



嫲嫲、媽媽不吵了！

前言



「三代同堂」是現今社會普遍的家庭結構。不同年齡的家庭成員能和諧地相處，對孩子的健康快樂成長有很大的幫助。然而，承傳自各自原生家庭的想法和價值觀，往往引致婆媳或翁婿在日常生活中以及如何教養下一代上產生矛盾與誤會，引起家庭衝突。常言道：「家和萬事興」。「家和」不是勉強忍讓，而是以彼此尊重的態度來坦誠溝通。這才是達至「家和」的重要關鍵。

香港家庭福利會（簡稱家福會）多年來承蒙「李錦記家族基金」的慷慨贊助，自2015年10月起開展「婆媳緣·祖孫情」多代家庭教育及支援計劃，為本港的多代家庭提供多元化的教育活動，建立和諧的代際關係。在2019年，本會與香港樹仁大學及香港大學合作，研發幫助兩代學習姻親共職的課程，並在2021年的研究結果證實課程對以上三種對象均有顯著成效，不但兩代學會如何合作育兒，孩子的正面行為也因此而有所增加。

為此，本會除了繼續在各區舉辦教育活動外，更集結過往六年由本計劃專業社工接觸的家庭個案及教育方法，配以真實及常見的多代家庭處境，製成「多代家庭教育及資源套」。當中包括《家庭夾心號》短片、《嫲嫲、媽媽不吵了！》親子伴讀圖畫書（本書集）及《和「孩」共樂》遊戲卡。

通過這本《嫲嫲、媽媽不吵了！》親子圖畫書，盼望鼓勵多代家庭中的大人與孩子共同閱讀。書中繪畫了四個不同處境的真實家庭個案，並輔以導引文字和提問，讓祖父母、父母與孩子一起看家事日常；由熊寶寶Brocco給孩子推介各種小遊戲，讓大人藉此聆聽孩子的心聲；每個故事的最後由「樂家人」（Locke Family）介紹由專業社工撰寫的處理技巧，讓大人能夠深入思考和學習。

此外，本書亦能配合《和「孩」共樂》遊戲卡，讓大人和孩子能夠從閱讀開始，並通過遊戲輕鬆地實踐從書中所學習到的重點內容，從而促進彼此建立關係，是一個理想的同聚共樂活動。





資源套介紹

《家庭夾心號》短片：

即使是別人眼中近乎「完美」的媳婦和樂意照顧孫兒的嫲嫲，只要生活在同一屋簷下，難免也會為家庭瑣事和照顧孫兒發生爭拗。就算是一些「雞毛蒜皮」的小問題，例如摺衣服的習慣、深夜以高聲浪看劇、管教孫兒的方法和價值觀有差異等，倘若未能適當處理，亦可能在多代家庭成員的心中埋下嫌隙……



掃一掃QR Code
觀看短片吧！

《家庭夾心號》短片中的嫲嫲、爺爺、兒子、媳婦和孫兒能如何在嫌隙擴大至不可修補前尋覓和解之路？社工和社會服務單位又如何支援「夾心人」，讓多代家庭重拾和諧關係？

《嫲嫲、媽媽不吵了》親子圖畫書：

《嫲嫲、媽媽不吵了！》既是親子讀物，也是兒童目睹家中長輩爭吵時的心聲！

與此同時，這本圖畫書亦反映了本計劃對多代家庭和睦共處的願景。締造一個和諧家庭的重點並非完全免於爭吵，而是家庭成員是否願意共同努力去處理問題！當大人陪伴兒童閱讀圖畫書時，在精美傳神的插畫和簡單易明的文字引導下，他們能夠反思並改進自身面對家庭爭吵時的處理方式，好讓「兒童為重」的兩代（祖父母輩及父母輩）育兒模式能夠在香港的多代家庭中實現。

