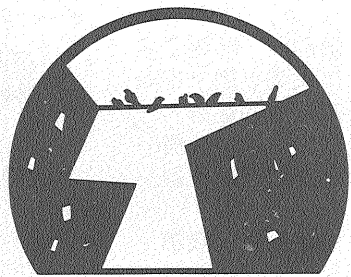


# 橋



地址：香港堅道明愛中心五〇二室  
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  
電話：5-8101104 / 5  
5-665019, 5-665020  
3-366523, 3-388485

# 27

季刊

一九八八年一月

非賣品

第一版

# 管與教

## 心橋小組後記

王愛玲

幫助兒童的最好方法是幫助父母。從早期兒童的經驗吸收以至長大後的行為模式，父母親的管教均有着一一定的影響。由於每個孩子有着不同的獨特性，雖然在同一環境長大，對外來經驗的反應或對事物的接受程度均有不同，而令父母最頭痛的是對一個兒子的管教方式，對另一個兒子卻完全沒有功效。也許，父母們會問：「同是我的兒子，為甚麼有這樣大的分別？」其實我們要接納孩子有與生俱來的獨特性，這也是他性格的一部份。父母親的正確誘導可幫助孩子發展本身性格的長處。但如何去了解孩子及如何去誘導他們呢？為甚麼父母為他們安排最好的，他們卻感覺是受罪？這相信是父母們的難題。

有一些父母親沒有特別為子女做些甚麼，而子女卻能一面對成長的挑戰，沒有為父母帶來太多的麻煩。但另外一些父母，他們的子女卻出奇的多問題，學校不斷的投訴功課成績差，孩子的不斷反叛，父母的不斷責問，形成了惡性循環。對於這一羣傷心的父母，「交流分析」或許會帶來一點希望。

筆者曾以「交流分析」理論為骨幹，為一羣父母進行小組治療。組員的子女均是中一學生，並有共同的問題——學校成績很差；與父母的關係不好。小組包括父母組及子女組。父母組有成員六人，經過個別約見他們後，筆者覺得這一羣父母有一共通點，就是他們均以上一代對自己的期望及管教方法作為藍本。筆者相信「交流分析」理論可以幫助父母了解到上一代如何影響他們的管教態度，及如何與孩子有真正的交流。在子女組方面則用遊戲治療法了解孩子問題所在及發掘孩子的長處以增加其自信心。

### 父母組進行大綱

在個別面談中，組員與筆者已建立了一定的信任，這幫助了小組關係的建立。小組歷程分為兩個階段，每階段為五節：第一階段包括組員間關係的建立及對交流分析的基本概念，即「成人」型態，「成



人」型態及「兒童」型態的認識，及了解自己慣用的思考及溝通型態。第二階段是幫助參加者利用交流分析理論來了解問題的所在及在小組內尋求解決方法。小組一星期聚會一次，而每次均有家庭課，組員把小組的建議帶回家中實習及在下次小組中分享成效如何。從中工作人員幫助組員嘗試利用「成人」型態去分析问题，商討解決方法及學習改變表達態度。

### 「交流分析」理論簡介

心理學家「柏恩」研究交流分析，把社交的基本單位稱為「交流」，當兩個或以上的人碰面了，遲早其中會有人先開口說話或以其他方式表達他的意思。這叫做「交流刺激」；然後，另一個人會說些與刺激有關的話或做一些事來作反應，是為「交流反應」。「交流分析」就是檢查這

些交流的方法。柏恩認為「交流」是運用了人類的多重天性中的三部分：「父母」，「成人」及「兒童」進行。這三部分除了不其然的運用於我們的日常溝通方面，也影響着我們對事物的觀察，評價以及決定能力。這三者並非是角色，而是種真實的心態。柏恩說：「父母」，「成人」和「兒童」並不是概念，而是一種真實的現象。這些狀態是因重播過去已記錄的資料而引起——牽涉到真實的人物，時間，地點，行為和感覺。而基於過往經驗而形成的「人格」。

### 「父母」型態

記錄在腦裏的一些早期經驗。大約是由出生至五歲左右所見到父母親或照顧他的人的一切言行。其中包括父母親的對話，爭吵，小孩與父母親溝通時所得到的回應；戒律和規則，讚許與批評等等的意見；如：絕對不要說謊，浪費是種罪惡，不要從樓梯底下穿過……等。這些「錄音帶」不斷的在以後的日子重播，對整個個人生有深遠的影響，成為一個人生存於社會及與人交往的重要條件。一個成熟，有分寸及照顧性的「父母」紀錄能使孩子更有能力適應社會，但若紀錄是一些言行不一致及自相矛盾時，孩子就失去安全感及無法有效地處理人際關係。

在日常生活中心，我們的思考言行均受「父母」的影響，在教養孩子方面，我們會不自覺的沿用自己父母親的一套老方法。那些應該與不應該的處理事情方法也成為對下一代的的要求。

### 「兒童」型態

是紀錄了對所見所聞的反應。由於孩子在最初的幾年，沒有語言，他的大部份反應是感覺：渺小，依賴，無能，笨拙等等，一方面他對週遭環境的好奇，有探索及接觸的慾望，但又要面對父母對他無止盡的要求，迫使他放棄自我的基本滿足來獲得父母的讚許。屢次遭遇挫折使小孩有許多不愉快的經驗，在現實生活中，若遇到挫折時，會把童年的不愉快情緒勾起，當憤怒過理智時，「兒童」型態正在專權。當一個人表現兒童行為——好問的，感情的，自私的，好玩的，哭泣的，操縱的，都是「兒童」型態的表現行為。

### 「成人」型態

當孩子發現自己能理解和思考一些事時，就是「成人」型態的開端。「成人」好像一部分分析資料的電腦，把「父母」及「兒童」的資料分析，看看是否合乎現實的環境，例如當受挫折時「兒童」的不好情緒被勾起，「成人」的作用是提醒把不合時宜的情緒刪除而客觀的面對問題。它的重要功能之一是檢查「父母」的資料是否真實及「兒童」的情緒是否恰當。例如用一種安全的方法發洩情緒等。

### 小組歷程

筆者在第一階段中，分別把「父母」，「成人」及「兒童」概念與組員分析，並利用圖畫中的人物表情及交談語句來幫助組員了解三種型態的表現行為，組員並分享他/她們的三種型態所記錄的資料，筆者把注意力集中於親子關係當中，引導組員檢討在親子溝通時利用何種型態表達。組員首先分享他們自己的成長及與父母親的關係，從中了解到組員的「父母」紀錄中的育兒方法及「兒童」紀錄中對父母親的感覺均影響他們現在對子女的態度。在交流心得過程中，組員學習改用「成人」的態度從現實環境去了解孩子的真正需要。

在小組中，各人有不同的經驗交流，幫助他們了解其他的親子關係，取長補短，學習新的模式。現舉其中一組員的經驗作解釋。組員王太太由於小時候父母親工作繁忙，沒有時間照顧她，使她覺得寂寞和有不被疼愛的感覺。長大後，雖然知道父母是為家庭開支而忙於工作，但「兒童」的不被疼愛感覺仍然存在。王太太現時仍要與丈夫一同外出工作，她惟恐兒子也會有她小時候的不快，因而對他照顧得十分之周到，就好像照顧一個三歲小孩一般，在工作時間也不斷打電話提醒孩子起居飲食等等，而對孩子的投訴是認為孩子太過依賴，沒有自主能力，從不懂照顧自己，學業成績差。在小學時，曾懷疑他智力遲鈍而去作智能測驗，但結果是正常的。

