

長腿叔叔信箱



從三萬多封來信中為你精心
挑選了廿九封孩子的心聲，
關心兒童內心世界的你又豈能
錯過呢!!



家長心聲

我兩個小朋友是資優兒童，他們都擁有資優兒童的通病——與人相處較自我，沒有耐性，在感情上也比較脆弱。雖然我都抽很多時間和他們溝通，但在技巧上並不專業。得知長腿叔叔會和小朋友分享心事，我便鼓勵兩個小朋友寫信給他。想不到他們有緣交上了一位知心朋友，透露了很多心底話，有些連我都不知道的。最重要是他們的情緒得到舒緩，同時亦得到了長腿叔叔的鼓勵，人也開朗了許多。在這裡，我衷心感謝長腿叔叔。

李太

孩子與叔叔通信後，表現乖了，也較以前懂事。例如：他做功課很辛苦，叔叔會在信中鼓勵他並支持說為他分擔；以前我並不知道孩子有功課壓力，現在我明白孩子多了，學會告訴他功課可以續步慢慢完成，不再催迫下，孩子反而勤力了。有時父母教仔也會「忤憎」，互相溝通不來，孩子反而會跟長腿叔叔分享，當中可以化解了孩子對事情的不滿，孩子亦明白父母多了。我知道他很信任長腿叔叔，而且每次寄出信後，都很心急問我收到信沒有，長腿叔叔真是一個受小朋友歡迎的人物。

吳太

孩子有理 聆聽更需要您

基督教香港信義會
社會服務總處 致意

鍾普洋 題

敦豪國際有限公司(DHL)
亞太區創辦人及
名譽主席

獻給

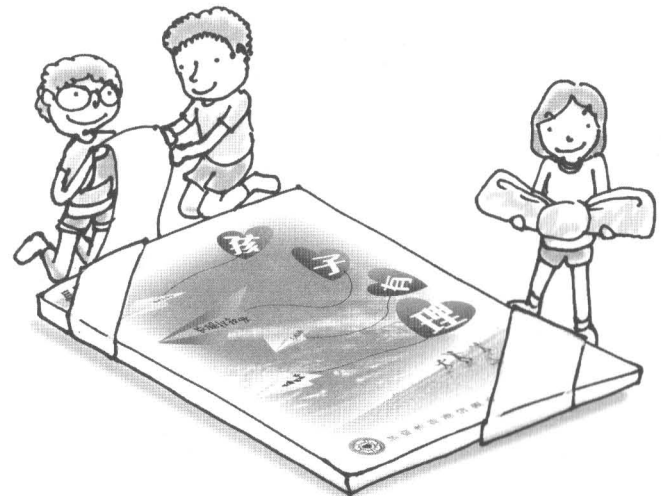
十年來寫信給長腿叔叔的孩子們，
謝謝您們的信任，真誠地分享了您們成長中的苦與樂；

也獻給

十年來為服務付出時間與精力的長腿叔叔祕書，
他們為孩子投入了愛心和撫慰；
造就了一項成功而可貴的服務；

更要獻給

關心孩子的家長及成年人，
他們用謙遜的胸襟了解孩子的思想，
為孩子開闢成長的道路……



孩子有理

主責編輯：楊家正

編輯：胡鄭素芳、周玉英

出版：基督教香港信義會社會服務部服務協調處

九龍窩打老道 50A 信義樓一字樓

電話：(852)2710 8313 傳真：(852)2770 1093

製作及發行：從心會社有限公司

香港九龍尖沙咀北京道 57 號國都大廈 301-302 室

電話：(852)2311 8185 傳真：(852)2311 6063

設計：瀚林智設計印刷有限公司

© 版權所有，不得翻印

二〇〇四年十月初版

To Uncle-Long-Legs with Love:

Letter Counselling Service from the Eyes of Children

Editor-in-charge: K. C. YEUNG

Editor: S. F. WU CHENG, Y.Y. CHAU

Publisher: Service Coordination Office of Evangelical Lutheran Church
of Hong Kong.

1/F., Lutheran Building, 50A Waterloo Road, Kowloon.

Producer & Distributor:

Soul-Mate Company Limited

Rm. 301-302, 3/F., Metropole Building, 57 Peking Road,

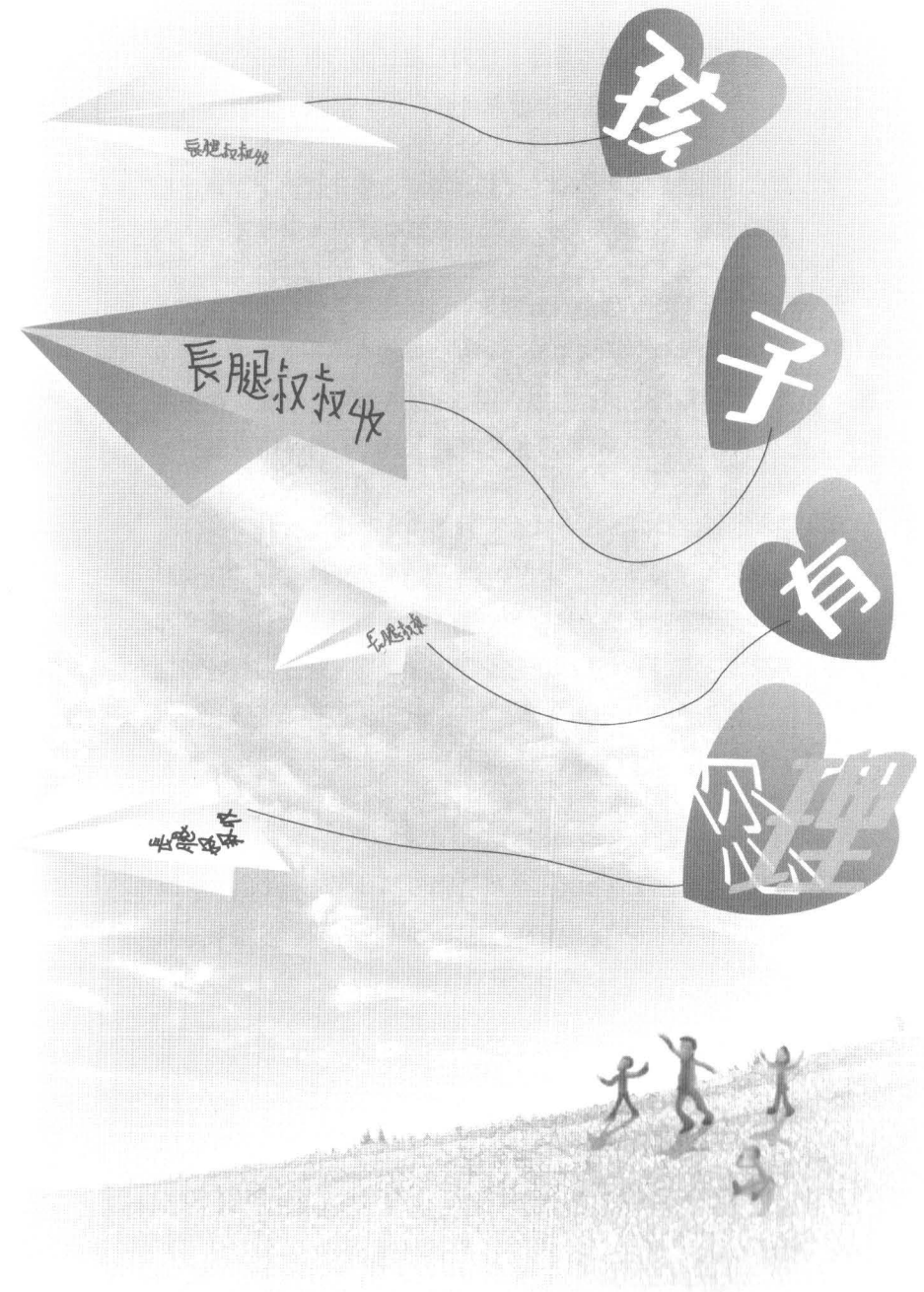
Kowloon, Hong Kong.

