



手足之情

向子女預告嬰兒的來臨
預告嬰兒的來臨
手足相爭

在家庭關係中，手足之情相當重要。有兄弟姊妹相伴，除了令童年增添樂趣外，亦給予孩子莫大支持，使能在家庭出現困難時，互相扶持度過難關。此外，跟兄弟姊妹相處，是孩子學習與人分享、與人相處、與人合作及關心別人的最佳途徑，亦是孩子學習人際關係的第一課。因此，兄弟姊妹的關係，對孩子與朋輩相處亦有影響。



迎接新生嬰兒

嬰兒的誕生，對家庭帶來重大的改變。孩子要面對多了一個家庭成員所帶來的改變，他們可能感到十分興奮，但同時或會感到忐忑不安，害怕自己會被忽略(因父母要照顧初生嬰兒)，甚至可能會妒忌新生嬰兒。這情況是很正常和可以理解的。試想想，假如你的配偶帶了另一個男人／女人回家，並要你愛護這個人，讓他／她共用你的衣服、電腦、首飾和汽車，雖然你的配偶向你再三保證對你的感情不變，但你的反應會如何？是否真的可以坦然接受、完全放心？



家長在嬰兒出生前，可以做以下的事情，幫助子女迎接新生嬰兒及減輕他們的憂慮：

- ☀️ **向子女預告嬰兒的來臨** - 在嬰兒出生前數月，便把這消息告訴子女，向他們預告生活上會有什麼改變，讓他們有時間適應和接受。
- ☀️ **讓子女參與準備工作** - 家長可讓子女協助挑選衣服給新生嬰兒，或與子女一同選購一份禮物給嬰兒。
- ☀️ **與子女討論嬰兒的來臨** - 告訴子女有關嬰兒的資料，跟子女說說他們還是嬰兒時的生活片段，或與子女一起看看介紹嬰兒的書籍，也可讓子女摸摸母親的肚子，讓他們感覺生命的奇妙。



☀️ **預早作出改變** - 假如子女在生活上需要作出任何改變，例如轉換睡床，家長應在嬰兒出生前多個月便安排妥當，以免子女在同一時間要面對太多改變。這樣做亦可避免子女認為自己是因嬰兒出生而要讓出睡床。

☀️ **作出託兒安排** - 預早讓子女知道母親將會入院生產，並作出適當安排，讓子女知道母親入院期間會由誰來照顧他們。

手足之情

嬰兒出生後，家長可利用下列方法，幫助子女適應新生嬰兒出生後的生活：

- ☀️ 盡量維持子女原有的生活規律，避免作出重大改變。
- ☀️ 如果子女喜歡的話，可讓他們協助照顧新生嬰兒，並對子女的幫忙予以稱讚。
- ☀️ 抽出時間與子女單獨相聚，讓他們知道父母同樣愛他們、關心他們，沒有因新生嬰兒而把他們忽略。

嬰兒出生後，即使父母做足準備功夫，子女與父母的關係必定有所改變，孩子仍需作出很大的適應。孩子可能覺得父母對他們的愛或注意力減少了，又或感到被父母遺忘，因此，他們可能會做出一些幼稚的行為，例如要父母餵他們或替他們穿衣服、亦可能會發脾氣、鬧情緒或不聽話等。遇到這些情況，家長可參考以下的方法：

- ☀️ 讓子女知道父母明白及接納他們的感受。
- ☀️ 盡量抽時間陪伴子女，令他們不會感到自己跟父母的關係因嬰兒出生而有所改變。
- ☀️ 避免將注意力完全集中在嬰兒身上，家長可分工合作，例如其中一位家長照顧嬰兒時，另一位可陪伴其他子女，但亦要接納給予其他子女的時間不可能跟過往一樣。
- ☀️ 要明白及接受子女會做出一些幼稚行為。若子女的行為合宜，家長應盡量讚賞，並避免對子女的幼稚行為有太大反應。管教方面，則應沿用嬰兒出生前的原則和方法。

手足相爭









兄弟姊妹發生爭執，相信是一般家庭常見的問題，也是很自然的現象。常言道：「相見好，同住難」，幾個孩子住在一起，要共用和分享很多東西，發生磨擦或爭執，在所難免。不過，從另一個角度來看，子女發生爭執，其實也有好的一面，讓他們學習尊重他人的感受和權利，學習如何解決問題，並以合理、不傷害他人的方式去辯駁和爭取自己應有的權利。因此，家長不必急於介入子女的爭執，而應讓子女學習解決問題。如果家長太主動介入，子女便失去學習的機會，子女亦可能藉著爭執來吸引家長注意。