《和「孩」共樂》遊戲卡：

一家大小齊來玩《和「孩」共樂》遊戲卡，通過遊戲卡梳理多代家庭成員間的緊張關係，讓公公婆婆、爺爺嫲嫲、爸爸媽媽、兒童放下長幼輩份和固有的生活習慣，在遊戲卡指引下學習運用家庭關係小技巧，回應遊戲角色中所面對的種種難關！

讓我們重拾童真，以玩樂的心，建立一個玩得過癮、坦誠共處的多代家庭吧！





① 媽媽的「好」與嫲嫲的「好」

② 令人傷心的零食

③ 誰的責任？

④ 旅行的煩惱





知己知彼

兩代人彼此明白、了解及尊重大家的
不同，教養孩子便更輕鬆了





1 媽媽的「好」與嫲嫲的「好」

媽媽要我溫習默書、嫲嫲邀請我
休息玩耍，那我應該…

知己知彼



哥哥在家中溫習他最討厭的中文默書。

知己知彼



媽媽看到哥哥似乎很辛苦，頓時感到十分心痛。

知己知彼

因此，她邀請哥哥和妹妹

一起玩積木，輕鬆一下。





嫲嫲這樣的舉動卻令媽媽十分生氣。
媽媽認為應該完成溫習才能玩耍，
便要求哥哥繼續溫習。



- 如果你是哥哥，你會答應嫲嫲的邀請，放棄溫習，一起去玩耍嗎？為甚麼？



- 你喜歡上學嗎？
你喜歡在學校做甚麼？





給大人的建議

相信家裏每一位大人都疼愛孩子，重視他們的成長及發展，為着他們的每件事都能達至「最好」的果效。但是，大家都有不同的成長背景和生活經歷，對於何謂最「好」也有不一樣的理解。其實大家都愛錫孩子，而要締造和諧關係彼此共同教養孩子，首先需要「知己知彼」。