Designer: Wise & Wide Design & Printing Co. Ltd.

© All Rights Reserved

First Edition: October 2004

ISBN 962-7991-41-4



序

在孩子的世界裡似乎是沒有「心事」的，「心事」好像是成年人的專利。這是一般人心目中想法，是這樣嗎？

當成年人有心事和情緒的時候，他們可以有不同的方式去宣洩。孩子未能或未懂以成年人的方法舒解情緒，會怎樣呢？

本機構青少年服務推行「長腿叔叔信箱」服務至今已有十年頭，許多孩子與長腿叔叔分享他們在個人成長、朋輩相處、學業成績、家庭中的喜與憂。長腿叔叔收到孩子們兩萬多封來信，他已成為孩子們一個推心置腹的聆聽者。

為使社會人士進一步了解孩子的心事，我們出版了《孩子有理》一書，內裡記載了他們不同的生活片段。這部孩子心聲的百科全書，打開了孩童的心，讓我們有機會進入他們的心靈深處，經歷他們的真誠、喜悅、困惑及悲傷。當中，你或會發現一些為人所忽略的小事，卻對孩子可以造成永不磨滅的傷害。加上名人、學者從不同角度去解構及分享孩子的心理狀態和訴求，幫助讀者更瞭解孩子在成長中的需要。

「孩子有理，聆聽更需要您。」由現在開始，讓我們一起進入孩子的心，替他們移開阻礙成長的絆腳石。

曹瑞雲牧師
基督教香港信義會監督

編者話

「心中的牽掛，柔柔講給天空知，每一串夢兒，埋藏我的心事。簡單一封信，無窮愛意話你知……」這是「長腿叔叔」卡通片的主題曲，當中道出兒童心中滿有感受或困惑，需要傾訴、支持及指引。

過去十年「長腿叔叔信箱」收到超過二萬封香港孩子的來信。不斷閱讀及回覆孩子的來信使我們深深體驗「長腿叔叔信箱」的價值，孩子們的心靈深處是有很多壓力、傷痛和問題。

我們為這本書定名為「孩子有理」是因為孩子真的很有道理，甚至有時比成人更講道理，因為：孩子是清心的，所以他們能更清楚地看到這個問題；孩子是單純的，所以他們比我們更體會到人世間的不公平；孩子是善良的，所以他們比我們更能感受人與人之間的虛偽。

在不停解答孩子的問題中，我們不得不承認孩子許多問題都問得有道理，他們的問題反映了社會種種荒謬及不合理的現象。不單有理，孩子心底裏更對身邊事物抱有豐富的感情，他們深愛著父母、朋友及老師，他們真摯的感情往往隱藏在心底下，沒有適當的渠道表達，這為他們帶來許多壓力。長腿叔叔是有責任將孩子們的心聲帶進成人的世界，讓更多成人明白他們的感受及困難。

我們用了兩年時間精心選取了二十九封不同主題的來信，編成《孩子有理》這本書，期望能讓你從中了解孩子們心底的感受和困擾。希望你能和我們一樣用心一一細嚼孩子信中的情和理，願這本書能幫助大家更懂得怎樣成為孩子的好朋友。

