

報導 劉楚珊  
攝影 謝麗清

### 樂寫人生

蔡颖卿的父亲是一名中学校长，由于蔡父长年忙于处理学校的事务，无暇协助祖父打理家族生意，于是，蔡母担起打理蔡家家族生意的重任。虽然如此，蔡母却从未因为忙着打理生意而忽略了照顾4名孩子的部份。

“当时，祖父经营的是砖块生意，这是一门粗重且忙碌的工作，但母亲从未因为协助打理这门生意而忽略家庭及孩子，她总能妥当地安排时间来兼顾生意和家庭，时间管理能力极强的她，是我的学习榜样。在我还小的时候，她就开始训练我有条理地做好家务事，这也是课本所没有提供的训练。而我也从学习做家务的过程中建立自信，以及良好的时间管理方式。”

一般人眼中看似琐碎的家事，却是她学习如何管理时间和提升工作效率的生活哲学。

“有些人吃饭后，不知如何有条理地收拾餐具和桌面，甚至搞得桌面杯盘狼藉。其实，学习如何有条理地做家务与求知识的道理是一样的，当我们可以有条理地整理餐具时，便也可以有效地学习和吸收知识。”

#### 母女分享阅读内容

至今，她与现年87岁的母亲依然保持亲密的关系。这对同样爱阅读的母女每次见面时都会分享彼此最近阅读的书籍内容。

“要当个受人尊敬的母亲，首先得培养阅读的好习惯。不过，我并非为了陪孩子读书而阅读，而是为了自我充实而阅读。”

由于在童年期间，蔡母妥善管理时间为她树立了榜样，于是，她在为人母后，也学会同时兼顾家庭与工作。

“孩子很重要，但若是需为了照顾孩子而放弃工作，却未必是现代每个母亲所能办到的。那是因为每个家庭的经济能力不同，有些家庭需要母亲也出外工作才能应付经济负担。”

她在初为人母时，因为得兼顾家庭与工作而经常感觉自己有如蜡烛两头烧，但这也让她觉悟，人生有时候总是无法在同一时间内鱼与熊掌兼得，每到这个时候，就必须作出适当的取舍，于是，她当时舍弃了与老同学聚会的时间，全心全意地把所有时间都奉献给家庭与工作。

### 曾隨丈夫旅居泰國獅城

由于丈夫的工作性质，使得蔡颖卿在婚后曾随夫分别到泰国曼谷和新加坡居住，而他们的两个女儿也因此曾在曼谷和新加坡的国际学校接受教育。

“两个女儿先是在台湾受教育，后来才到曼谷和新加坡接受教育，多年后，我们一家人再回到台湾定居。我觉得，这样的经历造就了我们的两个女儿在学习方面都拥有相当高的灵活性，因此，当我们多年后再回到台湾时，她们都可以在短时间内再次适应台湾的学习环境。”

她说，家长有责任教导孩子把书念好，并应从小培养孩子的责任感。

#### 鼓励孩子专心读书

“许多孩子不好好读书，那是因为他们不肯吃苦。如果家长觉得孩子的课业表现不好，继而认为读书并非孩子的专长，然后让孩子停止学业，而去学习一技之长，那就让孩子不必再为课业烦恼，这是一种误解。因为无论孩子学习任何一项技能，若他不想一辈子只当劳工，而是希望可以更深入的钻研该项技能，那么，他需要通过读书来求取知识。”

所以，她认为，唯有鼓励孩子专心读书求知识，才能帮助孩子在未来闯出一番成就。

“我的长女现年31岁，幼女28岁。她们从小在课业方面的表现都不错，那是因为我从她们还小时就一直告诉她们‘爸爸妈妈作好父母的职责，努力地做好工作，而你们的职责就是好好念书。念书与做事的道理是一样的，能把书念好的孩子，长大后必定也能把事情做好。’”



▲蔡颖卿多年来将教养孩子的心得写成多本书，包括《五十岁的书桌》、《我想做个好父母》、《妈妈是最初的老师》、《厨房之歌》、与洪兰合著的《从收获问耕耘，脚踏实地谈教育》，此外，她也曾撰著分享旅行心得的《旅行私想》。

## 向母學習兼顧工作家庭妙方

# 蔡穎卿當親子作家 分享育兒心得

台灣親子作家蔡穎卿從小在母親的教養下，學會有條理地打理家務事。為人母後，她也繼承母親的衣鉢，教導兩個女兒如何將家務打理得井井有條，並從生活中學習待人處事之道，使兩個女兒得以在成長過程中迅速適應台灣、曼谷和新加坡的教育環境。

對親子教育和烹飪都頗有心得的她，在兩個女兒都已成年後，依然持續通過寫作與大眾分享她教養孩子的心得，同時也開設小廚師烹飪班，以教導其他孩童從實作學習烹飪中了解自己，希望把正確的教育觀念落實在生活之中。