男士作為「奶奶」與「媳婦」二人最親密的中間人，可擔起重要的引導角色，讓最愛的兩個女人互相了解及明白。這時候，應用「知己知彼」五步曲便能幫到你：



1 第一步先要控制情緒。深呼吸、喝水都是好方法。

3 千萬不要在孩子面前爭吵或批評對方

：在孩子面前吵架會令他們失去安全感，還是讓我們好好溝通，以免影響孩子情緒。

5 發掘姻親在管教上的優點，再協調合作模式

：兒子和媳婦只是想孫兒可以專心溫習，我不會再在溫習時間打擾他。

：其實奶奶也是因為疼愛哥哥，想讓他休息一會兒，或許溫習會更有效率。

2 認清自己的角色，思考是否需要即時介入

：溫習功課向來是由媳婦負責，她管教孩子時，我還是不要突然介入比較好。

4 換個角度，了解對方的正面動機。

：知道你很愛錫哥哥，但他明天要考試，所以老婆才比平常緊張。

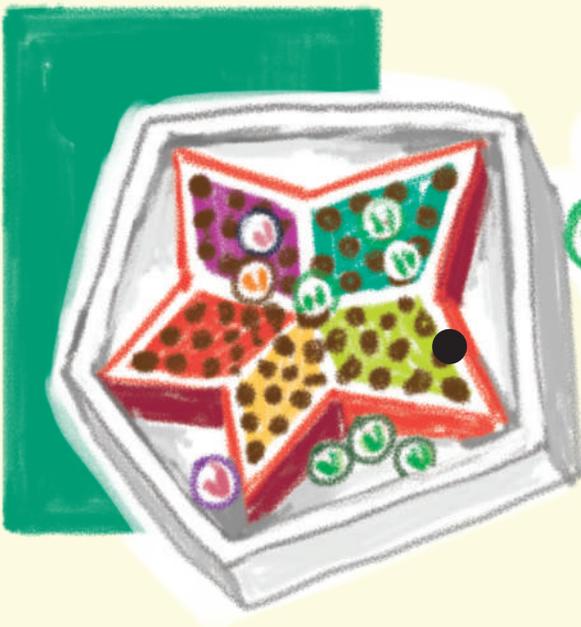
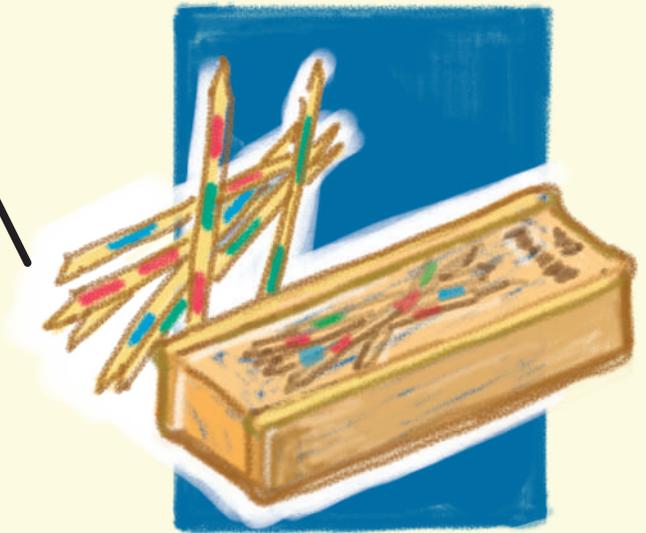
：明白哥哥的成績很重要，但其實老人家只是心痛孩子，想他休息一會兒再繼續溫習。



給孩子的小遊戲

知己知彼

小朋友，以下有三件玩具，你知道它們是甚麼嗎？
訪問家中長輩，請他們告訴你吧！





將心比心

事情總不會只有對或錯，學會用欣賞的角度看他人的行動，孩子也會變得更正面





2 令人傷心的零食

麻麻和媽媽又為零食吵架了！



將心比心



嫲嫲很疼爱孙儿女，时常前往探望。

每次探望時，
她都會帶很多不同的零食給哥哥和妹妹。
例如蛋糕、薯片、糖果等等。



兄妹二人非常開心，亦很期待嫲嫲的到訪。

但是，媽媽擔心

吃太多零食對健康不好。



將心比心



於是，嫲嫲和媽媽每一次都會為這些零食爭論一番。

媽媽：「奶奶，不是叫您不要再買零食嗎？
又不健康，又浪費金錢！」

嫲嫲：「又不是天天吃，偶爾吃一次，怕甚麼？」



- 你最喜歡的零食是甚麼？
你喜歡爺爺嫲嫲/外公
外婆買零食給你嗎？



- 如果你很想吃零食，但
媽媽覺得不好，那怎麼辦？





給大人的建議

嘗試以多角度看事情，凡事不一定只有對與錯、好與壞，只是大家關心的重點不同。只要有機會讓彼此明白及好好溝通，大家都能攜手為孩子締造快樂、健康的成長旅程。

「將心比心」三大元素：同理心、欣賞和尊重。只要緊記「先領情，後處理事情」的原則，問題都能夠化解：



奶奶您真的很疼愛一對孫兒女呢！
謝謝你帶來的心意，我先收好吧！ [先領情]



媽媽，我們很想現在就吃，可以嗎？

那我們約定今天只吃一包，一起
分享，奶奶你覺得怎樣？
[後處理事情]



零食的確不能吃太多，
就依媳婦你所說的吧！

小貼士

長輩疼愛小朋友，若帶來禮物，其實家長不妨先領情，然後在互相尊重的情况下慢慢溝通及協商，以孩子的益處為依歸！

讚美的說話能提升關係，僅記要具體地描述欣賞對方的地方，儘快向對方表達謝意！



兒童零食小食譜—蘋果批

將心比心

材 料

| | | | |
|-------|--------|--------|--------|
| 方包 3片 | 蘋果 1個 | 檸檬汁 ¼個 | 肉桂粉 少許 |
| 糖 18克 | 牛油 12克 | 蛋液 少許 | |