楊家正博士

長腿叔叔信箱服務顧問

香港大學社會工作及社會行政學系助理教授

註：本書內之信件已得到作者允許刊載，處名亦經修改。

目錄

I. 引言

我愛長腿叔叔——文字輔導對兒童成長的意義 12

II. 來信分享

(一)「我不覺得有愛」——美玲給長腿叔叔的六封信 19

美玲的第一封信 21

感言：陳方安生女士 23

美玲的第二封信 26

感言：蔡元雲醫生 30

美玲的第三封信 31

感言：梁蕙儀女士 34

美玲的第四封信 36

美玲的第五封信 38

美玲的第六封信 41

感言：林鄭月娥女士 43

「長腿叔叔信箱」的故事 44

(二)天下無不是的父母？ 47

我真是個不幸的人——偉明 49

爸爸對我很冷淡——阿強 52

為何我沒有朱古力？——秀秀 54

感言：劉雪霞女士 55

悶！悶！悶=家？——麗儀 57

感言：劉雪霞女士 59

長腿叔叔的承諾 61

大人，你想我點！？——Jenny 62

感言：劉雪霞女士 65

我是媽媽的出氣袋！？——惠玲 68

我應怎樣做？——Jessica 70

感言：劉雪霞女士 72

那個才是我？——秋娟 75

感言：狄志遠先生 79

感言：文少玲女士 81

感言：黃成榮博士 83

回信技巧 86

(三)讀書不成三大害？ 87

我已經很努力！——傑傑 89

感言：張國華博士 91

我「得」45分——佩詩 92

全班考第一——華女 94

我怕跌出五名外——麗虹 96

感言：李錦棠校長 98

我也想成績好，奈何……——小凌 101

我是爸媽的好孩子——嘉誠 103

爸媽不在家——思敏 105

我覺得自己很沒用——家渭 107

爸媽不要爭吵——May 109

感言：一位社工母親 111

長腿叔叔知多少 113

(四)我們的「苦學」生涯！ 115

讀書為乜咁辛苦！？——一心 117

考試、測驗和默書太可怕啦！——阿深 119

Form one 仔的壓力——藍藍 121

我想入名校——俊俊 124

爸媽想我入名校——阿明 127

Please tell me the answer!——Mandy 129

感言：程介明博士 131

感言：羅范椒芬女士 133

長腿叔叔秘書的心聲 136

III. 附錄 137

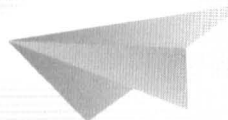
與長腿叔叔通信 138

機構簡介 139

信箱服務顧問及工作小組成員 140

引言「我愛長腿叔叔——文字輔導對兒童成長的意義」

參考書目 141



我愛長腿叔叔 ——文字輔導對兒童成長的意義

楊家正、胡鄭素芳、周玉英

長腿叔叔：

我毫不保留地告訴你我的生活情況，這是因為你是我傾訴的對象：我的心事，唯一能向你說，你明白嗎？

一位寂寞無助的兒童

兒童時代並不像大多數成年人想象中那麼快樂、安全和受保護。以下是一封來自一位十歲女孩的信：「我很不開心，我有很多事想跟爸爸說，但是爸爸不肯聽。今天，家裡發生了一件事，就是弟弟不肯洗澡。媽媽從房間走出來，便狠狠地打我和弟弟。我覺得很痛，但沒有哭，弟弟卻哭了。我想媽媽不正常，她常常打人——媽媽也常常說自己是不正常的。請回信。」

讀畢這封信，我們可以體會到她的無助及疑惑，她需要感情的支援及引導她如何處理所面對的憂慮。

書信輔導

大量的研究顯示，書信是一種重要的治療工具，能發揮巨大的治療價值：如哀傷工作、婚姻治療、離婚期間和離婚後的親子關係、青少年問題行為、被性虐待的女孩，亂倫中的受侵犯者等，都能從文字輔導中得益。

寫信的過程能發揮治療和自我成長的功效(Allan & Bertoia, 1992; Rasmussen & Tomm, 1992)。寫信有利於兒童將零碎的經歷

組織成為一個完整的故事。這一過程讓兒童直接面對自己的問題，最終改變自己對事情的看法(France et al., 1995; Vance, 1998)。再者，寫信能為兒童提供了表達內心感受、重新評檢外界之要求、處理內心和外界的衝突；除了幫助兒童釋放他們的情感外，寫信的過程也能讓他們平靜下來。故此，書寫的過程就是減輕傷痛的過程，可使兒童能夠擺脫不如意的個人經歷引起的消極後果。另根據France, Cadieux and Allen (1995)的意見，寫信的過程可以讓他們更理解自己所面對的問題，增加對自己的認識，並為自己的行為負責任。

文字輔導對兒童有著特殊的作用，面對壓力時，兒童很難清楚明確地向周圍的成年人，如父母和老師，說出他們所擔憂和害怕的事情。寫作是兒童表達內心感受的極好途徑(Gelles, 1994)，尤其當他們知道他們的信是寄給一位理解和體諒他們的成年人。

對於大部份兒童來說，收到一位親密的朋友或者一個重要人物的來信是一件非常高興的事情(Thomas, 1998)，就正如兒童收到長腿叔叔回信一樣。對於絕大多數兒童來說，閱讀長腿叔叔的回信是非常愉快難忘的經驗，因為他們得到了成人的理解、關心和支援。許多兒童曾寫信告訴我們的輔導員，說他們保存著回信並且將回信反覆閱讀多遍。相信當信件給反覆閱讀的時候，每一次都能加強文字輔導的效果。

總的來說，文字輔導是一個意義建構過程，透過書信往來，兒童的困難被重新故事化，在新的故事中讓兒童更能解決自己所面對的問題。我們深信兒童在文字輔導的角色不是被動的，他們通過寫信給長腿叔叔，及從閱讀回信與重讀回信的過程中積極地為自己所面對的問題創造新的意義。專業的文字輔導工作就是要盡心地使這過程中的每一部份都能對兒童發揮正面及積極的意義。

寫信給長腿叔叔的原因及服務效用

為了解服務使用者對信箱服務的看法，我們在一九九九年八月、二零零一年四月及二零零三年十二月向來信者進行了問卷調查，隨機抽樣訪問來信兩次或以上的服務對象，收回問卷共五百零八份。

表一列出了兒童寫信給長腿叔叔的原因，約六成被訪者表示「遇困難想找人傾訴」，表示他們以長腿叔叔作為一個求助的對象，其餘被訪者分別在「分享開心事」、「交個朋友」、「好奇」等表示意見，這都反映兒童的社交需要，而信箱服務亦滿足了他們這方面的需求。

表一：寫信給長腿叔叔的原因

來信原因 (被訪者可作多項選擇)	1999年% N=200	2001年% N=70	2003年% N=238
遇困難想找人傾訴	70%	58%	57%
想與人分享生活上的開心事	68%	42%	62%
交個朋友	61%	30%	52%
詢問意見	30%	6%	18%
對長腿叔叔好奇	28%	10%	38%
無聊／很悶	9%	12%	5%
沒有特別原因	8%	2%	9%
朋友／父母要求我寫信	2%	8%	1%
其他	10%	14%	8%

2003年調查更發現，在眾多求助個案中，長腿叔叔獲得甚為前列的位置。被訪者依次將多種可能提供協助的人士／社會資源排列其選擇的優先次序，統計結果顯示兒童選擇的次序為：1. 母親、2. 朋友、3. 長腿叔叔、4. 社工、5. 老師、6. 父親、

7. 親戚長輩。值得注意的是，長腿叔叔獲得18%被訪者選擇為首選，18%選為次選，有20%選為第三選擇，換言之，把長腿叔叔列入三甲的被訪者佔61%。在同一統計之中，有35%被訪者把社工列入三甲（17%首選；5%次選；13%第三選擇）。作為求助對象，長腿叔叔的排名更比社工為高，顯示「長腿叔叔信箱」的包裝和形象，成功地把兒童的求助意願提高，並且有效地接觸有輔導服務需要的兒童。調查亦發現，大部份來信兒童表示長腿叔叔對他們有幫助。表二列出了兒童對長腿叔叔的評價，兒童表示「有幫助」的分別是64%、75%和72%。

