



東華三院
Tung Wah Group of Hospitals

越峰成長中心

“愛·心·關懷”

伴您行

第一期

漫談管教

親子方情式：
6A親子教育

毒品快訊：
頭髮測檢知多少

由禁毒處贊助

編者的話

我們東華三院越峰成長中心喜獲禁毒處再度撥款，於全港繼續推行家長及教師禁毒支援工作。我們深信家庭為青年抗拒毒品的重要保護網。因此，我們舉辦的講座除了提升家長的防毒知識外，更分享親子技巧，以凝聚家庭的力量。

很多家長經常投訴子女「唔聽話」，希望學一些方法去「管」束、「教」好自己的子女。我們習慣性把焦點放於子女的行為問題上，往往忽略了親子關係及互動。其實，子女是否真心接受父母的管教，這主要視乎平日的親子關係。近年，美國著名家庭教育專家約翰·麥道衛博士 (Dr. Josh McDowell) 提倡以6大積極原則教育子女，當中接納、讚賞、關愛、時間，是父母與子女建立親密關係的元素；而責任和權威，則是對子女的管教和約束。愛的權威才能培養子女的自主能力，使他們有能力作出正確的言行舉止。

本期〈“家·心·關懷”伴您行〉將專題探討此親子教育原則，並邀請了〈家長滙習〉的導師石玉瓊姑娘為我們講解此親子原則的應用及分享個人的親子故事。此外，我們於本計劃年度的季刊加入新元素，如以漫畫的輕鬆形式帶出親子之道，盼讓各位家長掌握更多、更新的親子資訊。

目錄

親子方情式	03
家·訪	05
談情說愛	09
對他有話兒	11
漫談管教	13
毒品快訊	15
計劃進度	17



親子方情式 — 6A 親子教育

6A 親子教育是美國著名家庭教育專家約翰·麥道衛博士(Dr. Josh McDowell)近年所提出的一套完整實用的子女教育方法。6A是指六大積極子女教育原則，因這六個原則在英文單詞中都是以「A」作首個字母，故稱6A。

權威 (Authority) :

用愛來管理，為孩子作出正確決定而提供必要的界限。

責任 (Accountability) :

對你的孩子言出必行，信實可靠教導他們凡事盡職盡責，培養孩子的自律、自控能力。

關愛 (Affection) :

關切的言語和行動，培養孩子被愛的感覺。

時間 (Availability) :

花時間跟孩子相處，給孩子倍受重視的感覺。

讚賞 (Appreciation) :

真誠的讚揚和肯定，培養孩子認識到自身的重要性。

接納 (Acceptance) :

無條件的愛，培養孩子的安全感和自我價值感。



「愛」是基礎建設，用來支撐「約束」

這個6A原則是打造一個健康積極、功能完善的家庭藍圖。家的地基是「接納」，緊挨在地基上的就是「讚賞」。「關愛」和「時間」是兩堵牆，代表向孩子傳達「接納」和「讚賞」的方式，同時也用整個愛的上層建築來支撐約束部分的橫樑和屋頂——即「責任」和「權威」。當你用正確的順序應用這六大原則，你將會成為孩子心目中的英雄，不是為了讓你自己滿意，而是真正為了造就孩子，讓他們得益。

「愛」和「管教」平衡定律

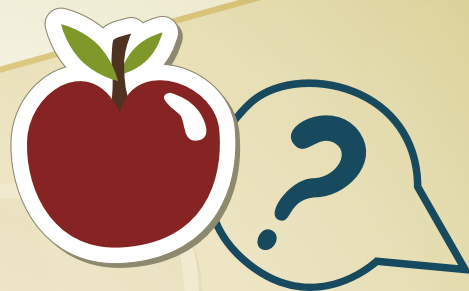
親密關係 + 管教 = 順服

惡劣關係 + 管教 = 叛逆

參考資料：

約瑟·麥道衛、迪克·戴依 (2011)。6A的力量。(黎穎、王培潔譯)。
臺北市：綠洲出版社。

如何應用



6A親子教育原則？

家長滙習副會長石玉瓊女士訪問

(石：石玉瓊；鄧：鄧燕平)

