



「愛的語言」調查之結果分析及啟示

1. 引言

- 1.1 基督教香港信義會「王賽明快樂家庭培育中心」進行了一項「愛的語言」問卷調查，調查於本年5-8月期間進行，在全港成功訪問了811位就讀小三至小六的兒童及家長，為瞭解受訪子女與父母在「語言」溝通方面的情況。
- 1.2 根據美國著名臨床心理學家及發展心理學家Diana Baumrind (1971)的研究發現，子女的能力感與父母的管教模式有很密切的關係，他將父母的管教模式歸類為三種類型，分別是**開明型 (Authoritative)**、**專制型 (Authoritarian)**及**放任型 (Permissive)**，而後再經兩位心理學家Eleanor Maccoby 和 John Martin (1983)的研究，再加上第四種類型，就是**冷漠型 (Neglectful)**。
- 1.3 跟據Diana Baumrind，開明型的父母，一方面能向子女表達愛及接納，另一方面又能堅守對子女行為的規範，研究發現這類的父母不單令子女感到被愛，也能令子女有很清晰的行為界線，是最有效的管教模式；相反，其他類型存在著不同程度的失衡，導致子女在成長過程中產生不同的負面影響。
- 1.4 調查亦基於以上的假設，認為開明型就是一種「以愛管教」的語言，只有父母愈懂得運用這「愛的語言」，子女就愈能明白父母的管教中同時有關愛和行為規範的標準，從而能培育子女成為一個自尊和自信的人。
- 1.5 為了瞭解受訪子女與父母在「語言」溝通方面的情況，我們根據多年的前線經驗，選取了三類最容易引起親子溝通問題的三類處境，分別是日常生活處境 (General)、獎勵和懲罰處境 (Punishment & reward) 及學業表現處境 (Academic) (以下簡稱為「GPA」處境)，以子女及父母的理想及現實的回應說話作調查，了解受訪的子女和父母在語言溝通時的期望和真實情況，例如在A類有一條(理想)問題是「在處理做功課事宜上，你最想父母/家人對你講什麼？」，結果顯示最多子女選擇的理想句子是「識唔識做呀？你有需要就話我知，我可以教你！加油！」，但另一條(現實)題目是「在處理做功課事宜上，你的父母/家人通常對你講什麼？」，結果顯示最多子女聽到的句子是「專心D啦你，做咁耐都做唔完，懶到死！」

2. 基本資料：

- 整體：
 - 受訪者的區域主要來自港島、九龍及新界
 - 四成的受訪家庭收入為\$10001-\$20000
 - 超過八成受訪家庭有1至2名的子女
- 受訪者家長：
 - 受訪父母的男女比例如下：爸爸 (16%)；媽媽 (84%)
 - 八成五以上受訪父母持續在職
 - 接近七成的受訪父母的教育程度為中學程度
- 受訪者子女：
 - 受訪子女的男女比例如下：男生 (53%)；女生 (47%)
 - 受訪子女的就讀年級主要來自小四 (34%) 及小三 (26%)

3. 重點分析：

3.1 父母與子女理想的溝通語言 (PPT 25)

- 從父母與子女「理想回應」三類處境的結果顯示，兩者均以開明型的溝通佔最高百分比，顯示父母與子女均認同開明型（以下簡稱為「愛的語言」）為親子溝通的最佳語言。

3.2 父母的現實與子女的現實不符

- 整體來說，從雙方的「現實回應」顯示，接近七成的父母都認為自己是以「愛的語言」與子女溝通，但子女現實的回應卻顯示只有約四成的父母是以「愛的語言」作溝通，親子之間的理解和接收都有很大的落差，反映了父母在傳達信息方面出現了問題，從而影響了子女的接收，未能達到理想的效果。(PPT 19)
- 從子女的「理想回應」結果顯示，在「學業表現」處境中，有六成子女期望父母屬開明型，多運用「愛的語言」來溝通，但「現實回應」只有三成七父母做到。(PPT 22)
- 從子女的「現實回應」結果顯示，「日常生活」類的處境中，子女認為父母以「愛的語言」溝通不足五成，在「獎勵和懲罰」及「學業表現」處境中，至少於四成；(PPT 20-21)
- 相反，以非「愛的語言」處理「日常生活」類的處境時，卻超過五成；而在「獎勵和懲罰」及「學業表現」處境中，甚至多於六成；(PPT 20-21)
- 至於父母與子女在現實上的對比，從三類的處境中，父母認為以「愛的語言」與子女接收到「愛的語言」差距最大的是「獎勵和懲罰」處境，相差 33%，即是說父母以為自己是以「愛的語言」，但實際子女接收到的相差很大；
- 其次是「日常生活」處境，相差 25%，而「學業表現」處境，相差也有 22%，反映了在不同類型的現實處境中，子女接收到「愛的語言」遠比父母以為給予了的為低，這很容易造成親子間溝通的誤解和障礙。