表二：兒童對長腿叔叔的評價

長腿叔叔幫到你嗎?	1999年% N=200	2001年% N=70	2003年% N=238
有幫助	64%	75%	72%
間中	35%	25%	27%
無幫助	1%	1%	1%
合計	100%	100%	100%

除了問卷調查外，兒童的回信中都可反映長腿叔叔的一些成效。例如：「你好！叔叔，我很高興收到你的來信，因為你給我很大的鼓舞！」「叔叔，很高興能和你談話，亦確實解決了不少我所擔憂的問題。」長腿叔叔經常鼓勵兒童積極地看身邊的事物，建立友好的人際關係網絡。一位兒童表示，她長時間沒有深摯的朋友，因而感覺孤獨。經過長腿叔叔的指導，她積極地建立新的友誼，在人際交往中建立自信，以後她的生活變得更愉快。另一位兒童則透過長腿叔叔的讚美和鼓勵有助於建立自信。他在訪問中憶述，從來沒有人稱讚他「可愛」；得到長腿叔叔的讚賞和鼓勵後，他一方面學習欣賞自己，另一方面也感到不少身邊的

朋友在欣賞自己，並且逐漸改善了人際關係，變得更受歡迎。長腿叔叔作為輔導員，不斷為兒童提供多方面的分析及成熟的意見。一位兒童比較朋友與長腿叔叔的意見後，表示較為重視長腿叔叔所提供的意見；他認為在一般情況下，同輩朋友是最方便的傾訴對象，但他也覺得，同輩的意見通常不太成熟，所以遇到較重要的事情，他會寫信給長腿叔叔，並且較重視回信的處境分析及建議。

信箱服務為兒童提供了一定的安全感，令他們能開懷傾訴。有被訪者表示，寫信給長腿叔叔是一種安全而保密的傾訴方式，朋友有時會把秘密洩露出去，父母經常反應過敏，甚至插手干預，而因為「長腿叔叔信箱」重視保密原則，所以他會放膽說話，無所不談，寫信本身便已構成很大的滿足感。

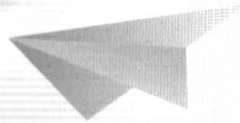
大部份被訪者表示很珍惜與長腿叔叔的輔導關係，多數被訪者都期待早日收到回信，收到回信會即時拆閱，之後信件也會給保存留念。換言之，長腿叔叔成為這些兒童成長的導師，伴隨他們成長，在有需要的時候，為他們排難解憂。

結語

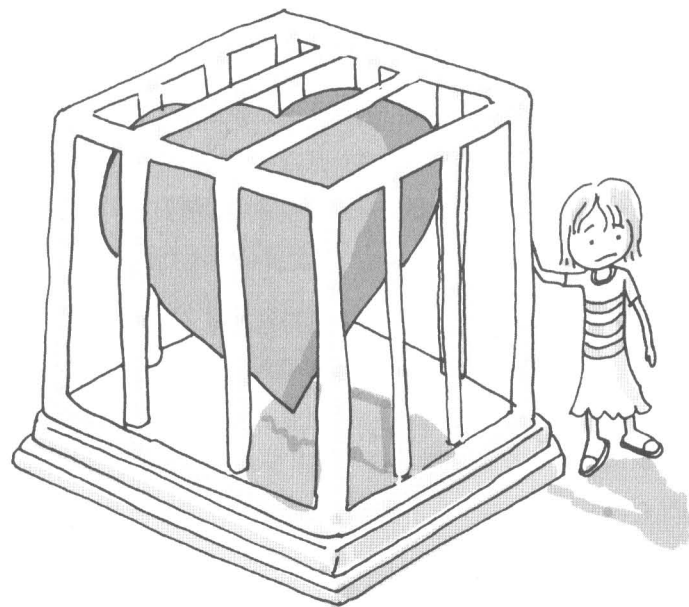
「長腿叔叔信箱」為兒童提供了另一種求助方式：即使不與輔導員直接面談，兒童也能夠分享他們的壓力和感情。作為一個關心他們幫助他們的成年人，長腿叔叔不僅幫助兒童疏導他們的感受，還給予他們及時和具意義的回應。兒童時期是智力和道德發展的階段，他們需要引導和支援，使他們能面對環境的挑戰，建立自己的價值體系。根據服務的經驗，許多兒童沒有可以信任並願意傾聽他們、安慰他們、給他們意見的成人朋友。在這種現實下，長腿叔叔正是一個合適的人選，填補了兒童需要。根據過

去幾年收到的大量來信，「長腳叔叔信箱」在兒童輔導服務中扮演了獨特及有效的角色。

書信與電話輔導和面談輔導不同之處，是當事人不會受到時間和地點的限制。事實上，我們也收到一些來自中國內地兒童的信件。兒童可選擇方便分享他們的感情和困難的時間和地點。兒童不需要直接面對一個輔導員，可以減少壓迫感，增強他們尋求幫助的欲望。因此，書信交流比面對面交流有時能展開更深層次的溝通。一般來說，在面對成長的挑戰和變化時，兒童需要一位值得信任、願意傾聽和接受他們，並隨時給予指導和支援的成年人。基於書信的特點，寫信和收信是建立親密關係的好途徑(Lown & Britton, 1991; Shulman, Seiffge-Krenke, & Dimitrovski, 1994)。我們的信箱服務正印證了這是滿足兒童輔導需要的成功方法。



「我不覺得有愛」—— 美玲給長腿叔叔的六封信



小朋友眼中的長腿叔叔

你是一位善良有愛心的人，也是一位懂得瞭解別人的人，我覺得你會幫助我解決種種困難，我曾經視你為偶像，雖然我們從沒有見面，只能和你在信上聯絡，但我一直當你是好朋友的！

美玲的第一封信

長腿叔叔：

你好，我是第一次寫信給你的。我有一件事很不開心，就是媽媽很偏心，我覺得媽媽很偏心我的細佬。媽媽每一次都說家姐要讓細佬，我每一次都讓他的，但是他每天都要對我呼呼喝喝，我覺得他是大佬多過我是他的家姐。有一次，我控制不掉自己了，我和細佬打架了。回到家裡，有人讓我媽媽知道，媽媽就問我們為什麼打架。媽媽只聽了細佬說，就不聽我說，就罵我了。我躲在一角哭，我試過很多次躲在一角哭的。媽媽雖然說大就要讓細的，但是我的家姐經常欺負我，媽媽也不理會。我覺得媽媽她不愛我，她只愛我的家姐和細佬。但是我有時又覺得媽媽又很關心我的，但我不覺得有愛。

