

橋



地址：香港堅道明愛大廈五〇二室
香港北角建華街三十號聖猶達堂
九龍窩打老道一三〇號教研中心
九龍荔枝角道三十三號鐘意商場一〇七室
電話：810 1104；810 1105
566 5019；566 5020
336 6523；338 8485
397 2095；397 2096

第39期
季刊

第一版

非賣品

一九九一年十一月



從懷孕到養兒育女

彭杏嫻

「愛情結晶」不是一個很美麗的名詞呢？在你的心目中泛起的又是怎樣的一幅圖畫呢？兩個恩愛的男女抱一個活潑可愛的嬰兒，多溫馨的寫照！抑或是兩個滿臉迷惘，手忙腳亂的男女，守著一個哭鬧著的小朋友呢？

對於結了婚的你們來說，為人父母會帶來甚麼感受？充滿盼望和成長的喜樂，或是不息的瑣碎壓力和疲累不堪的責任？我們相信這些都是真確的感覺，但若要選擇那方面的感覺多些，便要視乎為人父母前所作的準備，與及實際為人父母時的調整和適應。喜樂抑或愁煩，大概可以從懷孕時開始抉擇。

現代夫婦大多謹慎實行家庭計劃，若這次懷孕不是預期的，乃是一個意外驚喜，夫婦倆難免會有些惆悵，如果再加上經濟上的困擾，他們當會感到不少情緒上的壓力。夫婦倆實須互相坦誠地傾吐自己的感受、擔心、恐懼及期望，彼此建立密切的支持與理解；放開心懷，商討未來的安排，才是迎接新生命的好方法。

懷孕時的身體不適和荷爾蒙分泌的重大改變，都令孕婦容易偏向情緒不穩定；而體型的轉變，也影響她的自我形象。在這方面，丈夫的分擔非常重要，例如耐心地聆聽太太的傾訴，適當的安慰皆能幫助安撫她的波動情緒，又或陪伴她買孕婦時裝，為她扮靚等。至於太太身體的不適，丈夫可為她按摩患處，與她一起作適量運動及散步，又協助料理家務，為她購買喜歡吃的東西等，都能舒緩她的情緒壓力，而夫婦倆亦可開始學習共同分擔為人父母的苦樂。

對初任母親來說，產前護理、胎兒能否健康正常地出生。如果夫婦能一同參加產前課程，尋求疑問的答案，而丈夫亦能陪太太往產前檢查，了解她的身體狀況，那麼整個懷孕過程兩夫婦便能一同感受，也一同去經歷大家角色的轉變。初為人母是新的負擔，初為人父的他又何嘗不是？

當所有注意力都集中在那孕婦身上時，聰明的太太們可不要忘記你的丈夫們，他們同樣也會感受到不少的「懷孕」壓力。例如：家庭經濟的擔子，家居生活的重新安排，太太需要更多的呵護，性生活的停止或減少，在在都須要太太了解及正視。其實懷孕期內的大部份時間仍可以有正常的性生活，只是須加以留意及控制，例如次數減少，不宜有大激烈的動作，姿勢方面要有所調整等，要特別注意的是妊娠三個月以前及七八個月以後是比較不安定期，可能要以節制。只要夫婦彼此理解合作，懷孕期內仍可親密的接觸，繼續溝通，保持密切的聯繫。

若然夫婦能多關心彼此的需要，開放地溝通，互相支持與安慰，定能帶著盼望的喜悅跨過懷孕期，也為未來真正為人父母時的合作奠下良好的基礎。

十月懷胎期滿，小兒的誕生滿以為帶來不少的興奮，誰知這媽媽會悶悶不樂，有時會哭泣，又嫌不喜歡這小生命。其實她可能患了「產後情緒失調」，不是每一個產婦都會那樣，只是

部份會有這些感覺，原因也是可以理解的。產後身體復原未完全，要為家務勞累，又或掛慮家庭開支，籌算恢復工作對嬰兒的負面影響等，情緒自不會輕鬆；此外，護理嬰兒是很忙碌的，好像有永遠做不完的洗滌尿布及奶瓶工夫，缺乏經驗的新任媽媽容易有吃不甘的的感覺，有些又對自己要求很高，結果令自己很疲倦。一般來說，分娩並非構成「產後情緒失調」的原因，只是使本來已有情緒失調傾向的婦女發作而已。

