



## 傾聽童心...2005 母親節「愛的大調查」解密報告

歡迎光臨，孩子心中的秘密花園。

溫馨的母親節又到了，孩子心中是不是有什麼想對媽媽說的話呢？  
兒童福利聯盟為媽媽準備了一份「傾聽童心」的母親節禮物，帶領  
媽媽參觀孩子們心中的秘密花園。

現代媽咪時常身兼數職，白天是忙碌又能幹的職業婦女，一下班後搖身一變，成了周旋於燒菜煮飯、照顧孩子的超級媽媽。在身兼數職的忙碌之下，媽媽還是希望給孩子最好的，希望孩子能快樂成長。

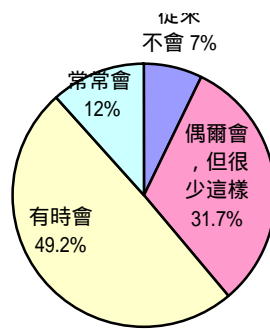
但在兒盟歷年的調查當中，卻發現我們的孩子時常覺得不快樂：在 87 年的調查我們發現有 48% 的兒童覺得不快樂、89 年的調查中有 75.5% 的兒童認為達不到爸媽的期待。91 年的調查中發現 52% 的孩子覺得壓力沉重、92 年的調查則發現孩子覺得最大的煩惱來源是功課與生活無聊。

現代的孩子們似乎生活在沉重的壓力與不快樂當中，問題出在哪裡呢？該怎麼培養出快樂又有自信的孩子，想必是所有媽媽都想知道的事。在母親節的前夕，兒童福利聯盟基金會與小蕃薯網站合作，針對國小以下的兒童進行「母親節愛的大調查」，了解孩子眼中的媽媽印象、孩子的心聲和想對媽媽說的悄悄話，幫孩子送給天下忙碌又偉大的媽媽一份溫馨禮物，也要分擔媽媽的辛苦，提供媽媽「傾聽童心——兒童快樂成長教戰守則」，讓媽媽陪孩子一同快快樂樂地長大。

這次兒童福利聯盟（以下簡稱兒盟）與專門針對兒童設計的「小蕃薯」網站合作，以「小蕃薯」網站會員為母群進行網路問卷調查，將年齡層定為幼稚園及國小的兒童，共計收集到 2788 份有效問卷。在這次調查當中，兒盟發現了在孩子的心目中，媽媽有以下的形象：

### ■ 媽媽的火山爆發指數——有八成的媽媽像休眠火山，很少或有時候會發脾氣

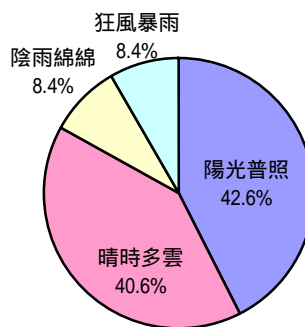
在本次的調查當發現有接近一成（7.3%）的孩子說媽媽從不在他們的面前亂發脾氣，而有超過三成（31.7%）的兒童覺得媽媽很少會這樣做。覺得媽媽有時會發脾氣的兒童約佔五成（49.2%）。最後，覺得媽媽常常會亂發脾氣的兒童則只佔一成左右（11.8%）。