鄧：你何時開始接觸6A親子教育？

石：應該是09年，那時幫陳敏兒做家長教育工作，開始接觸不同的機構，知道北京引入了6A親子教育這套概念，故想了解多些。

鄧：你覺得6A親子原則跟別的親子理論、技巧有何不同？

石：坊間一般的親子教育大多為「頭痛醫頭，腳痛醫腳」，主要教導家長如何處理子女的行為問題，或如何提升子女的智能，焦點全放在子女身上。然而，6A親子原則要求家長亦要作出改變。在課堂中，很多家長會漸漸發現原來「子女不聽教、不受控」並不是子女的問題，而是自己的問題。6A親子教育正好給家長一個提醒，重新檢視自己是一個怎樣的人，如何影響著子女的成長。

鄧：你認為家長在親子教育上最常遇到的困難是什麼？

石：家長普遍會投訴子女不聽教，「我有我講，佢有佢做」，猶如老鼠拉龜，無從下手。另外，現今資訊發達，小朋友很容易不尊重父母，「你out啦，依家無人咁諗嘢啦」，令父母管教變得困難。再者，現時父母大多受教育，深明既要去管，亦要懂放。但在實際執行上，他們卻遇到兩難，內心有很多掙扎。管束子女過後，父母往往感到內疚、自責，認為自己傷害了子女，但當情緒再來，又控制不到自己。

鄧：如何運用6A親子原則去解決這些困難？

石：6A著重親子關係的建立，尤其是無條件的愛，用愛把彼此的關係拉近。東方的父母不習慣讚賞子女，所以子女所得信息是：怎樣做也達不到父母的要求。6A教導父母要善用讚賞，讓子女知道父母是看得見自己的努力，感受到父母的愛。當子女發現父母欣賞他，便會願意做得更好，希望父母能更欣賞自己。這過程沒時間是不行的，父母是否願意花時間跟子女建立一段良好的關係，這點很影響子女管教。

鄧：子女在成長過程中會有不同的需要，家長應如何調整其管教？

石：家長要清楚明白子女不同時期的需要。若不了解，當發現自己沿用的管教模式無法運作時，便感徬徨，甚或認為子女的情況開始失控。認識，能讓我們減少恐懼。但認識過後，如何運用6A呢？我想最重要的仍是關係的鞏固，讓子女在關係中感受到父母的愛、包容及接納。當父母眼見子女犯錯，他們的反應往往非常強烈，令子女感害怕，內心有很多恐懼、焦慮。而這焦慮使親子關係產生距離，故很難作管教。至子女踏入青少年期，他們開始為自己爭取權益。父母不願放手，而子女卻又積極爭取，衝突便產生。父母要學習如何善用權威，如何跟子女定立清晰的界線。如：子女想出夜街，父母可先向子女了解想去夜街的原因，並開心見誠地與子女討論出夜街的好壞處、幾點才算夜等。在這討論過程中，子女才會慢慢發現父母所言也有道理，才會接受父母的建議，亦不會埋怨沒自由。

鄧：你對現時青年吸毒有什麼看法？

石：青年在這成長階段正尋找自己的角色定位、自己的價值觀。過往是父母教他們應該怎樣做，到此階段，他們會想父母那套是否適用，「你話係咁，實啱咩？冇其他做法咩？」。他們覺得自己已是大人，要自己作主意，但其實內心亦有很多惶恐。所以，他們選擇看大隊，認為眾人所做應該不會錯。朋輩對青少年的影響很重要，跟什麼朋輩一起直接影響他們價值觀的塑造及選擇取向。在家庭功能方面，子女青少年期是父母婚姻關係最惡劣的時候。管教子女有很多張力，這張力能令父母關係變得兩極化。緊張的家庭氣氛會推使子女往外跑，若不慎結識損友，便會可能墮入吸毒的深淵。其實，青年在尋找角色定位的過程會很辛苦。當中有很多不肯定，加上讀書的壓力、欠缺人生目標、意義，便會想逃避。吸毒雖能使他們片刻忘卻煩惱，但「借酒消愁愁更愁」，藥力過後只更覺痛苦，自尊感更低，遂只好再逃避，再去吸毒，形成惡性循環。



鄧：若發現子女吸毒，家長應怎麼辦？

石：第一時間，家長定必打罵子女，但這只會令子女更收藏自己，下次再吸食時會更小心，不讓你發現。這亦使子女認為家不能再容納他，於是跑去找另一個容身所、去找朋友的認同，不再回來。故若發現子女吸毒，除了愛，沒其他做法。父母要讓子女感受到即使他們做錯了，父母仍然愛他，對他不離不棄。當然，若彼此關係已很惡劣，子女可能拒絕與你溝通，甚至不回家。但是，這並不代表絕望。只要父母的態度改變，每次跟子女接觸，都使他感受到父母是想他回來的，父母仍當他是子女，關心、愛他，他始終會回來的。