嚴重的情緒失調就要去看醫生，而做丈夫的也須知道太太的困難所在，才可以幫助舒緩情緒。條件許可的話，找人代為照顧嬰兒，讓產婦爭取休息時間，注意飲食，作適量的運動，打扮儀容，安排時間外出或與丈夫探朋友；嘗試和丈夫一起帶嬰兒散步，傾吐感受，學習欣賞嬰兒的一切，例如樣貌、睡姿、手足活動等，培養凡事往好處看的心態。

照顧了新任母親，也要看看誰來照顧初生的嬰兒。「誰是保姆」是一個異常重要的問題，需要父母事先仔細考慮及作好安排的，因為出生至入學這階段的照顧影響著小兒的成長，更為他或她的性格、情緒、心智各方面奠下基礎。

出生至一歲期間就是嬰孩建立信心的時候，這種信心是因為他各種需要得到滿足和感到身心安全而建立起來的。他能夠身體舒適，常常與父接觸，得到愛護及關懷，他對人的信任就會增加，這日漸增強的信心，就令他更願意接受新的經驗；此外，這些與父母的親密關係也可助孩子對人有信心，預備日後建立其他人際關係。故此，父母親要盡量使孩子感到安全及滿足。一歲至三歲期間的幼兒已開始有自主力和意志，因而也有發脾氣和不理睬大人的情況出現，但實在也很需要父母的關注，父母可多鼓勵孩子參與遊戲，於當中學習，以讚

許去加強自信心及自主能力。嬰孩和幼兒階段的成長是何等重要，父母又豈能輕率將子女交托別人撫養呢？更且，於養育當中，親子關係就由此建立起來。縱然情況須要倚賴第三者料理，父母也要盡力加強與孩子接觸時候，給予他愛護與關懷，和孩子交談，體察他的需要和感受，發掘他的優點去鼓勵他。管教也是要執行的，但要注意說話的語氣和態度，更要學習控制自己的情緒，以免不理智地解決問題。親子關的模式在幼兒階段已定下基礎，你願意抓緊這大好機會嗎？

當夫妻倆一起學習、實驗、成功、失敗、發現養育孩子的新天地時，兩人的關係也越來越加強，對彼此的愛意也會日益加深。為人父母的經驗就是那樣，好壞滲雜串連，無休止，但那些日子一幌眼就溜逝了。你們願意選擇如何去經歷它呢？

孩子需要你們——

「橋」編委會：張包意琴(本期主編)、陳志常、彭杏嫻、嚴嘉雯

孩子需要你們——

的道路

孩子需要你們——

孩子需要你們——

孩子需要你們——

孩子需要你們——

孩子需要你們——

孩子需要你們——

期待新生——初為人母

羊媽媽

婚後與丈夫享受了四年的二人世界，決定加增一員生力軍，計劃方剛定下，這小朋友已急不及待隨傳隨到。這消息快得令丈夫激動了好一會，差點要立刻向世界大聲宣告！

及後我們買了一些有關妊娠、育嬰的書籍，及留意著這小生命的發展；啊！真奇妙，只三週「她」便有了心跳、這個月「她」長了頭髮、那個月「她」會踢腿；好哉！小生命在母體內已能打呃、吮手指和張開眼睛哩！

這小朋友頗頑皮、活躍，當夫婦倆選購嬰兒用品，張貼嬰兒海報時，「她」好像知道似的，在母體內雀躍翻騰；當聽到音樂時「她」間中還會拍拍子。丈夫說要乘機胎教一下，看看他日能否成大器。（傻丈夫間中還隔著我的肚子向「她」訓話，事實上女兒對他的聲音多少也有點反應。）