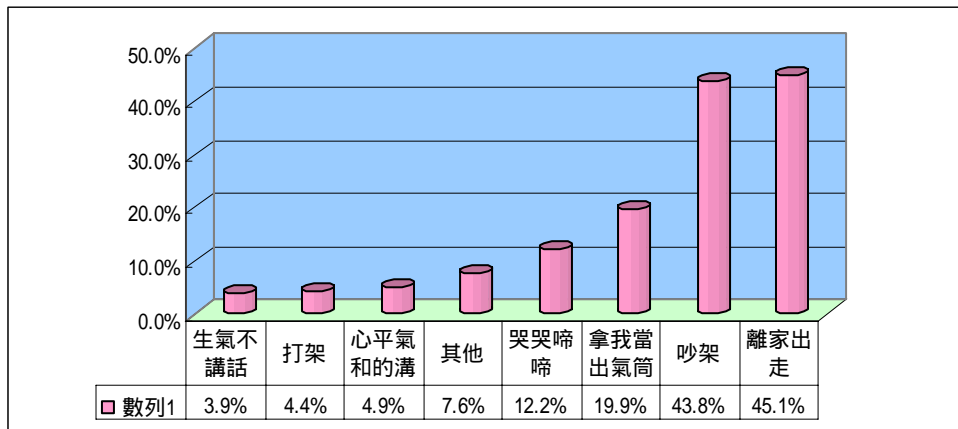
圖一、媽媽會不會在孩子面前亂發脾氣

除了是否常在子女面前亂生氣之外，在孩子的眼中，平時媽媽的情緒都是如何的呢？媽媽的情緒，孩子最容易感受得到，如果把媽媽的心情當作天氣，有最多的兒童（42.6%）覺得媽媽的情緒就像陽光普照一樣，時常都是溫暖的好心情。另外還有四成（40.6%）的兒童覺得媽媽的心情屬於晴時多雲，在愉快的心情當中，偶爾會有一些不開心的時候。而以陰雨綿綿的沮喪憂鬱情緒或狂風暴雨發怒等負向情緒狀態為主的媽媽，在本次的調查中，約各佔不到一成的比例（8.4%）。雖然這些媽媽的比例不高，但是以負向情緒類型為主的情緒狀態，對於媽媽自身的心理健康可能有不利的影響，對於兒童的發展也是一個風險因素，也需要家人的關心。

值得高興的是，本次調查中發現，大部分的媽媽都是屬於陽光普照或晴時多雲的理想情緒狀態。媽媽的好心情常可以渲染到孩子身上，感受到媽媽的好心情也會使孩子更有安全感。



圖二、媽媽的脾氣像什麼樣的天氣



圖三、當媽媽和家人意見不合的時候，她最常怎麼做？（複選）

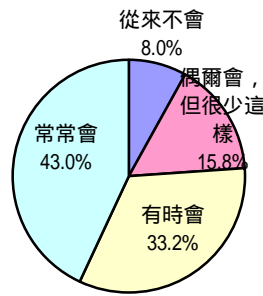
除了了解孩子眼中，媽媽在一般的情況下的情緒狀態外，在我們的調查當中發現，當媽媽與家人之間（包括爸爸或孩子）發生意見不合的時候，孩子覺得媽媽最常用的方是就是「離家出走」（可能包含短暫地離開家與回娘家等）和「吵架」，各有四成以上的孩子的覺得媽媽會這樣處理衝突。此外，還有接近兩成的孩子覺得，這個時候媽媽拿他們當作出氣筒，只有接近 5%的媽媽會以「心平氣和的溝通」的方式來面對。這樣的結果顯示，有許多媽媽不知道該怎麼善用溝通方式，而使孩子覺得在其印象中，媽媽多以吵架或離家出走的方式來因應衝突。

綜合以上的調查結果，我們發現在媽媽的情緒基調與管理方面，有八成以上的媽媽們很少或有時候會發脾氣，大致上可以發現，現代的媽媽雖然工作忙碌，但大部分的媽媽具有正向愉快的情緒基調，情緒的穩定性良好，孩子在與媽媽相處的時候，大多可以感受到如陽光般開朗和煦的好心情，因此大部分孩子眼中都有「笑臉媽媽」的形象。唯在處理衝突時，許多媽媽較為缺少溝通的技巧。

