



當貓咪成為老師： 從照顧寵物學習與 孩子溝通的藝術

小時候，媽媽在街上抱了一隻大約只有兩個月大又很可愛的小貓貓回家，由那時開始，我的家中就多了一位成員。媽媽很有愛心，她很用心照顧小貓貓，會特意到街市買一大袋「九棍魚」，用火香煎，然後用熱飯混着香噴噴的九棍魚給貓咪吃。貓咪很喜歡吃。後來我家還來了另外一隻小貓咪和一隻巴西龜。巴西龜在魚缸內長大了，就放在地上爬行，有時候牠會爬去吃貓咪香噴噴的魚飯，有時又跟着貓咪走，可是貓咪不喜歡牠跟着，就給牠一巴掌，很有趣。

我長大後，從事教學生涯三十多年，有一次見到范誠忠校長家中的貓貓，是「加菲貓」，非常可愛，於是我決定自己飼養貓貓，直至現在已經飼養了貓貓二十一年了。現時我家中有五隻貓貓。與貓貓生活了那麼多年，看着牠們成長，既擔心又開心，那種心情就像媽媽看着子女成長一樣。照顧貓貓與教育孩子之間存在着驚人的共通點，那些能讓貓貓安心信任的方法，往往也正是打開孩子心門的鑰匙。

尊重界線：不強迫的智慧

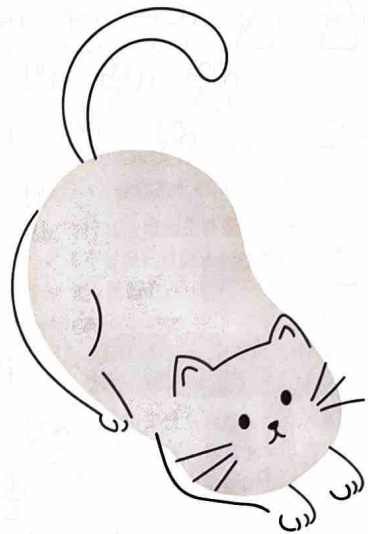
養過貓貓的人都知道，強迫一隻不想被抱的貓貓只會換來抓痕。聰明的貓奴懂得等待貓貓主動靠近，在牠願意時才伸手撫摸。這種對個體意願的尊重，正是許多家長在親子關係中容易忽略的關鍵。

當孩子不想說話時，不停追問「今天學校怎麼樣」只會讓他更封閉。如同對待貓貓，我們可以靜靜陪伴，讓孩子感受到「我在這裏，等你準備好」。一位母親分享，她兒子放學後總是不發一語，她便學着養貓的經驗，只是倒杯溫牛奶放在他旁邊，然後安靜做自己的事。二十分鐘後，兒子終於主動開口了。

非語言溝通：讀懂身體訊息

貓貓不會說話，但耳朵的角度、尾巴的擺動、瞳孔的大小都在傳達訊息。同樣，孩子許多真實感受往往藏在非語言的表達中——低頭玩手指、不停打呵欠、突然安靜下來。

學習「貓式觀察」的家長會更敏銳：孩子說「我沒事」時緊握的拳頭、說「作業寫完了」時飄移的眼神。這些細微線索比話語更誠實。當你發現孩子身體在說「不對勁」，與其追問，不如輕聲說「我感覺你今天有點不一樣，如果你想說，我都在，我願意聽」。就像你不會在貓貓炸毛時硬要抱牠，而是先安撫牠。



一致性建立安全感

貓貓最喜歡穩定的作息——固定的餵食時間、固定的睡覺位置。當生活規律可預測，牠們就會感到安心。孩子也一樣，他們需要的不是完美的父母，而是言行一致的大人。

「說了不算」是親子關係最大的殺手。你今天說「說實話就不處罰」，孩子鼓起勇氣承認後卻被處罰，下次他就不會再相信。如同你答應貓貓「坐下就有零食」，卻從來不給，牠很快就對指令充耳不聞。建立信任需要一次又一次的兌現承諾，摧毀信任只需要一次背叛。

正向引導取代處罰

貓貓無法理解「處罰」與「錯誤」的關聯，你打貓貓，牠只會學會怕你，而不是學會不該跳上餐桌。訓練貓貓最有效的方式是：提供替代方案並獎勵正確行為。

孩子也是如此。與其說「不可以畫牆壁」，不如準備大白板說「畫在這裏」；與其處罰孩子說謊，不如在他誠實時大大獎勵。正向聚焦讓孩子知道「怎麼做是對的」，而不是只知道自己錯了卻不知道該怎麼辦。一位父親分享，他不再責罵女兒亂丟襪子，而是每次她放進洗衣籃就貼一張貼紙，兩週後，這個習慣就自然建立了。

耐心等待：每個生命都有自己的節奏

貓貓學不會坐下、握手，不是因為笨或故意搗蛋，只是還沒準備好。強迫訓練只會帶來挫折。每個孩子的發展步伐都不同——有的五歲就會自己閱讀，有的七歲還在認字母。

比較是親子關係的毒藥。當你說「隔壁小明都可以自己睡了」，孩子聽到的不是激勵，而是「你讓爸爸媽媽失望了」。如同你不會責怪貓貓為什麼不像狗一樣會接飛盤，請也不要責怪孩子為什麼不像別人一樣。接納他的節奏，給予適度的引導和足夠的等待，他終將在自己的時區裏開花。

無條件的愛：最珍貴的禮物

貓貓不會因為你今天沒空陪牠玩就不再愛你，牠也不會因為你失業、生病就離開你。這種無條件的接納，正是孩子最需要卻最常得不到的。

許多孩子從小接收到的訊息是：考第一名爸媽才開心、表現乖才被讚美。愛變成有條件的，孩子學會隱藏真實的自己，只展現大人想看到的一面。但就像你愛那隻偶爾抓沙發、掉毛滿地的貓，你也需要讓孩子知道：你愛他，不是因為他的表現，而是因為他是他。當孩子擁有這份安全感，他才敢犯錯、敢嘗試、敢在你面前展現真實的自己。

照顧貓貓看似與教育孩子無關，但本質上都在學習同一件事——如何與另一個生命建立真誠、信任的關係。那些讓貓貓安心的方法，同樣能讓孩子敞開心房。而那些讓孩子感受到被愛的原則，也正是與任何人相處的黃金法則。

下次當你與孩子溝通時，不妨想想：如果是那隻驕傲卻深愛着你的貓貓，你會怎麼做？答案，或許就在那裏。