至於照超音波時，丈夫當然急不及待，頑皮的小朋友，大概以為醫生的儀器是和她鬧著玩的，加上丈夫正凝視著她，於是反應敏捷得很，初時躺著的我；只看到丈夫的七情上面，已是值回票值，後來自己也能看到女兒，興奮程度當然不在話下了。

事實上每次到醫院檢查時也遇上其他準媽媽，有時互相分享「成績」也是頗有趣的呢！

此外，以往從來無需涉足的孕婦服裝店，終於有機會去踏躓了，心情也是興奮的，試穿上身上時感覺也是頗新奇的。穿了走在街上時，就好像制服團體或紀律部隊一般，刺是光榮、威風和出眾。而且乘車甚至上廁所，總有不少好心人，恭恭敬敬的禮讓，實在得到不少優惠呢！

雖然懷了孕有很多不便，甚至你得減少社交活動，不過朋友對你的關注也特別多。她們甚至不比你還緊張，處處提醒著你，若你是已為人父母的朋友，更是樂於與你分享他們的經驗、心得和樂趣。至於長輩們的提醒，雖然間中有些不太科學，但畢竟也是出自一片關懷，和不少前人累積的經驗，很多都值得參考，所以我們也不會左耳入右耳出的。

所謂：「養子方知父母恩」，十月懷胎才能體會一二，以後還有漫長的日子呢！

臨盆的日子快到了，將為人父母的心聲：但願「小羊兒」平安、健康和快樂！



當慾望達不到滿足，孩子會憤怒，情緒不穩定，大聲哭叫等正常反應。父母了解接納的語句，有平抑孩子失望心情的作用。



心理組織開始發展，對周圍事物好奇，但不耐久，容易妒忌新生弟妹分佔父母的愛，出現兇惡，反叛或行為表現反退幼兒階段。

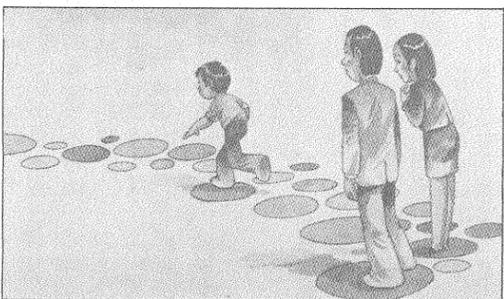


語言發展到自由地表達心意的階段。好發問，能針對問題，經思考後而回答，字彙繁雜及能學習簡單的外語。

5-6歲，開始有一個自我的整體觀念。建立家庭外的群體生活。培養自主、自動、合作、守法、誠實的精神。考慮別人的心境，易受友儕、教師、電視的影響。

社交轉向同性交遊期，抗拒異性進入友儕圈子。出現領導或被領導地位。

10歲前後，生理結構，大致完備，準備步入青春期的階段。明白本身責任，有時接納社會規範，開始有自尊心。對事物的判斷，能根據社會準則，良心發展有「好」與「壞」之分別。



父母在孩子成長中的愛護、關懷，令他們發展一個健全的人格。同時，也要給予機會讓他們認識到個人生活及社會適應上會遇到的困難，以發揮他們自我保護能力。

1-3歲期間的幼童，如果缺乏愛護，擁抱、親近、或被忽略；性格會變得孤僻，暴戾及趨向不健全發展。

3歲開始奠定語言和與人溝通的能力。父母用語清晰正確、音調輕柔和諧，有助孩子模仿及運用。

孩子漸成長，需要有自己的玩伴，發展家庭以外的群體生活，學習領導與被領導的經驗。

踏入4-5歲的幼童是精力充沛，喜好向外活動，不大守規矩，過份活潑，不愛服從命令，想像力豐富，容易滿足及快樂。

神經系統及器官趨向成長，能控制跑、跳、游泳等粗大動作，也能笨拙地展開複雜的技巧，如寫字等。

思想單純片段，愛從遊戲中表達自己的能力。想像力豐富，容易混合現實和幻想，父母嚴厲的指責或公開的羞辱嘲笑，會令幼兒失去自信，甚至變成沉默寡言。

養兒育女

在兒童的成長過程中，兒童需要學習紀律。對他們過嚴或過寬都會招來禍害。在這兩者之間求取平衡實在不易，卻是父母需要努力學習的。

在紀律中求取平衡，首先是透過對孩子的尊重和理解。如果父母們能夠敏感到孩子們的感覺。了解他們的需要，甚至他們的幻想，接觸他們的內心世界；就在「培育子女」這一課題上跨出了一大步。