### ■ 媽媽的陪伴與聆聽能力—媽媽願意陪伴孩子，但可能缺少親職技巧

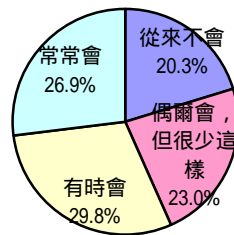
孩子的情緒與心事都有被理解的需求，需要爸爸媽媽傾聽他們的心事。孩子們所需要陪伴的是重量也重質的，但這樣的需求在繁忙的生活當中，不一定都能被滿足。在兒盟 92 年進行的「兒童生活狀況調查調查」結果顯示，有超過六成的孩子們希望爸爸媽媽多陪伴他們，多聽他們說話。然而在本次的調查中我們發現，有超過七成（76.2%）的媽媽會撥時間好好聽孩子們說話，我們欣然發現，現代媽媽們雖然忙碌，大部分的媽媽依舊會想要聽孩子說話，了解孩子的心。

但在我們的調查當中，還是發現有超過五分之一（23.8%）的孩子覺得媽媽很少用心聽他們說話。媽媽們可能由於工作忙碌或者不知道與孩子溝通的方法，不知道如何用心諦聽孩子，因此使孩子感覺不到媽媽用心聽他們說話。



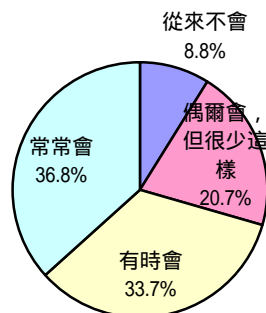
圖四、媽媽會不會用心聽我說話

或許有些孩子覺得媽媽不太會用心聽他們說話，媽媽也不知道如何引導孩子說出心裡的話，使得與孩子之間的情緒和心事溝通管道受到阻礙。在本次的調查中發現，共有超過四成（43.3%）的孩子表示他們從不或者很少告訴媽媽他們的心事，表示有許多的孩子選擇將心事繼續埋藏在心中。孩子的心事不僅需要抒解，同時也可能需要其他人的建議協助解決問題。



圖五、我有心事時會不會告訴媽媽?

本次調查中也發現，大部分的媽媽（70.5%）願意花時間陪伴孩子，但有兩成多的孩子覺得媽媽從不或很少陪伴他們，時常使孩子感覺到孤單。在兒盟 93 年「心貧兒」的調查結果也發現，缺少社會支持、親子互動的孩子時常抱怨無聊、孤單，心靈空洞貧乏而不快樂。孩子成長的過程僅有一回，媽媽積極的陪伴與聆聽，可以帶給孩子更充實快樂的童年。



圖六、媽媽會不會花時間陪我？



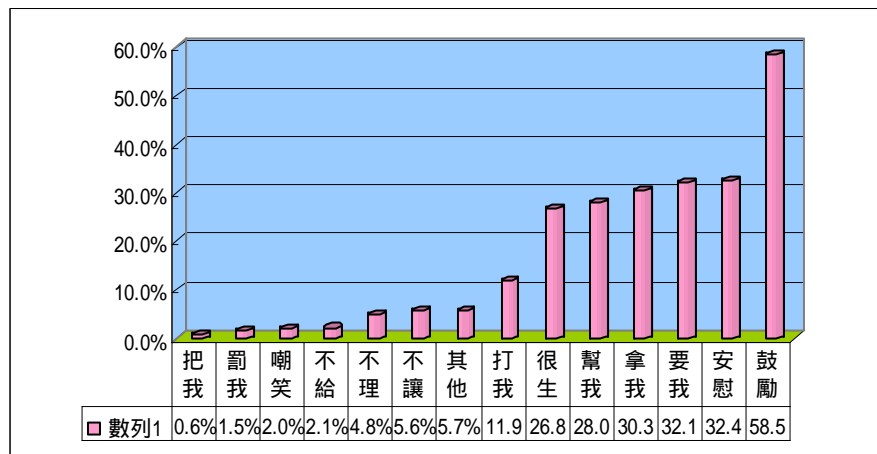
由以上的幾個調查結果顯現出，現代的媽媽雖然身兼數職、下班後身心的疲累加上繁瑣的家務事，常讓媽媽疲憊不堪。但大部分的媽媽還是願意陪伴孩子成長，了解孩子的心事。然而雖然媽媽們願意陪伴並了解孩子，卻可能因為缺少親子溝通的技巧，所以孩子不一定想對媽媽述說他們的心事。媽媽可能需要進一步了解與孩子溝通的親職能力與親子互動技巧，打開親子溝通的管道，讓孩子暢所欲言。