還有一件事，長腿叔叔我覺得我的學習很辛苦，我的腦裡想不起所有的東西。我覺得很害怕，每一次考試或默書，我都很害怕，我不知道點算好呢。我怕的事，就是怕考得差，給媽媽罵。我試過默書不合格，被媽媽罵了我一頓，但是我已經很努力的了。我真不想有壓力，我真不想，希望長腿叔叔你能回答我的問題。

祝：生活愉快

美玲(12歲)

28/8



看完這封信後，你有什麼感受？

你感受到美玲的壓力和苦惱嗎？

你知道嗎，長腿叔叔每個月收到的來信當中，大部份都與這一封非常類似。

感言

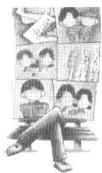
陳方安生女士
前政務司司長

我相信父母都愛自己的孩子！看罷美玲的來信，我同樣相信母親是愛美玲的，可惜父母一般都以為大讓小是很自然的事，因而忽略了對美玲的傷害。所以美玲不要因此而害怕，或以為父母不明白而收藏起自己的感受。我知道，小朋友很多時都喜歡與友人講心事，奈何同輩的經驗差不多，幫助不大；相反她們應該待合適的時間與父母溝通，進一步了解雙方的反應更為有效。

但可悲的是，現代父母照顧子女多以為不須投放太多時間，只顧外出賺錢，滿足了小朋友的物質需要便夠。但這種無知、出自內疚的行為模式，事實壞透！家庭管教之道，我寧願不求更多金錢、不需要太多物質；相反情願家長給予多些關懷，而又不要過份縱容孩子。

其實，小朋友自小需要管教，否則被寵壞了，到他們投身社會，因為社會上的人不會給予容讓，以至不適應，就會造成很大壓力。

我自小喪父，尤記得當時只有十歲的年紀。那時，母親帶著兄長及兩個弟弟到英國生活，排行第二的我和其他幾個弟妹則由祖母、叔伯、姑母等合力照顧和管教。童年時雖未至於過著嚴親棒打的日子，但今日硬朗又豁達的個性多少源自家規甚嚴的童年。例如小時候，身邊的朋友都可以去party，但自己就不能。回想起仍覺得當時的管教很是重要，但我需要強調的是，管教不一定等於打罵，孩子小的時候、未懂事可以適當的體罰，但成長了則需多討論一些道理及原因。



親愛的美玲：

第一次收到您的來信，叔叔十分高興，但又感到不安呢！高興的是您願意寫信給長腿叔叔，與叔叔分享您的心事；但叔叔知道您不開心，卻又感到非常不安。

叔叔明白，您為了媽媽有時偏心姐姐和弟弟的事情而不愉快。您覺得媽媽不愛您，是嗎？因為您是姐姐，所以媽媽要您讓弟弟，但弟弟卻沒有尊重您，並以不禮貌的態度對待您。而另一方面，您尊敬姐姐的，但是又被她欺負，還得不到媽媽的體恤。

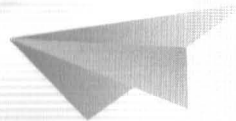
叔叔知道您因此事躲在一角哭泣，實在替您心痛和難過呢！美玲，您要堅強一點，叔叔會在您身邊支持您的！而您說媽媽有時又很關心您的，聽到您這樣說，叔叔又有點安慰呢！

您又告訴叔叔考試和默書都會使您感到壓力啊！原因是擔心成績不好，會被媽媽責罵呢！美玲，叔叔十分明白您的情況。但是您要明白焦慮緊張是會影響記憶力，心情緊張會使您不能在考試中發揮水準的呢！因此，您要把心情放鬆一下，在課餘時間，您可以進行一些可以放鬆心情的活動，把緊張的心情暫時放下。

此外，您還可以學習一些有效的讀書方法，幫助您改善記憶能力，這些方法您可以請教老師或學校裏的社工，叔叔相信他們會樂意指導您的。叔叔希望您緊記著，只要您盡了力，結果是怎樣也不必太介意呢！不過，您要加油啊！

祝 校園生活愉快！

支持您的長腿叔叔上



隨著時代不同，父母管教也必須適應時代變遷，但基本的紀律性一定要有，父母更要以身作則！所以雖然已是一女一子之母，又已晉身祖母級，我經常告訴孩子，我對他們的管教已比自己小時候寬鬆多了。記得，兒子年幼時也曾因友人有新波鞋而嚷著要買，但我總不因家境有能力而樣樣供給，因為孩子要學懂父母不是沒能力供給，而是不可以攤開手就要有。在情感、情緒上要學習控制。

但父母要留意，小孩子向你反映感受、看法，其實也要負出很大的勇氣。父母不應自恃有尊嚴、一副高高在上，「食鹽多過你食米」的心態，而堵塞小朋友的溝通。此外，小孩讀書本來有一定壓力，回到家裡若父母要求過高，就額外造成更大壓力。我的兒子小時候亦曾強調過不要考第一，不然只有退步。其實，每個人都有不同的資質，父母要視乎孩子的能力，只求他們盡力而為、多鼓勵、多提醒他們不要懶散便已足夠，而不可只看自己小時候的一套，對子女苛求。因為將來就業的機會，部份至今仍未創造出來。就如過去被指為沒有前途的音樂、藝術業，如今也有發展。

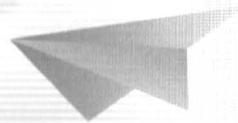
不過成人也是人，不是十全十美，不會樣樣都懂。無疑父母事事出於關懷，但有時也會有過份要求，或是缺乏溝通。因此，孩子與父母相處也得學習諒解。雖說父母已是成人，應當控制情緒，但你有壓力，父母也有。自己過去工作忙碌，記得尤其是財政預算案前後數個月等季節，每每工作至深夜十二時，疲倦得很，也曾試過回到家裡，遇上子女因讀書、飲食營養的問題「板起臉來」，而令自己感覺不好受。但正因為溝通、體諒、基本管

