



傳媒 MEDIA : 明報新聞網  
標題 TITTLE : 父母愈焦慮高壓 子女愈易生問題  
日期 DATE : 2016年11月21日 (星期一)

## 明報新聞網

主頁 每日明報 即時新聞 明報OL網 明報視頻  
要聞 港聞 經濟 娛樂 社評 觀點 中國 國際 教育 體育 副刊 英文 作家專欄 深度報

熱門話題: 六七暴動 · Hidden Agenda被查 · 宣誓 · 中醫好劑7妙方 · 女生防狼自保7招 · 自製母親節禮物: 黏土玫瑰 ·

港聞

港聞二

2016年11月21日 星期一

父母愈焦慮高壓 子女愈易生問題

← 上一篇 下一篇 →

### 父母愈焦慮高壓 子女愈易生問題

讚好 37

A+ A-

【明報專訊】小一自行分配學位今日有結果，令不少家長感擔憂。一項調查發現，家長愈焦慮，愈傾向用打罵方式管教子女，亦會令子女出現較多學習、社交及自律問題。專家建議，家長應先關注及處理自己情緒，才能與子女共同解決問題。

#### 逾六成焦慮家長靠打罵管教

浸信會愛羣社會服務處與香港教育大學合作，在去年8月至今年9月期間，以問卷形式訪問130對、共260名曾因情緒困擾而向該處求助的家長及其一名18歲以下子女。

調查發現，家長焦慮徵狀愈高，例如在過去兩個星期，有一半或以上時間會感到緊張、不安或煩躁，孩子愈容易出現學習、社交和自律問題。逾六成焦慮徵狀較高家長亦較常用高壓手段，即不顧子女意願，依賴打罵方式管教。

#### 如廁也要默書 最終患抑鬱

調查亦發現，家長常以高壓手段管教，七成子女會有較多情緒問題。24歲的阿詩自小被父母催谷成績，例如在如廁時，母親要她利用廁所門背特製的摺疊式書桌默書；即使默書98分也會被責備。6年前考公開試前夕，阿詩焦慮得無法集中精神溫習，每天依賴3罐咖啡提神，更會打書包發泄，最後確診患抑鬱，也因精神壓力過大而考試失手。

香港教育大學心理研究學系助理教授陳家承建議，家長應學習活在當下，明確感受和接受自己正負面情緒及想法，才更能回應子女的需要和問題。

讚好 37