鄧：家長如何預防子女吸毒？

石：最好是從子女自小做起，讓他們知道無論表現好壞，父母都會欣賞、接納他們。當子女知道父母愛惜他們，他們自然會珍惜自己。父母要願意花時間與子女一起，子女才有機會感受父母的愛。父母跟子女在一起時的身教亦很重要。子女會模仿父母的行事為人。當然，至青少年期，子女仍會質疑父母的一套。但若父母一直言行一致，以身作則，並灌輸正確的價值觀，子女質疑過後很快便能調整過來，接受並將父母那套價值觀轉化為自己的去做。此外，父母宜為子女自小建立健康的社交群體，並培養良好興趣。當他們有良好興趣，便自然不覺得百無聊賴。父母甚或鼓勵子女做義工，讓他們了解社會不同層面的人，明白別人如何從逆境中積極求存，這有助他們扭轉價值觀。

鄧：若父母當初跟子女欠缺溝通、關愛，至踏入青少年期才作補救，會否太遲？

石：不，永遠沒有太遲。若非自小開始，中途才作改變是有難度，但並非不行。不過，父母要有很大的決心及堅忍。當你突然對子女好，他們可能有說話給你聽，令你難堪：「轉死性呀？」、「你博咩呀？」。在青少年階段，他們或會「冇大冇細」。但是，你絕不能因為子女的一句話就打沉你「想做好」的態度。只要父母願意堅持，子女總有一日會知道你是真心對他好。父母真的改變了，他們的態度便會改變，彼此關係便能重生。

「唔見咗個 準考證！」



老二是新高中文憑試的「白老鼠」，正當他準備得如火如荼之際，在考試前兩天晚上，見他在不停地搬動他的筆記、書本，是在翻箱倒籠地找東西，樣子十分焦急，我就已經猜到他的端倪。

