

每月一篇

孩子的原生家庭

原生家庭是孩子接觸世界的第一個橋樑，他們從中建構自己的價值觀、行為模式及對世界的認知與理解，影響亦會延伸至長大，甚至下一代。

曾經有家長分享，她的童年在父母的打罵中度過，高要求的父母只會用嚴格的管教模式逼她「完美」，卻忽略了她的感受和需要，令她長期缺乏自信、不敢表達自己。在探討原生家庭的影響後，這位媽媽驚覺自己用同樣的方式對待五歲的孩子，「為孩子好」而將日程排得滿滿，目的是希望孩子可以順利考入名校，當孩子達不到要求時，這位媽媽只有責罵，在這樣嚴苛的管教下，孩子因大壓力而在學校出現情緒問題。

想一想：

1. 父母當年對待你的管教方式，跟你現在對待孩子的方式有相似的地方嗎？
2. 你小時候經歷難忘時刻，如：挫折、成功、委屈、擔心的時候，父母是如何回應你呢？你想自己的孩子得到類似對待嗎？
3. 你想成為怎樣的父母？
4. 你想孩子過一個怎樣的童年？

建議父母可以一起反思原生家庭對自己的影響，把孩子當成鏡子作自我檢視，夫妻共同討論教養孩子的方向。無論你的原生家庭如何，這是難以改變的，但我們可以選擇為孩子提供一個怎樣的原生家庭，讓他們在充滿愛及支持下健康成長，把家庭重視的好特質繼續傳承。



本學年的「原生家庭與管教」工作坊將於 2025 年 11 月 24 日及 12 月 1 日
(一) 09:15-11:45 於學校舉行，如有興趣探討原生家庭，請掃瞄左面二維碼報名，期待我們一起在管教上同行。如有查詢或需要支援，歡迎於辦公時間致電 2700 1700 與我聯絡。

駐幼稚園社工
余姑娘
2025 年 11 月