3.3 子女「理想與現實」差距大

- 子女的「理想及現實的回應」結果顯示，差距最大的是在「學業表現」處境方面，子女期望父母屬開明型的有 62%，現實僅 37%，落差達 25%；(PPT 33)
- 相反，在非「愛的語言」的三個模式中，特別以「專制型」與子女處理學業的問題時情況比理想中更多，因為從「理想回應」的結果中，只有 6%是以「專制型」作溝通模式，但「現實」卻有 37%，落差達 31%；顯示了父母採用「愛的語言」的程度遠比子女真正接收到為低，而以非「愛的語言」更多，這反映了父母在處理子女「學業表現」方面時的困難很大，不知不覺採用了非「愛的語言」。(PPT 33)

3.4 父母「理想與現實」差距大

- 從父母「理想與現實」的回應結果顯示，差距很少，父母認為自己在「日常生活」及「獎勵和懲罰」處境兩方面都很一致地運用「愛的語言」，惟在「學業表現」處境裡，現實較理想少 18%，差距較為顯著；(PPT 31)
- 大部份的情境中，均有超過七成父母表示自己以開明型的溝通語言與子女相處，即使在「學業表現」處境中，也有近六成父母認為自己屬於開明型，但現實上有更多家長屬於「專制型」，兩者差距近三成。(PPT 31)

4. 總結及建議

4.1 培養父母運用「愛的語言」習慣

「愛的語言」是指「正面的言詞」，包括稱讚、鼓勵、關愛、接納、欣賞、肯定等，說話就是傳達愛最有力的方法，每個孩子都能從「愛的語言」中感到被愛，而被愛就是人的基本需要，所以要培育孩子健康快樂的成長，「愛的語言」是最重要的元素；

我們相信大部份的父母對子女說的話，出發點都是為子女的好處，但不適當的說話，不單會傷害親子關係，更可能令孩子變得反叛，相反，適當的說話，卻能令孩子樂意接受及盡力做好，故此親密親子關係乃是管教的基礎。

是次調查的結果顯示，父母與子女在「愛的語言」的理解和子女的接收存著明顯的差別，建議父母要多了解「愛的語言」的概念及技巧的運用。

基於以上的需要，本機構7-8月份於各青少年綜合服務中心舉辦名為「語你·家深愛」家長小組，招募了約60位的家長參加，發現家長在與子女相處的過程中遇到很多的困難，在溝通的過程中，亦經常會用非「愛的語言」，造成在管教時產生很多衝突和束手無策，經過在小組的練習和在家的實踐，家長在檢討問卷結果中表示有顯著的成效，特別在表示願意突破自己限制而嘗試用「愛的語言」及初步掌握讚賞的技巧兩方面均為100%。

4.2 父母的反思

是次調查發現，父母在處理子女學業表現方面最難運用「愛的語言」，相信是現今很多父母過度介入子女的學習，不惜花費大量金錢和時間安排子女參加極多學習活動及外間不同的補習班等，務求令子女在學習上可以走在最前線。因此造成很多親子衝突，甚至情緒受困擾，這問題不容忽視；建議父母要多反思，了解自己對子女的期望是否恰當，亦要接納子女的特性，發展其潛能，而非把自己的意願強加在子女身上，否則將會對子女造成很深遠的負面影響。

4.3 有效的獎罰以愛為出發點

是次調查發現，在獎罰處境中父母以「愛的語言」表達和子女接收到的差距最大。父母要使用有效的賞罰方法是多鼓勵、少責罰，每次賞罰前，一定讓孩子明白原委，以強化正確行為，即使是懲罰他們，要做到對事不對人，切忌在盛怒時懲罰子女。當子女能改過時，應立刻讚美，有愛的懲罰才有意義。同時，父母在獎勵子女時，亦不應無限地滿足子女物質需求或作交換條件，應因著渴望與子女分享無條件的愛才給了獎勵。

4.4 舉辦「愛·管教」大型家長講座

因應是次的調查結果，機構將於10月份舉辦一個大型家長講座，邀請在這方面很有心得的講者，分享如何在「愛中管教」，另外，父母在面對現今眾多誘惑和競爭劇烈的社會中，究竟父母如何做到「愛與管教」的平衡？並以自身經驗分享「愛的語言」的原則及技巧，藉以推廣「愛語言」的重要。

4.5 給父母「愛的語言」的五大忠告

- 親切、讚美和鼓勵的話，能豐富孩子的價值和安全感
- 回應孩子的情緒，給予正面的引導
- 有啲樣，讚啲樣；讚啲樣，有啲樣
- 孩子的回應是回應你的回應
- Saying no without saying no