教，子女的成長卻教我感到欣慰。我知道兒子曾在一次面試時，在表格一條問及影響他最大的人是誰的問題上，他竟然填寫父母。對此我也十分安慰。

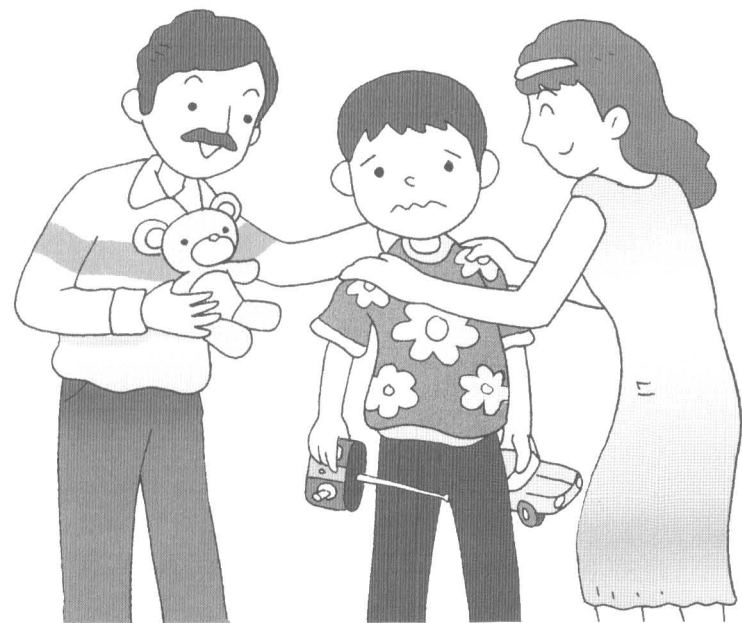
說回自己，我與母親相隔十多年，過去多靠書信、電話聯繫，雖有掛念，但我從不感被遺棄。甚至到結婚時，母親也沒有在場，因為我明白母親當時銀根很緊，但母親卻特地送來玉蝴蝶做禮物。事實上，我了解母親的辛苦，一個女子在社會保障較少、思想保守的年代，卻要年輕守寡很不容易。但母親從不曾因照顧我們、生活艱難而投訴、埋怨，也沒有放棄她的藝術才華，跟從名師張大千、趙少昂學畫，創出了別樹一格的畫藝。

就如美玲媽媽，母親面對的壓力著實不少！因為現代女性比男性被扣上更多帽子，除工作外，一旦結婚就免不了妻子、母親的角色，有時也不易取得平衡。因此奉勸現代職業女性，若自覺事業在生命中最為重要，便不要結婚生子，因為父母總不能不理子女，將他們完全交予老師，由其他人來管教。

眼見現代人生活忙碌，親子溝通難有機會，其實一家人圍在一起吃飯是一個好機會。所以吃飯時，我贊成勿看電視，而要利用這寶貴的時間溝通。在我的成長中根本沒有電視，兄弟姊妹都一齊吃飯，所以家庭雖大但卻很團結。說實話，家庭的愛和支持很是重要，沒其他東西可以代替，有如種花、種樹，需要灌溉才可以成長。直到現在，我家四代仍經常有聚會！



天下無不是的父母？



小朋友眼中的長腿叔叔

你是我生活中的一位知己朋友，又是一部懂得說話的對講機。可是我只懂得和這個對講機談話，沒有一個真的朋友。他們都不喜歡我，所以我很喜歡你。

我真是個不幸的人

長腿叔叔：

你好嗎？祝你聖誕節快樂先。



1/ 在學校裡常給人打。

2/ 常常被老師罰寫作文。



3/ 在家裡有時給媽媽打。

4/ 媽媽只痛愛弟弟。



我真是一個不幸的人！



偉明（8歲）上

10/12

註：以上公仔源自偉明的來信



對於這位八歲的小朋友而言，這些經歷是否過於沉重呢？小朋友的父母、老師都是他們重視的人，當得不到他們的愛與認同時，小朋友便覺得自己「不幸」的這種觀念，將影響他們的自尊感及自我形像。



親愛的偉明：

謝謝您的問候，叔叔最近很好。

看過您的來信及那些圖畫，叔叔也深深感受到您的煩惱。在學校和家中許多的遭遇，令您覺得自己是一個不幸的人，很是傷心。

在學校裡，您被同學打。除了身體感到痛楚外，還覺得被別人欺負，心裡也不好受呢！打架是不對的行為，若然同學再打您，您要立即避開，好好保護自己啊！並且告訴老師，讓老師協助您處理被打的事件。

常常被老師罰您寫作文，再加上堆積如山的功課，一定要用很多時間和精神了，是不是感到很辛苦和有很大的壓力呢？叔叔不知道老師為什麼要您額外寫作文，下次來信可否與叔叔分享多一些？雖然額外寫作很辛苦，但若從積極一方面看，這會否是一個好機會讓您可以改善自己寫作的技巧呢？

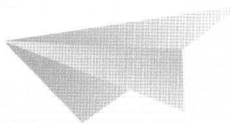
另外，您告訴叔叔您在家裡被媽媽打又覺得她只疼愛弟弟，這種被忽略及不被重視的感覺一定很難受，您一定很想媽媽對您好一點。偉明，是不是媽媽做了一些事，令您覺得她偏心呢？或許弟弟年紀還小，需要大人多一點照顧，令您覺得自己受到忽略，偉明也可以想想，自己會否有些行為令媽媽生氣呢？無論怎樣，叔叔鼓勵您嘗試告訴媽媽自己的感受，多和媽媽溝通，讓她知道您的想法，情況或許會有改善的！

偉明，雖然您覺得自己是個不幸的人，但每個人生活上都會遇到開心或不開心的事情，叔叔也曾經歷過一些困難的時候，但人生像天氣一般，今天是陰天，明天也可能會是陽光普照，希望在明天，千萬不要氣餒，也不要忘記叔叔會在您身邊支持您。

祝 笑口常開！

長腿叔叔 上

2012



爸爸對我很冷淡

長腿叔叔：

你好呀！我是阿強呀！我……我不知怎樣說好呢？我的媽媽很愛我和弟弟，不過我的爸爸卻只是很疼愛弟弟的。從弟弟出生到現在，爸爸從來沒有打他和罵他；不過，爸爸對我很冷淡，常常為了一些小事而生氣，所以我和爸爸很少談話。不過以前——弟弟還未出生的時候，我和爸爸是很開心的。我應該怎樣做呢？長腿叔叔，請你說給我聽啦！