做 法

- 1 把蘋果去皮切粒，大小可按個人喜好。
- 2 蘋果粒加入檸檬汁拌好。
- 3 開中火，加入牛油、糖（以及適量的水）把蘋果粒煮至軟化。然後加入肉桂粉煮2分鐘，放涼待用。
- 4 把方包壓平，鋪上蘋果蓉，在方包四邊掃上蛋液，然後把方包對摺。
- 5 用叉壓邊，反轉另一面再壓一次。
- 6 用刀在包上輕輕切2刀，再掃上少許蛋液，放入焗爐以攝氏180度焗10分鐘至金黃色即可。





姻親互補、同舟共濟

在照顧孩子方面，上一代有經驗，這一代有學識。

只要兩代人齊心協力，互補不足，

定能教養出優秀的小人兒





3 誰的責任？

年紀這麼小，怎能做家務？



晚飯後，
哥哥立刻跑回房間使用智能電話玩遊戲，



不會幫忙收拾碗筷。

媽媽看見了，



便希望訓練哥哥幫忙做家務，
建立他的責任感。

但是，

嫲嫲看到哥哥顫抖地拿着碗筷，



便對他說：

「哥哥，你放下來讓嫲嫲收拾吧！」



媽媽和嫲嫲有不同的想法。

嫲嫲說：「哥哥年紀還小，長大後自然會懂得做家務。現在勉強幫忙，太危險了！」

媽媽回答：「奶奶，不是這樣的。我是想……」

- 你會做家務嗎？你會做哪些家務？



- 家裏是誰負責做家務的？你會不會感謝他/她？如何感謝？

- 你認為分工合作做家務有甚麼好處？你會怎樣幫助爸爸媽媽分工合作？





給大人的建議

培養孩子的品德是一個重要的課題，亦是為人父母畢生要學習的事情。只要兩代大人對孩子抱著共同的期望，希望他成為一個有用的人，那麼，要達致共同教養孩子並不是困難的事情。當兩代協作教養有分歧時，可記住口訣：「先處理心情，後處理事情」。



以下是處理分歧的建議步驟：

步驟一：先處理心情——「紅綠燈」轉危為機法

當兩代共職出現危機時，你們可以……



停一停、快冷靜！

面對危機或與他人發生衝突時，先安頓好自己的情緒，例如：深呼吸、飲水、洗面



想一想、找良方！

先衡量一下自己所擁有的資源，例如時間、能力、金錢，再找出可行的方法，並主動為對方提供協助。你亦可多了解及善用社區資源，如課餘託管服務、輔導服務



齊行動、共解困！

與對方商量情況，採合適的行動，共同解決困難，渡過難關

步驟二：後處理事情——進行「教好乖仔四招攻略」

1 共同目標

培養孩子建立分擔家務，主動幫助別人的習慣。

2 互補策略

父母：以遊戲形式跟孩子一起做家務
祖父母：教導做家務的方法並親身示範

3 採取行動

父母：編制家務分工表，以身作則分擔家務
祖父母：合作完成家務，並多以言語表達欣賞

4 正面增強作用

孩子完成目標後，大人提供適當獎勵，如遊戲時間、親子活動等。



給孩子的小遊戲

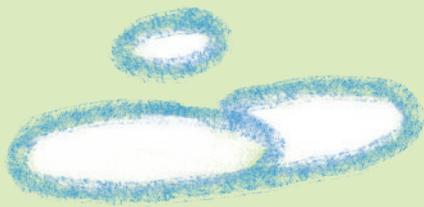
筷子不見了！

當媽媽正在準備晚餐的時候，她發現有一枝筷子逃跑到迷宮裏躲藏起來了！

你能幫媽媽找到筷子，好讓大家可以享受豐富的晚餐嗎？



(答案在P.38)