知易行難，抽象的理論有時似乎很容易接受，卻實際不能落實到生活之中。故此，實際行動所帶來的經驗才是各位最寶貴的資產。

我們建議在你們的家庭中試做以下的兩個練習：

1. 和你的孩子訂立行為守則

目的：和孩子一同訂立行為守則，可以幫助孩子學習向自己的行為負起責任，而毋須常倚賴父母的督促和懲罰

注意事項：a 第一次訂立的行為守則通常都好費力。
b 父母若能貫徹執行這訂下的守則，子女自然減少肆意犯規機會。
c 第一次的成功，能確保以後成功的機會更多。

練習資料

d 在一段時間內，只好訂立一個行為守則，叫孩子容易遵行。

e 要有心理預備，孩子會嘗試不合作。

練習細則：a 在一週內，檢討一下並找出你孩子需要改變的某項行為。

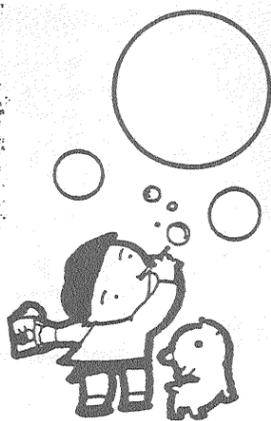
b 和你的孩子商量，一同訂立下他要負責的一項行為守則。

c 記下你和孩子訂立行為守則的細節，內容，所用技巧，成功或失敗的地方；作為以後的參考。

d 如果在訂立守則時，父母亦有應允某些合作或協定，必須落實執行，以發揮「身教」的作用。

訂立行為守則的步驟：

a 說明需要改變的行為/ 孩子需要負責的工作。
b 徵求孩子對這改變的意見。
c 父母和孩子經商量後，「一同」訂立一個合理、周詳、可以實行的行為守則。（孩子願意遵守）
d 一同商議這守則遵守與否的後果——要可行的、起作用的。



孩子的心聲

傳義



橋上談



心橋：

最近我的心情有些忐忑不安，渴望你能替我解決問題。我和先生結婚已有五載，育有一三歲兒子。這數年婚姻生活越見平淡，丈夫早出晚歸，夫婦間既沒有爭吵但亦沒有心腹話可以傾談。從丈夫朋友口中知悉丈夫經常與一些女子來往，以上種種跡象使我懷疑丈夫可能有婚外情。我究竟應該怎樣做？我很想質問丈夫，但又害怕若這事並非屬實會惹來丈夫的反感。突竟我的婚姻出現了甚麼問題？現在婚外情那麼普遍，我怎樣可以防範未燃呢？

一個渴望幫助的人上

一個渴望幫助的人：

多謝你的來信，我深切體會到你現時的煩惱。婚姻生活真的並非一些未婚者想像的浪漫。隨著時間的流逝，婚姻生活會變得平淡、褪色。因此，婚姻生活是需要雙方刻意營造，以使其能歷久常新。

從你簡短的信中，我很難知道你的婚姻是否出了問題，因為有沒有問題是很相對的。有些人會滿足於平淡的婚姻生活，有些則不然。但我可以肯定的是你對現時的婚姻生活感到不滿。我相信你渴求一個可以與你溝通及交流的丈夫，但現在似乎你與丈夫相處的時間並不能滿足你的需要。