「怎麼了？」

「唉！……」仍埋頭在找。

「唔見咗個準考證？」

「係呀！我明明擺咗喺書枱架！前幾日仲見喺度，但而家就搵唔到……」樣子甚勞氣，語帶憤怒。

「明知咁重要，都唔收好佢？」我也十分不滿地回應。

「明明係度架！」

「咁你就唔好勞氣，慢慢搵啦！」

「我搵過晒啦！都有！」十分生氣地回應。

「咁都有辦法架！邊個叫你唔收好佢吖！」

「我唔可以承受有得考呢個事實！」老二既擔憂，又自責。

「咁有乜辦法呀！」

「……」

大家無言以對。

「唔好搵啦！先去沖涼喇覺！聽朝早再搵啦！你而家咁燥火點會搵到吖！」

「我搵唔到點會喇得安樂？」

「我覺得你好燥呀，咁燥，你唔喇都一定搵唔到架啦！聽阿媽話，冷靜一下，喇醒先至搵啦！」

「……」老二坐在那裡發呆，十分難過。

「好啦，我俾你冷靜一下先，我先去沖涼！」

沖涼後……

「唔！冇咁燥火啦？」

「係呀，我好燥呀！搵唔到仲俾人鬧。」

「哦，我咁叫做鬧你呀？」

「鬧都等我搵番先至鬧啦！」

「我只係講出事實，自己冇收好，搵唔到仲發脾氣。」

「……」老二無言。

我知道老二正在鬧情緒，再說下去只引起爭吵。再者，老二常把東西亂放，總是得不到教訓，故此，我是刻意不幫他的忙，好讓他一嚐這壞習慣帶來的後果。

「聽我話喇醒先至搵啦！」

「……」老二很無奈地先行睡覺去。

翌日，老二仍未找到准考證。我知道若不幫他忙，他是肯定找不到的。

「你現在還燥火嗎？」

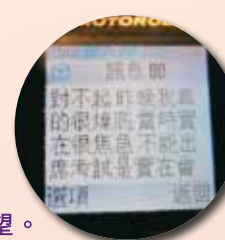
「除咗睡房，所有地方都搵過啦。但我從來冇放過入房，冇可能喺嗰度。」

「阿仔！唔到你話有可能呀，而家乜嘢地方都要搵。你入房搵，我再搵你搵過嘅地方！」

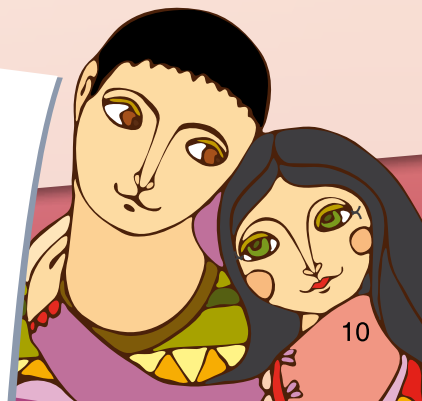
當老二入房間找他的準考證時，我也沿著他說找過的地方再找一遍，可我只翻了幾下，就已經找到。老二得悉已找到准考證的時候，是既開心又尷尬，因他說「明明已搵過七八次」了，怎麼還是走漏了眼呢？

老二拿著准考證，急忙回校。途中，他給我以下的道歉短訊：

『對不起。昨晚真的很躁底。當時實在很焦急。不能出席考試會令我非常氣餒，所以按捺不住向您動怒。我真的接受不了因為我這樣冒失而浪費您的金錢，辜負您的厚望。請原諒我昨晚不敬的態度，並接受我對您說一句：「我愛您！」』



當子女犯錯時，父母的責難只會破壞彼此的關係。父母既要讓子女從錯誤中學習承擔責任，亦要在重要的關頭扶他們一把，使子女明白父母是關心、疼愛他們的。



爸爸、媽媽：

我真的很愛這家。我會很努力地保護這個家。

我答應你，我會好好地活下去，不再做那些不好的事情。

敏

爸爸、媽媽：

同你們一起生活，我很開心！

佚名

爸爸、媽媽：

我知道你們其實很愛我，一直都給了我很多自由。

佚名

爸爸、媽媽：

請細心聆聽我的心聲。

佚名

阿女：

你走出第一步，以後繼續努力，不要令大家失望。

佚名

阿女：

人生太多不如意、迷失的時候。希望你勇敢面對你的人生，尋找到正確的方向。加油！
爸媽因你而自豪。

May

阿女：

你可以做到的。我們相信你、支持你，加油！

Mei

阿仔、阿女：

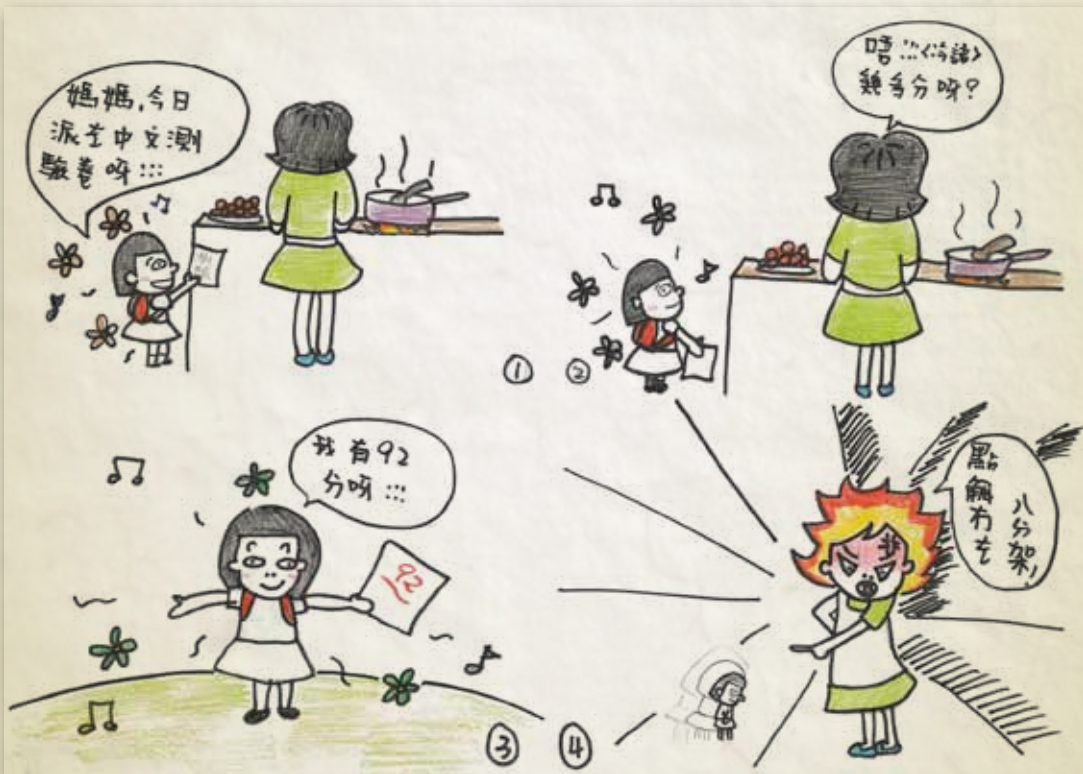
媽媽欣賞你們很有愛心，願意把時間奉獻給學校和社區，擔當義工，且又學會環保。媽媽以你們為榮！