祝

身體健康！

阿強（8歲）上

10/11



「大要讓細，細佬唔識！」經常是父母掛在口邊的說話，或是成為他們排解手足之爭之用詞，事實上父母容易忽略當第二名子女出生後對大孩子的影響，孩子對父母的反應亦非常敏感，一個眼神、一句說話及一種態度，也會帶給他們很多的聯想及比較。



親愛的阿強：

收到您的來信，叔叔很高興！謝謝您的關心，我身體很好呀！

看過您的信，知道爸爸疼愛弟弟而冷落了您，您感到傷心之餘，也有很多不明白的地方，更有一言難盡的感覺，叔叔也體會到您的心情。

自從弟弟出世之後，爸爸對您的態度有所改變，對您的管教嚴厲了。叔叔想，您已經成為哥哥，可能爸爸希望您可以作為弟弟的好榜樣，才會變得比較嚴厲，叔叔相信他和媽媽一樣愛您和弟弟。

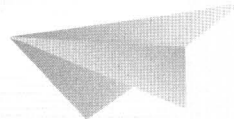
爸爸對您很冷淡，並且還會為小事而責罵您，所以您便不願意和他說話，叔叔是十分明白的。

其實您也很珍惜與爸爸之間的關係，希望可以改善現時的情況，這是叔叔很欣賞的。每個爸爸都想了解自己子女的情況，找個機會，當爸爸的心情好也有空閒的時間，主動與他聊天，把感受說給爸爸聽。同時讓他知道您已經長大啦！您是懂事的，還可以照顧弟弟呢！叔叔相信您和爸爸可以像以前般開心。努力呀！

祝 生活愉快！

長腿叔叔 上

17/11



為何我沒有朱古力？

長腿叔叔：

你好嗎？我叫做秀秀，我是第一次寫信給你的。我時時都有一件不開心的事，是因為媽媽不愛我，只愛我的朋友嘉麗和素華。你知不知道我為什麼這樣說？因為吃朱古力的時候，盒裡只有兩粒，媽媽偷偷地給她們吃而我沒有。不是一次，而是數不到的次數，所以我愈來愈不開心。我時時都躲在一旁哭，我愈來愈不開心，我知道你很關心小朋友，所以我就寫信給你了，你可以教我現在怎樣做嗎？我想問你一件事，為什麼自己的媽媽不愛自己的子女，而是愛她朋友的子女呢？請回信。祝永遠生活快樂！！

秀秀 上

12/8

感言

劉雪霞女士
資深遊戲治療師

這是一封充滿童真的信。秀秀小朋友因為媽媽把僅餘的朱古力送給其他孩子，便認為媽媽愛別人的孩子過於愛她，感到很傷心，甚至有點生氣。有些人也許會認為秀秀思想稚嫩，這樣理解媽媽的愛；有些人甚至會批評秀秀小器，不能容納媽媽愛一下其他小孩子。不過，也許更值得注意的是，秀秀的傷心及生氣，反映了小孩子是如何重視父母的愛。

每個小孩子，與生俱來都有一種強烈需要，就是擁有父母穩定而持久的愛，並確知自己在父母心目中佔著不可被他人取代的位置。唯有確知自己有父母愛護，小孩子才能在安全感中成長、自我價值才得以肯定。有足夠的安全感及自我肯定，小孩子才有量度與他人分享父母的愛，也才不容易誤會父母愛其他小孩子多於愛自己。

愛是抽象的，要幫助小孩子感受父母的愛，要考慮小孩子的特性。秀秀看媽媽有否把朱古力留給自己，等同媽媽是否愛自己，可見小孩子透過具體的物件、或自己喜歡的東西，來了解成人的愛。

一粒糖、一塊小文具、或一件小玩具，在小孩子眼中，都可象徵成人的心意。物輕情義重，成人不可輕看小孩子心愛的物件。父母關注小孩子喜愛的小東西，把它們像情人禮物般給孩子送贈，或者將之獎勵孩子的好行為，都可表示對孩子的愛；父母尊重這些小東西，好好保存之，也可令孩子感受父母對他們的重視。反之，過份克制孩子擁有這些小東西，或者在未取得孩子同

意前隨便把它們送走，甚或丟掉它們以懲罰孩子的過失等等，都會傷害孩子的心靈，使孩子誤會父母不愛自己。

雖然秀秀母親嘗試偷偷的把朱古力送出，但仍躲不過秀秀的眼睛，可見小孩子是如何留意父母對待其他小孩子的態度，並著意比較父母究竟愛誰較多。

在社交的過程中，成人需要特別留意，避免為了討好朋友或客人而引起孩子的誤會。例如，為了表示謙虛，一味褒獎別人的孩子，但卻忽略稱讚甚至貶低自己的孩子；又或本著待人以寬、律己以嚴的原則，別的孩子出亂子之時，顯得特別客氣，但自己孩子犯錯，則嚴加斥責。成人這些表現，很可能只是為了社交的需要，但孩子看在眼里，很容易誤會父母欣賞或愛其他孩子多於自己。

最後，要幫助小孩子確知父母的愛，除了可用具體的小東西及在社交過程中避免引起孩子的誤會外，也需透過直接的方式。

中國人較含蓄，不習慣直接表達感受。可是，如果父母單把孩子愛在心中，孩子未必知道父母的心意。露骨一點的說話，例如：「爸媽是很愛你的啊！」或「你是爸媽心中的寶貝！」等，要說出來，也許需要一點勇氣，但可直接的讓子女知道他們是父母心中的摯愛。此外，不時抱抱孩子、親親他們的面頰、摸摸他們的頭蓋、或拍拍孩子的肩膀等，更可讓孩子實際接觸到父母溫暖的關懷。

悶！悶！悶 = 家？

長腿叔叔：

你好嗎？

這個聖誕假期，媽媽很夜才回來。我每天都留在家裡，我在家的時候，我會看看書或看電視。有時，媽媽早些回來，都沒有帶我上街，我很不開心。我寧願上學都不留在家裡，原因是上學有朋友和我玩，留在家裡沒有人和我玩。

麗儀（10歲）上

27/12



親愛的麗儀：

謝謝您的問候，叔叔很好呀！有您的關心，我感到很溫暖。

聖誕節是一個普天同慶的日子，但媽媽卻很晚才回家，一個人留在家中，那孤獨的感覺，實在令人難受。但您很懂事，自己在家中也會乖乖地看書、看電視，沒有嚷著要逛街，叔叔很欣賞您。