第三者或婚外情確實對婚姻造成嚴重的傷害，我深切體會到伴侶有婚外情人仕的痛苦。那種怨恨、無奈被背叛的感覺實難以形容。

婚外情其實是婚姻出現問題的一個癥象。要防範婚外情，就必須要有一良好婚姻關係。一個良好的婚姻關係是一道很好的圍牆來防禦第三者的入侵。

防範婚外情六大要訣：

- 第一要訣：盡量參予伴侶社交活動，多了解及認識雙方的朋友。
- 第二要訣：溝通切忌只圍繞在子女、家務、財政等瑣事上。真正的溝通是雙方可分享感受的溝通。
- 第三要訣：經常與伴侶傾談彼此對婚姻的需要及分享對現階段婚姻的看法。
- 第四要訣：培養一至兩項大家可共同參予的興趣或活動。
- 第五要訣：經常製造一些婚姻的情趣及令對方驚喜的事情；例如：二度蜜月。
- 第六要訣：無論男女都要留意外表的修飾、儀容清潔、得體，不但自己開心；別人也看得舒服。千萬不要給人煮飯婆及臭男人等形像。

以上的六項要訣並不可絕對保證婚外情的不發生，但至少可減輕發生的機會。假若對婚姻生活感到不滿，不妨坦誠向丈夫說出感受。只懂質問伴侶或把責任推在他或她身上反而把事情弄得更壞。

既然婚外情只是婚姻出現問題的一個訊號，我們便不應對有婚外情人仕投以責備的眼光，而是共同去找出及解決導致婚外情的原因及辦法。

心橋覆

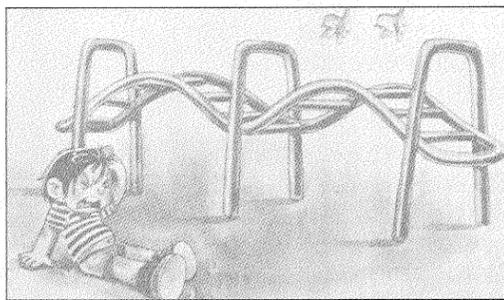


身為父母者，都希望自己心愛的子女能在一個優良理想、充滿溫暖、幸福的環境裏長大，展開他人生的第一個階段。嬰兒哇哇墜地，他的生理心理便向着本身一個特有的定律生長。父母從與孩子交往的第一刻開始，就要負起塑造他將來性格的責任。

生理發展：例如身高、體重、食量，活動機能增強等等，都顯而易見。

智力、思想、情緒、語言的發展，及專心一致的精神，就需父母從小開始培育。給予自由獨立的學習機會，不適當的阻止，只會令他變得毫無主見。

人有與生俱來的情感，能體味到父母親的愛、保護、安全及滿足



培養獨立，是從他不斷探索，透過失敗挫折經驗中而成長。



當慾望達不到滿足情緒不穩定，大聲哭訴父母了解接納的語言



1-3歲期間的幼童擁抱、親近、或被性格會變得孤僻，

3歲開始奠定語言系父母用語清晰正確有助孩子模仿及運

孩子漸成長，需要發展家庭以外的群學習領導與被領導

踏入4-5歲的幼童不大守規矩，過份想像力豐富，容易

神經系統及器官趨能控制跑、跳、游也能笨拙地展開複

思想單純片段，愛想像力豐富，容易父母嚴厲的指責或會令幼兒失去自信

鬥爭，我仍然失敗。醫生

的願，二來我想這可能

最好的禮物就是時間。

女兒尚未出世，我在商界

是地人生中最需要母親的

時候。由朝九晚五的工作

一個半職的媽媽

伊洛

- ① 我不要你們代我做決定，我已長大，有足夠能力去決定自己的事。
- ② 請教我表達內心的感受，否則，我只會把甚麼心事、需要、喜悅和哀傷都藏在心裏。
- ③ 你們對我的要求都說「不」。你知道嗎？父母在孩子眼裏就「不」。
- ④ 雖然我是個孩子，但也要你們尊重我的意見！
- ⑤ 爸媽，請不要常常叫我吃這些，喝那些，我有種被監視的感覺。
- ⑥ 雖然我好像長大了，也請擁抱我，這樣我才能學會愛和尊重自己的身體。
- ⑦ 爸爸，當我做錯事，不必嚴厲的責罵我，你越和氣地教我，我越後悔和難過。
- ⑧ 媽媽，多謝你以身作則，教我挺起胸膛做人。