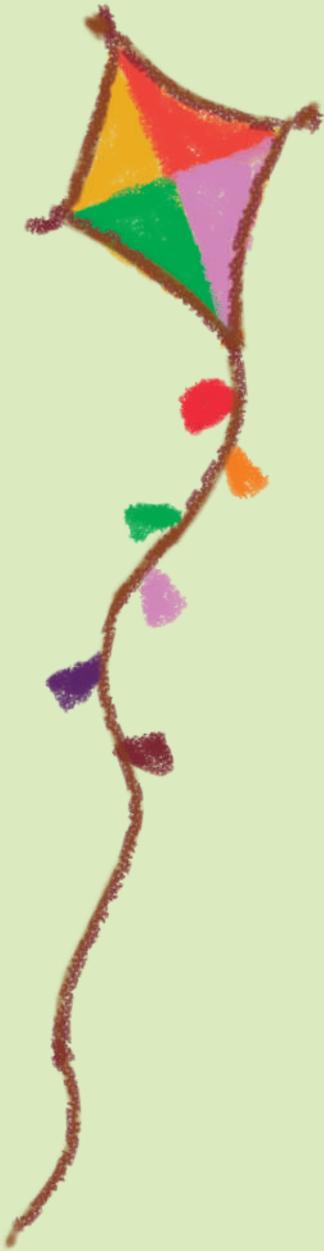
同聚共樂

合宜的家庭聚會能夠令家庭關係更好



4 旅行的煩惱

要好玩刺激，還是休閒觀光？



同聚共樂



新年假期快到了，爸爸和媽媽打算一家人去旅行。

媽媽很疼愛哥哥和妹妹，行程裏全部都是孩子喜歡去的地方，



例如樂園和餐廳。

這時，爺爺來到客廳喝水。



看到爺爺，爸爸便主動邀請爺爺和媽媽一起去家庭旅行。



可是，爺爺擔心自己和嫲嫲走路慢會影響行程，令大家掃興。



爺爺，不會的，我們一起去吧！



● 你希望和爺爺嫲嫲/外公外婆一起玩嗎？



● 你最想介紹甚麼活動/玩具給爺爺嫲嫲/外公外婆？





給大人的建議

人與人之間的關係是需要努力維繫的，特別是家庭關係。一些「全家出動」的活動、旅行、聚會，都是維持家庭關係和諧的好方法。

要成為優秀的家庭活動策劃者，需要詳細的計劃、嘗試並實踐！



一家三代去旅行

日期：_____ 長者的體能：_____

時間：_____ 公共設施的配合：_____

孩子的年齡：_____ 開支預算：_____

設計家庭活動要平衡家庭各成員的興趣及需要，這樣才能同聚共樂!



孩子的興趣：_____

孩子的需要：_____

長輩的興趣：_____

長輩的需要：_____



設祖輩可多參加家庭活動，欣賞家人的用心安排，甚至成為家庭活動的召集人，讓節慶聚會變得新鮮有趣。例如偶爾以西餐替代中餐，或者邀請大家一同製作傳統小吃，吸引年輕一輩！