陳太

對他 有話兒

漫談 管教

設計:歐陽銘思



家長宜放下完美主義，多欣賞及稱讚子女的努力。

毒品快訊

以驗尿為主的大埔校園驗毒試驗計劃推出後，反應正面。故此，政府於本年再斥資六百三十萬購入頭髮驗毒儀器，推出頭髮驗毒先導計劃。

頭髮測檢計劃

原則：

- 1) 自願參與 2) 測檢資料保密 3) 以協助學生為目標

測檢流程：

2

測檢形式及程序：

- 地點：較隱蔽的房間
測檢次數：約2個月到訪學校一次
時間：每位學生約需10-15分鐘
程序：測檢程序簡介、即場收集頭髮樣本及協助解答學生查詢
測試結果：頭髮樣本收集後，會於同日送往政府化驗所進行測檢

1

事前準備

- 1) 學生/家長簽署同意書(驗毒及支援服務)
- 2) 隨機抽樣參與計劃的學生(約10%，視乎個別學校情況調節)

3

測檢結果：

測檢結果會通知校長、學生、家長/監護人、學校社工及學生指定的老師，校長及教職員會簽署承諾書確保資料不會外洩

4

若學生的測檢結果呈陽性，學生將會參與由濫用藥物者輔導中心提供的續顧服務，包括：

- 1) 個案會議：邀請相關學校社工、校長及老師出席個案會議，制訂支援計劃
- 2) 支援計劃：為不同吸毒程度的學生提供治療小組及活動
- 3) 轉介服務：轉介予相關的戒毒服務(如戒毒院舍、醫療服務)

問答小常識

- 1) 每次頭髮樣本約需取多少？
每次只需取100毫克(約1-2毫米直徑)，長度不少於4厘米。
- 2) 頭髮測試可測試那幾種毒品？
可測試本港青少年吸毒者最常吸食的危害精神毒品，包括：氯胺酮(K仔)、搖頭丸、冰、大麻、可卡因。
- 3) 尿液及頭髮檢測那樣較好？
各有好處，可互補不足。

檢測類型：

優/缺點

驗尿

優點：可靠、準確、可作呈堂證據
缺點：檢測期較短、處理及運送時有被污染風險、測檢結果有假陽性的可能

頭髮

優點：樣本不易變壞、方便運送、不會令被驗者尷尬
缺點：不能驗出測試前1-7天吸食過的毒品、費用較高

計劃進度

在短短的兩個月，我們已舉辦7場家長講座及2場培訓課程，以提升家長及相關同工的抗毒意識，參加者均認同家庭預防工作的重要性。



我們現誠邀各學校及機構合辦家長講座或同工培訓，費用全免。如有興趣，歡迎致電 **2884-0282** 與鄧姑娘聯絡。

此外，我們成功招募了14名義工擔任關懷大使，為受情緒困擾之家長提供電話慰問服務。所有義工均完成兩節的培訓課程，並將於五月投入服務。



為宣傳 **186 186** 家長/教師抗毒熱線服務，我們製作了一系列的宣傳品，於全港各區免費派發。



186 186 家長/教師抗毒熱線

服務時間：星期一至星期日 (10:00 a.m. — 10:00 p.m.)
接通後，請先選擇語言，然後按 **4**，再按 **1**

優惠級
Bulk Economy

東華三院越峰成長中心

地址：香港上環禧利街二號東寧大廈1501-1504室
香港筲箕灣寶文街六號東華三院方樹泉社會服務大樓九樓

電話：2884 0282 傳真：2884 3262

網址：<http://crosscentre.tungwahcsd.org>

電郵：csdcross@tungwah.org.hk

督印人：鍾燕婷 編委：鄧燕平

印刷數量：3,000份 印刷日期：2012年5月