孩子的心聲

傅義



輔導隨想

張包意琴

表面毫不在乎的背後

——內心滿懷熱望，但說出口的竟是一片冷漠。

一對夫婦離異，四歲女兒歸父親撫養，母親按時探問。女兒漸漸長成，雖與母有接觸，但成長中所遇到的矛盾、困擾，卻很少對母講述，更遑論分享心事。

今天，十六歲的她要遠赴海外求學，母女分離在即，竟是木然無語，驚覺兩人內心距離遙不可及。如何能接近女兒？如何能在離別前讓女兒體會自己內心的渴求呢？她望著我愴然求助，悽感傷痛。

自離婚後，經歷了棄女的內疚，也經歷了成長和重拾自我的喜悅，但這份內疚，這份喜悅，卻從未向女兒說過。這刻，她內心在呼喚，呼喚她踏出一步，向女兒傾吐埋藏了十多年的感受。她可以如何告訴女兒自己多麼嫉妒父親能與她相處？如何告訴女兒自己想與她分享的渴求？如何……不過，矛盾來了——如果讓女兒知道自己內心軟弱，女兒又會否因此「輕視」、「不尊重」，甚至不理睬她？

在害怕，缺乏自信的情況下，她想逃避。這位母親很矛盾——一方面渴望把一切都掏出來與女兒分享，一方面卻怕被看成軟弱。

這時，女兒也好像滿不在乎地東望望，西望望。我看到她的眼眶，已有淚光閃動。她又何嘗不是在強忍內心的激動！她同樣害怕流露自己軟弱的一面。

母親急躁說出了一句：「我已盡了力，做到最好的了。你要怪要恨，隨便你吧！」我輕聲接上問一句：「這就是你內心要講的說話嗎？」

她痛哭起來，拚命搖頭。女兒也再不忍著淚。母女相擁而泣。這一刻沒有了面具，揭開了深談的序幕。

母親有自卑、害怕、恐懼的內心但卻把這真實的一切隱藏在冷漠的背後，用自己也不相信的說話保護自己的軟弱，把女兒拒諸千里以外。

這刻，輔導員的最大作用就是協助她接觸自己的內心，放下屏障，讓真情流露，讓女兒進入沒有任何防禦工事的禁區。

溝通就這樣開始！

初為人母的小點滴

張燕玲

自從小寶寶出生後，越來越發覺沒有了自己，沒有自己的時間，沒有自己的娛樂，沒有了自己慣常的生活方式。看來我是失去了很多，但在另一方面卻獲得了許多——個人的成長、意志力的訓練、享受與孩子之間的關係，聽見孩子在無意中叫聲「媽」……這一切的一切，未嘗母親前是不會擁有的。

初為人母，真是緊張之極。特別首一個月，一方面我患了產後抑鬱症，另一方面是身體仍很虛弱，加上要照顧初出嬰兒，一天餵十至十二次奶，而在各方面又是「生手女工」，小寶又愛哭，真使我個人陷入混亂狀態，有渡日如年的感覺。記得小寶寶在三個月大之前，都很愛哭和扭抱，我擔心極了，還問我媽媽他會不會永遠如此？媽媽說當然不會，到了三個月大以後的嬰兒，會容易照顧些。結果，日子一天一天的過去，最辛苦的三個月「非人生活」過去了，果然，媽媽的說話是對的，孩子比前平靜了許多，又開始會笑，發出怪聲，動作多了，怪有趣的，過去的辛苦與難