■ 媽媽的求好心切指數高—現代媽媽對子女的要求與期待高，孩子覺得自己表現不夠好、壓力大

除了孩子對媽媽的情緒印象和媽媽對孩子日常的相處外，我們也發現媽媽對於孩子的學習與表現總是有很高的期待。孩子們表示，在當自己考試考不好的時候，有五成以上（58.5%）的媽媽會鼓勵他們下次再加油，約有三成二的媽媽會安慰孩子或要孩子好好反省，另外，有三成以上（30.3%）的媽媽則會拿小孩的表現跟其他人比較。

但使用體罰、嘲笑或其他處罰方式（關在房間、不給零用錢等）的比例較低，顯示現代媽媽在子女遭遇挫折時的管教方式，相較於以往會運用開明而鼓勵的方式，能夠在孩子遇到挫折的時候給予支持而非僅給予高壓的懲罰。

但是從許多媽媽都會要求孩子「下次努力」與「和其他人比較」的反應，則表現出媽媽對於孩子的成就表現有很高的期待。

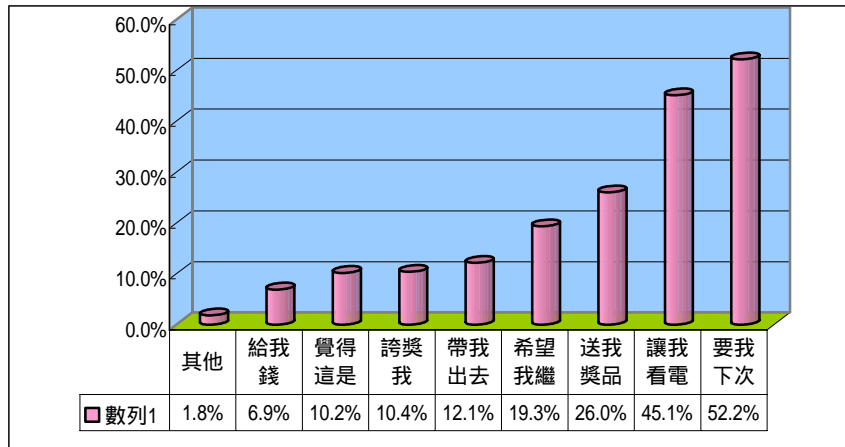


圖七、考試考不好的時候，媽媽會有什麼樣的反應？（複選）

然而當子女有好表現時，孩子們表示媽媽最常有的表現卻是「要他們下次表現得比這次更好」，達超過五成的比例（52.5%），也有接近兩成（19.3%）的媽媽會希望孩子「繼續保持」，僅有 10.4%的媽媽會不吝給予孩子讚美。這個結果顯現出我們