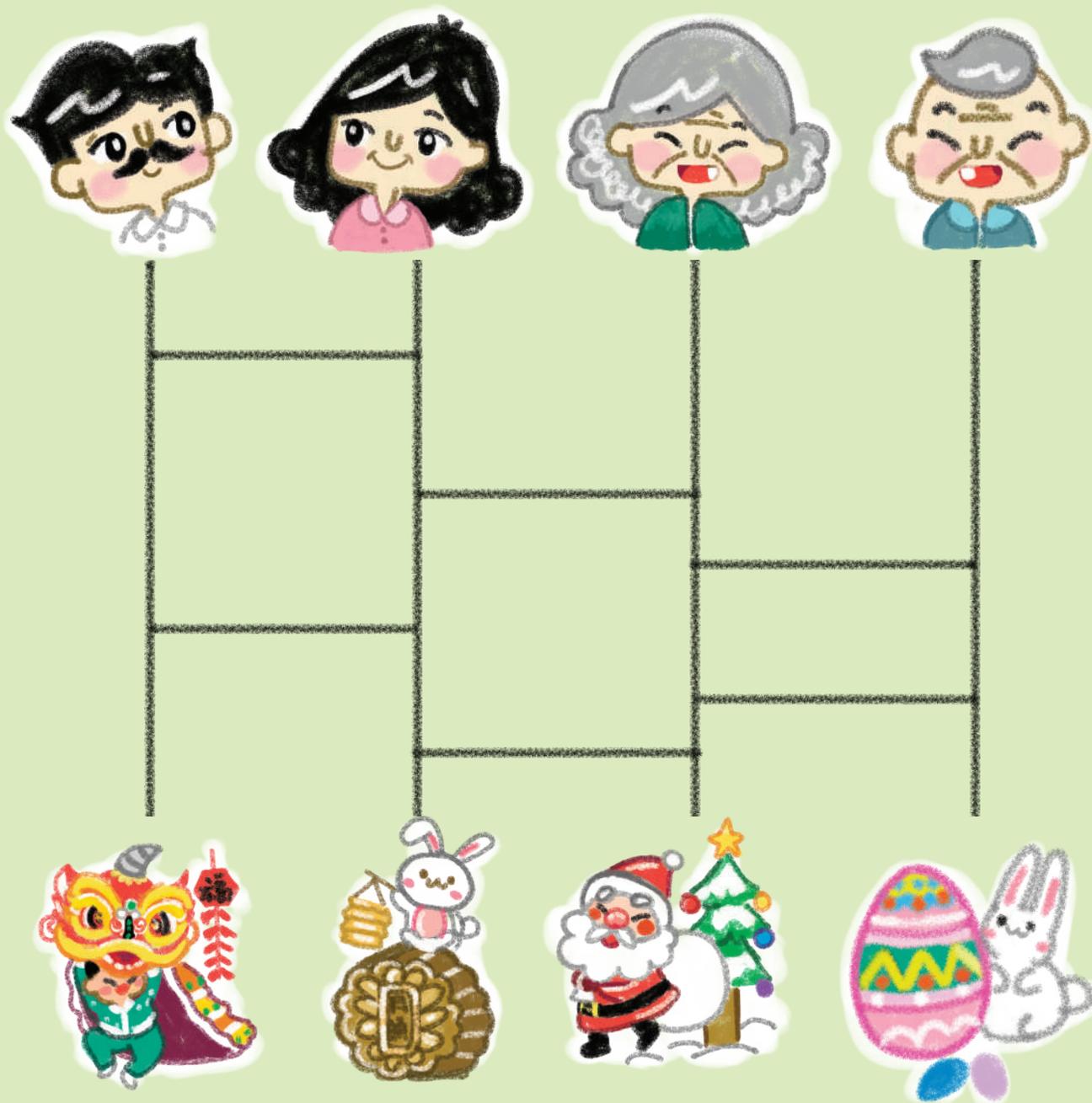
給孩子的小遊戲

同聚共樂

齊來畫鬼腳！

以下圖案代表不同節日，舞獅代表農曆新年、月餅代表中秋節、聖誕老人代表聖誕節、復活蛋代表復活節。

試試看畫到哪個圖案，並向任何一位長輩分享一個與該節日有關的快樂家庭回憶。



(答案在P.38)

我的快樂家庭





遊戲答案



書名：嫻嫻、媽媽不吵了！

編著：香港家庭福利會 婦女及家庭成長中心

繪畫及美術設計：唐詠然@香港展能藝術會

出版：香港家庭福利會 婦女及家庭成長中心

地址：香港筲箕灣耀東邨耀貴樓C翼地下

電話：(852) 2811 5244

傳真：(852) 2960 0125

電郵：bcp@hkfws.org.hk

贊助：李錦記家族基金

網址：www.lkkfamily.foundation

出版日期：2022年5月

適讀年齡：3-8歲（親子共讀）

Copyright © 2022 Hong Kong Family Welfare Society

All right reserved.

© 香港家庭福利會 版權所有 翻印必究



出版：

贊助：

非賣品