受，一掃而空了。在孩子這幾個月的成長與轉變中，我學會了期待及對未來要充滿信心，千萬別以為一刻的痛苦會延續至永恆。當了母親後，我的堅忍力及信念是比前大增了。

說到情緒，都很被小寶所支配。看見他開心，健康時，我整個人都快樂起來。但當他健康有毛病時，整個人就陷入焦慮與徬徨中，最糟就是總愛把事事情往壞的方面去想，令個人十分痛苦。甚至小寶寶吃得不好或不願吃時，會焦急得掉眼淚。經過向有經驗母親們請教及她們的指導下，我學了許多，人也較前放鬆了許多，因為我知道如果自己情緒不穩定，會影響孩子的成長。那些有經驗的母親，都很明白我的處境，她們的孩子都長大了，聽見我的問題時，都笑著地答覆，因為她們都經歷過了，也面對了。我很喜歡聽為人母的分享，因為我不能不知道孩子將來是如何的，多聽人家的經驗，可作為自己的借鏡呢！衷心感謝那些願意分享及關懷的母親。

雖只是當了六個月的母親，但自

覺已完全是另一個人，一切的一切都放在照顧孩子身上，以他為大前題了。我覺得自己一方面成熟了，另一方面也不幸地覺得自己「老」了許多，不是心境的老，而是一種感覺，大概是身份的轉變吧！也可能是長期疲倦，令自己看來是蒼老了吧！不過，自己已立了決心，待孩子大些，不那麼貼身時，要重新修理好自己，因為我知如果愛人愛得太失去自我，可能會有不健康的後果的。再者，初為人母，也不想太快成為「老母」呢！

致初為人父

- ♡ 小心不要妒忌孩子分享了她的愛
- ♡ 投入照顧孩子，分擔她的辛勞，分享當中喜樂
- ♡ 不要氣餒，欣賞自己的努力
- ♡ 讚賞她的用心努力
- ♡ 約會她

致初為人母

- ♡ 不好疏忽了他，讓他知道他仍是何等重要
- ♡ 體諒他的感覺：煩亂、辛苦、緊張
- ♡ 讚賞鼓勵他的父親形象
- ♡ 不挑剔嘮叨他做這做那

孩子的出生，不單使你們要肩負另一項更重要的成人責任，同時兼具着一個有個人成長的機會；從中，看到自己的無能、幼稚；從中，更能去發掘和體會潛伏的力量，發展成一個更完滿的人。

從孩子呱呱墮地那一刻，我們的生活已起了一百八十度的大變化，孩子需要的一切，都是要求「馬上」、「立刻」，那會理會到這班可憐的父母，是忙、是餓還是疲累不堪！我們要求的回報可真簡單，只要這些小人兒對你笑一笑，叫一聲「爸、媽」你又會重新跌在陷阱裏，甘心情願地去「享受」作為人父母的苦與樂。

羊媽媽，張媽媽的來稿還未刊出，她們的小寶貝已搶先出生，甜蜜地享受這對手忙腳亂的母親的愛和分享母親在懷孕時的心聲。

二加一的道路，對考慮和在懷孕中的夫婦，提醒很多要留意的地方，值得細看。如果想努力學習作父母角色，這個「養兒育女」的練習，肯定會受到你子女的歡迎，不信，試一試。

父母的愛可幫助孩子健康成長，也可變成窒息和障礙的力量。讓我們在作最「完美」父母的同時，聽孩子的心聲。

編者的話



Blessed

Blessed are the parents of babies that can wake joyful at 6.00 am, for they are going to have to get up at that hour anyway.

Blessed are those who have a restless baby, for they shall have true appreciation of sleep for the rest of their lives.

Blessed are the father and mother who spend time together occasionally without their offspring for they shall not go mad.

Blessed are they who let a child do for himself that of which he is capable for they shall not be unpaid servants.

Blessed are they who teach their children the relationship between effort and learning for they shall not have to support their grandchildren in the years to come.

Blessed are they who listen to their children, for they shall be heard.

Blessed are the parents who do not pretend to be perfect, for they shall not have disillusioned children.

Blessed are they who can laugh at themselves, for their children will laugh with them and not at them.

Blessed are those who can see the world with the freshness and excitement of a small child, for they shall always be young at heart.

Blessed are they who enjoy their children, for they have found a new dimension of love, and a reward for all their efforts.