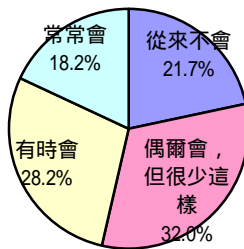


對於「追求成就」的文化特質。即使在孩子有好表現的時候，媽媽還是希望孩子「百尺竿頭，更進一步」，持續地追求更好的表現，卻很少會因此獎勵或讚美小孩。



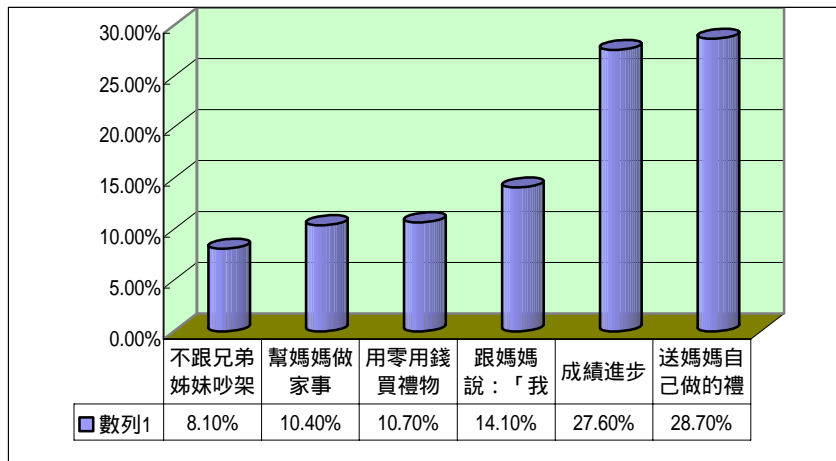
圖八、當我有好表現的時候，媽媽最常有什麼樣的反應？

此外，我們還發現，有將近五成（46.4%）的小孩覺得媽媽有時或是時常會拿他們跟其他人比較，都顯示出媽媽對於子女的表現有很高的要求，希望孩子可以表現得像其他人一樣甚或比其他人更好。



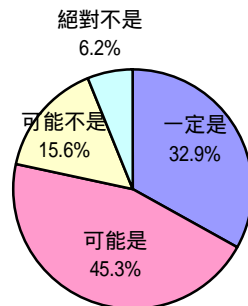
圖九、媽媽會不會常拿我和別人比較

媽媽對於子女的殷殷期盼從「婦女論壇的網路討論區」中媽媽的意見交流，更可以直接看見。我們發現媽媽們對於子女最大的期望莫過於學業成績的好表現。如快樂媽媽提到：「某位媽媽說到：『媽媽什麼都不要，只要你們功課好就行了！』」；Pauline也說：「從小媽媽都會說，我只要你們乖乖的，把書讀好就好了，不用買什麼東西給我了」（引自 <http://forum.yam.org.tw/women/digest/story/43.htm>）。這個現象從孩子認為送給媽媽最好的母親節禮物亦可發現，有接近三成（27.6%）的孩子覺得送給媽媽最好的禮物就是「成績進步」，與「親手做的禮物」（28.7%）同為孩子認為媽媽最喜歡的禮物。其他禮物，如：「對媽媽說『我愛你』」、「送媽媽禮物」、「不與兄弟姊妹吵架」等則各約只有一成的孩子認為是最好的禮物。



圖十、我想要送媽媽一個最棒的母親節禮物，讓媽媽覺得很高興

在媽媽殷切的期待之下，孩子是否認為自己能達到要求，成為媽媽眼中的好孩子？兒盟發現，有超過兩成的孩子認為自己在媽媽的眼中不算是一個好孩子；不能確定自己是好孩子的比例總計超過七成。孩子對於自己的評價時常來自於父母親對他們的期待，媽媽過高的期待可能會使孩子覺得自己永遠都沒有辦法達到媽媽的期待，因此對自己沒有信心。



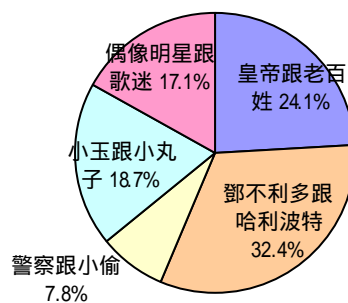
圖十一、我覺得在媽媽的眼中，我是不是一個好孩子？

綜合以上的統計結果我們發現，現代媽媽對於子女的教養方式相較於以往更為溫暖而彈性，在子女遭遇挫折的時候，媽媽比較少用負向嚴厲的懲罰，且會以鼓勵或安慰的方式激勵孩子繼續加油。但，另一方面，媽媽對於子女卻總是有很高的要求，即使在子女表現好的時候，媽媽也不會輕易讚美他們，大部分的媽媽會期許子女更加進步。而正可能因為這樣的要求而導致孩子對於自我表現的抱著懷疑，讓孩子對自己越來越沒有信心。