▲蔡颖卿从母亲身上学习时间管理和工作效率，使她在为人母时可以同时兼顾家庭与工作。

▲蔡颖卿认为，父母不一定要有威权，但一定要有权威，如此才能与孩子建立平衡且和谐的关系。

### 父母需棄威權而建立權威

蔡颖卿认为，父母不一定要有威权，但却一定要有权威，才能与孩子建立平衡且和谐的关系。

“威权是一种霸道，无论任何事情都只有由父母决定才算数，孩子完全没有决定的权力。而权威则是父母应该站稳自己的立场，当孩子有所要求时，父母应在爱护孩子的前提下作出对双方都有利的决定。”

她说，她的两个女儿直到上大学时才拥有手机，而她也设定了家规，即吃饭期间，全家人都不得使用手机。如果女儿在吃饭时段玩手机，她是不会与她们一起吃饭的。

她认为，这就是为人父母者应拥有的权威，而一般父母也因为得在适当时作出对双方都有利的

决定，而非因为宠爱孩子而任由他作出对双方都没有利益的决定。

“孩子的意见很重要，但是父母在聆听孩子的意见后也得慎重，孩子所提出的意见是否恰当。举例而言，孩子自行决定在冬天时穿不保暖的衣服，当孩子因此而生病后，不但孩子自己受苦，父母也为了照顾孩子而奔波。因此，我反对让孩子在未成年之前，自行决定想穿什么样款式的衣著。孩子未成年时，其衣著应该由父母决定，待长大后才让他们自己决定。”

她也说，虽然华裔父母不像西方父母般经常会将“爱”挂在嘴边，但这不代表华裔父母就不爱孩子，因为华裔父母多教导孩子要待人有礼，并且在对人说话时

要客气，而这些作法其实都是爱的语言。

“我的母亲从未有对我说过爱我，但她为了缝衣给我而半夜不睡觉，如此的举动不正说明了她很爱我。”她认为，父母爱孩子并不一定得将“亲爱的”等字眼挂在嘴边，而是需教导子女如何成为更完整的自己，且可以在没有父母的庇护下，依然活得有价值。

她很喜欢一句来自印度的谚语“孩子小的时候，帮他们扎根；孩子长大了，给他们翅膀。”因此，当年长女到美国深造时，她便鼓励女儿靠自己打工来支付学费和生活费。这是因为她认为，唯有让孩子自行学习经济独立，才有助孩子长大成人，并有能力独立生活。

### 教孩童通過烹飪學思考

蔡颖卿说，没有人会在一开始念书时就会觉得念书是很有趣的事情，那是因为多数人念书后并没有通过实作经验将所学到的知识学以致用。因此，2009年，擅长烹饪的她展开了一项生活教养计划——“小厨师”活动，让小朋友有机会通过烹饪实作，学习解决问题的能力与方法。

“从烹饪实作中，可以帮助孩子了解劳动的美感与必要，让他们了解学习烹饪不只是为了好玩而已。孩子可能会在烹饪过程中出错，而这将有助他们了解哪一个才是正确的烹饪方法，下一次就不会再犯同样的错误。”

她劝喻父母勿认为孩子做事的态度不重要，因为孩子小时候的处事态度会影响他未来在工作上的表现。

“还有，许多台湾的孩子在做事时总是会问很多问题，而父母往往都直接给孩子答案。因此，我在教小朋友烹饪时，都会让他们先自行摸索和思考，然后再让他们完成烹饪的任务，这种方式将有助他们学习思考。”

她也提到，她所开办的烹饪课中有一名视觉障碍的小学生，虽然这名学生天生没有眼球，但他却拥有好学不倦的精神，对学习烹饪充满热情。更难得的是，其父母没有因此而放弃孩子，并对孩子关怀备至，以便他未来可以自理生活。

### 孩子依賴 父母需檢討

蔡颖卿说，父母对孩子的牵挂是一辈子都不会停止的，这就是父母对孩子的爱。但是，因为爱而产生的牵挂也会慢慢地转变成安心。

她说，其长女在美国深造时，曾在第一学期结束后返家过圣诞节，过后，长女更需独自一人搭乘飞机回到美国，而她则因牵挂长女而在机场送行时泪流满面，长女见状后连忙安慰她不要哭，显见她们母女俩的感情深厚。

“当时，我一度很牵挂远在国外求学的女儿，但我也深信，我多年来给予她的教育，可以让她有足够的能力应付在美国求学的生活。这种情况同样也发生在我与父母之间的亲子关系上，由于我婚后经

常与丈夫和女儿在国外生活，父母初时也会对我有所牵挂，但在经过多年后，父母看到我依然可以好好地生活，他们也就对我感到很放心。”

她认为，孩子应好好做人，勿因为任性而做一些使父母感到操心的事情，这是因为让父母感到安心是身为子女的责任。

“台湾有一些已成年的孩子勤于打工并不是为了自付学费，而是想赚取金钱来为自己想做的事情，至于学费和生活费则依然依赖父母来负担。如果一个22岁的成年人还没有办法经济独立，那么，父母就得反省是不是教育方式有不恰当之处，导致已成年的孩子无法自立。”