媽媽工作一定是很辛苦了，聖誕假期也不能提早回家和您們慶祝。可能她工作太忙，回家後又很累，所以少了和您去逛街。我明白到您希望有多一點時間和媽媽相處，但「忙碌」的媽媽，使您感到孤單和受到忽略。有機會的話，叔叔鼓勵您多點和媽媽聊天，讓媽媽知道您的感受，您亦可從中認識到媽媽的日常生活，增進了解，互相體諒，母女的關係一定會更融洽。

有要好的朋友陪伴左右，是一件幸福的事啊！不要忘記您還有長腿叔叔，我是十分樂意聆聽您的心事！

祝 笑口常開！

長腿叔叔 上

31/12

感言

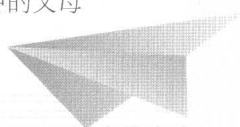
劉雪霞女士
資深遊戲治療師

十歲的麗儀帶著怨氣給長腿叔叔寫了這封信，埋怨媽媽沒常在家陪伴她或帶她上街。麗儀渴求的，是可以有更多機會享受與媽媽一起的時間，換言之，希望在心靈上與母親更多聯繫。

當兒童逐漸長大，在起居生活上漸漸能照顧自己的時候，表面上看似很獨立，但在感情上對父母的依附，其實是仍然存在的。兒童每天的喜怒哀樂要有愛護他們的人來分享分擔；在外面受委屈，要回家向關心他們的人傾訴；遇困難，需得到父母的鼓勵及支援；缺乏安全感，需要感受父母的蔭庇。父母的聆聽與鼓勵、蔭庇及支持，是孩子心靈的養份，叫他們內心快樂、充滿生氣，慢慢長出堅毅、成熟、穩重等性情；缺乏這些心靈養份，孩子便活在孤單及無助中，心靈只能停留在脆弱及幼稚的階段。

父母與子女每天未必可以長時間共聚，但短暫的親子相處總是可以安排的。一同吃早餐、在孩子上學前親自為孩子打點所需、親自送孩子上學、或共進晚餐等，都可以是父母與子女相聚的寶貴機會。此外，在週末起碼有一天半天與孩子一起，一齊看看電視、或一起做一下家務、或一同出外跑跑等，更可以共享家庭之樂。

除爭取時間與孩子共聚外，父母也可利用各種資訊工具，與孩子保持溝通。通個電話、留張字條、甚至寄送一個電郵，都可以告訴孩子父母記掛及關心他們的需要。如果孩子年紀小，父母可利用錄音機留下親切的說話，讓孩子在掛念父母時可聽到父母溫暖的聲音。假如合適，父母還可以帶孩子到自己工作的地方，讓孩子了解父母工作的情境，從而在心理上把正在工作中的父母



與自己的距離拉近一點。此外，父母亦可讓孩子知道在爸媽的隨身物品，例如錢包或手袋中，常藏著他們的照片，象徵孩子常在我心中；同時，也可與孩子達成默契，特選一兩個毛公仔代表爸媽，讓孩子可以時刻放在身旁，象徵父母的陪伴。

要培養感情，單有時間及機會是不足夠的，溝通的內容及相處的質素更重要。親子相處的時候，如果單以完成活動為目標而缺乏感情的交流，活動會變得枯燥無味；反之，如能在活動中，了解孩子的愛、惡、及需關懷或教導之處，可促進親子關係。另一方面，相處時，如果成人太著眼運用權威的角色，一味給孩子教導、吩咐、及提醒，會使孩子感到父母高高在上而不可親近；如能多向孩子問候關懷、欣賞稱讚，則可讓孩子感受父母的親切。同樣，假如共聚的時間充滿責罵、衝突、埋怨，只會導致雙方害怕聚在一起；但彼此多諒解、遷就、幽默說笑，可增加相聚的吸引力，使雙方真正享受一起的時間。

最後，感情的培養是一個交流的過程，父母除了可多了解關心孩子外，也可以多分享自己的生活感受、工作趣聞、童年軼事、甚至適合孩子知道的一些較輕微的煩惱。這樣，孩子在享受父母關懷的同時，也能學習關心父母及家庭的需要，從而增強彼此的聯繫。



現今社會生活緊張，成人工作時間長，孩子功課及活動緊逼，父母要與子女多點時間在一起，實在不容易。但如果認定孩子的心靈不是學習及活動可以完全滿足、父母的支援又非外人可以替代，而親子間的聯繫更有如吃飯般重要，那麼無論生活步伐怎樣緊逼，親子間的共處也是值得爭取的。

長腿叔叔的承諾

* 每封信都以愛心回應

來信者與長腿叔叔分享其內心感受，不論是快樂事或憂傷之情，我們都會以耐心聆聽、以愛心回應。

* 重視每一封來信

大部份信件都可在三星期內得到回覆，減低來信者的等待時間。

* 守口如瓶


堅守保密原則，個人資料絕不外洩。

一般被成年人視作「瑣碎」和「沒意義」的事情，在孩子心目中可能是重要。這些看似沒影響力的事情，卻往往在兒童成長中留下不可磨滅的烙印，甚至成為成長中的絆腳石。


《孩子有理》一書，正正讓成年人、家長等反思對兒童的了解，正視我們下一代成長的需要，在問題未嚴重化之前，盡早介入，對症下藥，使傷害可以減至最低。

 香港社會服務聯會行政總裁 方敏生女士

從小朋友的文字當中，我重溫了感人所感、設身處地的一課，讓我反思成年人經常忽略成長中兒童的感受，以及對在孩子身上不經意的傷害。《孩子有理》這本書我認為每一位成年人都應該一看。

 婦女事務委員會主席 梁劉柔芬女士

《孩子有理》記錄了很多小孩子的經歷及感人肺腑的生活片段，小孩子常被視為小不更事，但原來他們的內心也有理性的一面。希望各位父母親能加深了解對孩子的溝通方法及技巧。

 十大傑出青年 陳慧琳小姐

青少年期是最情緒動盪的身份尋索期，他們對人生充滿疑惑、尋覓、喜怒哀樂，他們需要聆聽的耳朵，體貼的心靈和人生的指引。長腿叔叔成為青少年的知己好友，以及人生反思的借鏡和指南針。但願這本書帶領你窺探少年人的內心世界，更盼望前行幾步的前輩，與後輩互相提攜，共建一個有情有義的社會。

 城市綠洲輔導室婚姻及家庭治療師 陳霍玉蓮女士

ISBN 962799141-4



9 789627 991410

定價港幣65元



基督教香港信義會社會服務部