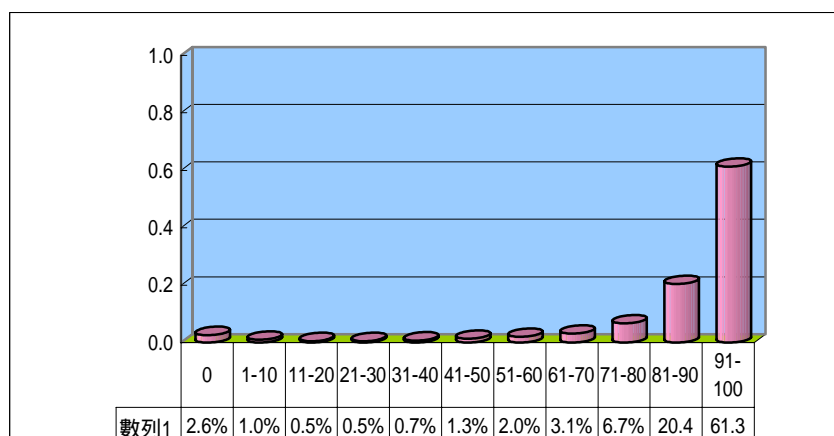
### ■ 孩子眼中的好媽媽—像鄧不利多魔法師、小丸子的「死忠兼換帖」

在本次調查中，三成（32.3%）的孩子們表示和媽媽的關係像「鄧不利多與哈利波特」，具有愛、睿智與包容的長者形象，是孩子心目中的理想媽媽。另外則有接近二成五的孩子覺得和媽媽關係像是「皇帝與老百姓」，媽媽具有絕對的權威。另外類似「小玉與小丸子」的好朋友關係則佔了18.7%，也有17.1%的孩子把媽媽當作偶像。最後覺得與媽媽之間好像「警察與小偷」一般對立，躲避媽媽的小孩則只有7.8%。



圖十二、我跟媽媽相處的情況最像哪一種？

最後，孩子為媽媽打了一個「媽媽分數」，從結果當中我們很高興地發現，有六成以上的孩子給了媽媽91分以上的分數，另外還有20.4%的孩子則給了媽媽81以上的分數，超過八成的孩子覺得自己擁有80分以上的好媽媽，平均分數為85.3分。



如果要我幫媽媽打分數，我會給幾分？





從母親節「愛的大調查」中，我們很高興地看見大部分孩子心目中，媽媽的形象是，愉快正向的笑臉媽媽，與媽媽的關係像是「鄧不利多與哈利波特」，也給了媽媽平均 85.3 的分數，是孩子所喜歡的媽媽。兒盟僅針對媽媽的溝通與聆聽等親職技巧與對於孩子過高的期待提出兒盟的提醒，希望媽媽以更良好開放的溝通來培養快樂而有自信的小孩，勿因過高的期待造成壓力，使孩子喪失自信。因此，兒盟在今年的母親節幫媽媽準備了一份實用的母親節禮物——「傾聽童心」。

## 兒盟的母親節賀禮

秉昇用很沮喪的聲音告訴兒童專線的值日生說：「我今天考試考壞了，我知道是自己太粗心。我已經很傷心了，可是一回到家，媽媽看到成績就開始劈哩啪拉一直罵，說我貪玩，才會考這麼爛。媽媽只在乎我成績好不好，我的心情她都不關心。」

父母的教養方式如果是對人不對事，被否定的是「人」，而不是做錯的「事」，孩子會覺得自己不為爸爸媽媽所愛、所接納。孩子一旦常被批評、否定，就無法相信別人及自己，會覺得自己是不好的、沒有能力的，自然會變成自信缺缺的小孩。父母如果把「對人不對事」的教養方式做一些調整，變成「對事不對人」，對孩子的影響就有所不同喔！