手足之情







不過，在某些情形下，例如子女打架、動粗、用攻擊性言語或粗話對罵，家長便須介入，停止他們的爭執及將他們分開。以下是一些家長可以參考的處理方法：

-  子女如果情緒激動，不宜即時予以教導，可先把他們分開(在對方視線範圍以外)，待大家冷靜下來後才商討。
-  子女很多時會要求家長表明立場，指出誰對誰錯，但家長不宜捲入漩渦之中。況且，爭端開始時家長通常不在場，根本無法作出判斷。
-  盡量鼓勵子女商量解決問題的方法。
-  如子女協商融洽，應予以欣賞及稱讚。
-  如子女需要協助，家長可跟他們一起商討處理的方法。例如讓子女在家長的監督下，自行訂立使用電腦的時間表。
-  商討時，不要只管找出誰人犯錯、誰引起爭執，最重要是尋求一個解決問題的方法。
-  家長介入時要注意本身的情緒。如果知道自己可能會偏袒某子女，便要作出調整，以便公平處理事件。
-  家長既要接納子女的感受，也要讓他們知道攻擊性的行為和言語是不能接受的，例如向子女說：「我明白你很生氣，因為弟弟／妹妹弄壞了你的新玩具，你可以叫他們以後要小心一些。」



以下是一些可能令手足相爭加劇的原因：

-  父母經常將孩子互相比較，或經常稱讚或批評某一個孩子，這樣做會在無意中挑起孩子間的比較和鬥爭。
-  父母對孩子的關懷不足，孩子便會爭取父母關注，或藉著爭執來吸引父母注意。如果父母對其中一個孩子關顧較多，被忽略的一個可能會因妒忌而與兄弟姊妹爭執，目的可能是吸引父母注意。
-  父母介入孩子的紛爭，例如：要求年長的遷就年幼的，或要求年幼的服從年長的，這樣做會令孩子以為父母不愛自己或不了解自己。
-  父母可能認為某個孩子總是「引起爭端」的罪魁，因而感到有責任去「打救」被「欺負」的一個。這樣做只會令「引起爭端」的孩子感到不快，繼而再找機會去爭取父母關注。此外，表面上看來「引起爭端」的孩子可能不是真正的罪魁，因為有些孩子會故意激怒兄弟姊妹，令他們「引起爭端」，被父母責罵。

手足之情

預防勝於治療，家長可嘗試用以下方法，預防子女發生爭執：

- ☀️ 讓子女感受父母對他們無條件的愛和接納，子女肯定本身被愛，便會願意和兄弟姊妹分享父母的愛。
- ☀️ 定期撥出時間與每個子女單獨相處。
- ☀️ 每個子女都有獨特之處。家長應該避免將子女互相比較，並讓子女知道在父母心中，他們是獨一無二的，無人能取代他們的地位。
- ☀️ 家長應該努力嘗試明白和接納子女的感受，也要讓他們知道父母明白和接納他們的感受。
- ☀️ 教導和鼓勵子女以適當的語言表達不快的感受，而不應以不當的行動來宣洩。
- ☀️ 照顧每個子女的需要。定出時間和空間並給予清晰指引，讓子女享有不受其他兄弟姊妹騷擾的空間，例如告訴孩子，他們的睡床是自己的私人空間，其他孩子不得隨意騷擾。

我的玩具



- ☀️ 讓每個子女都有一些完全屬於自己，不必與其他兄弟姊妹分享的玩具。鼓勵和教導子女尊重對方的物品和玩具。
- ☀️ 鼓勵子女結交自己的朋友，過自己的社交生活。這樣，哥哥姊姊便不會常被弟妹騷擾，而弟妹亦不用處處被兄姊管束。
- ☀️ 與子女一起訂立家庭守則，例如：說話要溫文有禮、家中物品要輪流使用等。有了這些守則，即使家長需要介入子女的爭執，也是因為有人犯規，而不是為了偏袒某一方。
- ☀️ 身教重於言教。假如父母本身時常爭執，並且互相責罵，子女便認為這就是解決人際間紛爭的辦法。假如父母在意見不同時仍能互相尊重，子女自然學會彼此尊重。
- ☀️ 提醒及鼓勵子女，多感受一下擁有兄弟姊妹的幸福，經常與他們憶述兄弟姊妹相處的愉快時光。

教育署 家長教育推行小組

查詢電話：28926441 教育署網頁：www.ed.gov.hk

© 2002 版權為香港教育署所有：除教學或其他非牟利用途外，未經書面同意，請勿翻印

教育署

