是用心和孩子互動，陪伴孩子成長。



過去對“父職”的印象是男主外，主要負擔家中的經濟。隨着社會發展，雙職家庭成為普遍現象。我感恩兩寶的爸爸積極參與育兒工作，爸爸除了帶他們去興趣活動——街舞訓練外，也會帶兩寶探索社區中的生活配套，體驗小城之美與親子之樂。有研究顯示父親投入度愈高，不但與孩子會更親密，與妻子的溝通暢順，夫妻關係更甜蜜，家庭更和諧。加上孩子

與父親的互動方式、語調、用語等跟母親不盡相同，父親的角色不可或缺，這些對孩子的發展，有着正面性的幫助。

聽·說·愛相處的藝術

社區為鼓勵家長多陪同幼兒參與親子活動，積極舉辦不同形式的親子活動，增進親子關係。當中筆者服務的社區中心運用蓋瑞·巧

記趣



啓俊

2歲10個月學跳舞，一學就7年。多謝家人堅持投入金錢、時間，一直陪伴及支持我。讓我學會堅持做好一件事情。也讓我認識和學會尊重一班朋友；獲得友誼。



媽媽

學會自律，既達到學校的學習要求，同時亦投入跳舞，兩者兼容。



啓俊

爸爸媽媽，我會努力的，看我的！



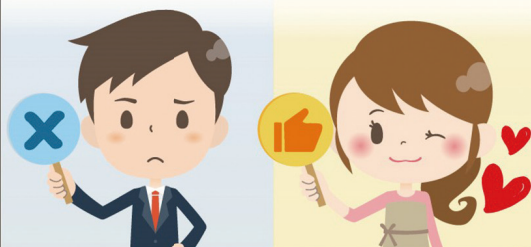
- 每個人都有關於他與她堅持的故事
- 還有在背後默默支持的人



門（Gary Chapman）博士提出的“愛之語”，以“聽·說·愛相處的藝術”，講述人與人之間溝通和相處的技巧，如何運用聆聽、說話、表達愛，令親子、朋輩或夫妻間的相處變得更輕鬆，輕鬆拉近人與人之間的距離。

作為雙職家庭加上輪班工作，親子互動時間相對減少；我與兩寶爸爸會爭取每天與孩子互動交流，了解他們在學校或上街舞課時的學習情況，讓他們感受到關懷，同時培養他們表達能力。

五種愛之語



類型

簡單講

應該點做

1 肯定的言詞

用讚美或鼓勵的話來肯定、接納及支持對方。

減少批評、抱怨的行為，轉為發自內心的稱讚。

轉個角度想想對方所思所想，以溫和且堅定的言語來與對方交談。

2 共樂的時刻

專注於陪伴，感受彼此的互動，用心交流。

拒絕假裝式陪伴。

真正的陪伴不在於時間的長短，而在於用心對待。

3 貼心的禮物

送禮不求奢華，正所謂「鑽石與黃金，不及我一片真誠與真心」。

送出的禮物會令經濟有負擔。

禮物不是將愛物質化，而是將愛視覺化，珍惜送贈之物品。

4 服務的行動

專注力放在對方身上，用行動為對方做一件事。

拒絕男主外女主內。

家務是一家人的責任，家庭成員需分工合作，各施其職。

5 身體的接觸

友善的肢體接觸，分享彼此的情緒，給予對方支持和力量。

拒絕命令式的接觸。

出於真心給予擁抱及問候，尊重對方。



家校合作

在孩子成長的過程中，學校是家庭外另一個重要學習場所，老師和同學的陪伴是他們前進的動力，因此學校舉辦的任何親子活動，我們都爭取參與。感恩過去校園學習的日子裏，學校舉辦的一系列親子活動，增加家長對學校

工作的了解，掌握兩寶在校的學習生活情況，更通過互動環節了解到中國傳統日子的由來及意義，讓父母與兩寶有着難忘的回憶，創建共同成長的平台。

記趣

妹妹 Abigail 學校“開筆禮”

“開筆禮”是對學童進行的一次“崇德立志”啟蒙教育，人生四大禮之一。“人”字，人生聰明識字始，通過開筆禮邁開學習的第一步，走好人生的每一步，快樂成長！



記趣

哥哥 HenWin 學校“十歲成長禮”

“十歲成長禮”人生首個十年，一個里程碑！學會感恩，感謝學校老師任帶路人，爸爸媽媽任一生陪伴者，健康快樂成長！



（作者：社區中心服務總監）