舉個例子來說，孩子玩具沒有收拾好，您看到一片混亂後覺得生氣，這樣的確讓人心情不好，但是您可以轉個彎，讓孩子學習自己來收拾，而不是由大人來接手。所以您可以做的是：

- \* 說出您的心情及心情不好的原因。每個人都是有情緒的，所以你可以跟孩子分享自己的心情，跟孩子說：「媽媽很愛你，不過今天看到你玩具玩完沒有收拾好，這件事讓我覺得很生氣。」
- \* 提出你的期待。愛孩子不代表可以放縱他，所以也需要訂定規範，幫助他學習及遵守。你可以跟孩子說：「媽媽同意讓你玩玩具，不過也要請你玩完以後將地上收拾整齊，以免有人採到跌倒，你的玩具也可能會被弄壞喔！」你可以同時站在自己及孩子的角度去設想，這樣會更具說服力。
- \* 幫助孩子學習規範。跟孩子討論：如果沒有收拾時，爸媽可以怎麼提醒他，或是如果不會收，他希望爸媽可以怎麼幫忙。



從我們的調查當中，我們知道現代媽媽在繁忙的工作與家務的雙重壓力之下，仍然努力而用心地扮演媽媽的角色，希望悉心照顧孩子，讓子女快樂成長。要怎麼樣與孩子互動，才能培養出健康而快樂成長的小孩，想必一定是所有媽媽心中最想知道的答案，因此兒盟在母親節的前夕推出「傾聽童心」的親職專書，作為獻給天下媽媽的母親節禮物，分擔媽媽教養的工作。書中透過實例以及錦囊妙計來幫忙媽媽解決孩子的各種煩惱，培養快樂成長的小孩。我們提供媽媽陪伴孩子快樂成長的秘方，我們建議：

1. 現代媽媽要懂得情緒控制、不要隨便在孩子面前發脾氣
2. 現代媽媽要學習聆聽孩子的心聲、陪伴孩子解決問題和煩惱
3. 現代媽媽要懂得讚美和鼓勵孩子
4. 現代媽媽要學習扮演多重的角色
5. 現在媽媽不能只重視孩子學業成績、不要跟別人比、造成孩子無謂的壓力

媽媽可以為孩子培養自信、快樂學習、良好人際能力以及有多元的興趣和休閒生活，使孩子擁有自主、快樂的健康態度。

「快樂」和「成就」比起來，相信許多父母會認為後者的重要性大過於前者，將這兩者視為必須所有取捨的想法是我們傳統的文化信念，認為應該要犧牲快樂來獲取成就。許多成人不自覺地把這樣的特質融入在親執教養的方式當中，重視孩子的外在成就更甚於情緒和人格發展。

在「傾聽童心」一書當中，我們希望可以提供爸媽雙贏的教養策略，針對各個兒童快樂成長的秘方，以例子提出實用可行的教養技巧，教給爸爸媽媽正向而實用的教戰守則。在每一個簡短的例子當中，爸媽都可以獲得正向的教養秘訣，增進教養技巧和親子溝通能力，幫助爸媽培養孩子的自信心、快樂學習的態度，而經由這種正向的溝通方法也能夠增進親子關係，讓爸媽更了解孩子的想法。

兒福聯盟希望藉由「傾聽童心」來傳達孩子的心聲，讓父母和照顧孩子的成人都能從孩子的角度去詮釋孩子的行為及語言，當孩子一旦被了解與尊重，快樂的氣質就會自然地散發出來。本書所強調的「快樂」並不只是短暫表面的情緒表現，而是一種內在滿足喜悅的特質，來自孩子的信心、與他人互動的同理心、積極的學習動機與及擁有自己喜歡的興趣。我們相信這樣自信而積極學習的小孩，不必取捨，自然能夠同時擁有「快樂」和「成就」（部分摘錄自傾聽童心自序）。