

“子女的行蹤、成績、朋友圈，我都再也掌握不住了！”



您知道？

大學生作為成年人，享有各種權利（包括隱私權）也承擔相應的責任。除非取得學生同意，大學將不會向任何人士（包括家長）提供學生的個人資料。與中學不同，大學視每位學生為具有自主能力的成年人。大學生可以自由選修科目，學習管理自己的課業和生活。除了課堂學習外，大學提供了不同的資源，設立了各類學生社團，讓學生作多方面的探索，豐富其校園生活，提升其綜合能力。
作為父母，想關心子女在學校的課業成績、大學生活，卻不知道如何表達？

大學生父母秘笈：

✓ 切記：自立自主是青年人的發展目標。勿把您的關心變成懷疑，也別以管制的方式去表達關心。

1. 放下既有的權威角色，試著以平等的態度作溝通，相互尊重。
2. 試著向子女學習他們所關心的新事物，成為他們可以交流和談心的夥伴。
3. 子女有自己的社交圈子，父母也是時候放下「照顧幼子」的心情，轉變態度，並把生活重心轉回自身，發展自己的興趣，規劃新生活。

“子女要不是在上課，就是做兼職，我們根本沒時間溝通！”



您知道？

學生可透過兼職工作獲得社會實踐的經驗，並學習自力更生，減少對父母的依賴感。但過長的工作時間，不但可能讓學生感到吃力，更可能影響他們的課業，使其無法享受多姿多彩的大學生活。

作為父母，一方面希望子女能體會父母賺錢養家的辛勞，卻心疼他們半工半讀的艱苦；想要表達關心，卻沒有機會。

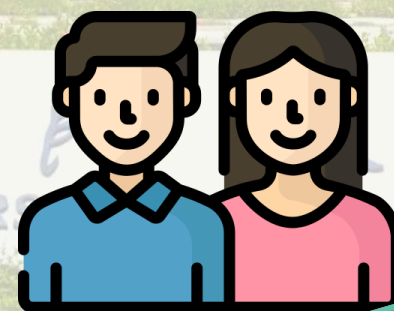
註：非本地學生在澳門工作屬違法行為。

大學生父母秘笈：

✓ 切記：別以“忙”當藉口，溝通的“質”遠比“量”重要

1. 別讓形式限制溝通；除了面對面交談外，電話、社交媒體，留言紙條、甚至書信也是溝通的好工具。
2. 珍惜共聚時光，試著彼此分享日常瑣事，別只顧著玩手機啊！
3. 聆聽子女的工作經驗及困難，別急著進入替子女解決問題的模式，有時候耐心聆聽比說教或分享個人經驗更能幫助子女。
4. 如遇到嚴重的財政困難，可聯繫我們的學費分期及經濟援助服務，查詢相關諮詢（電話：+853 8822 4638）。

父母也進大學



子女升讀大學，朝著自己的夢想出發，家長們可以如何協助他們？既尊重子女自主發展的需要，又能在適當的時候提供協助引導？

澳門大學學生事務部特別為各位家長編製了這份「父母也進大學」的親子溝通小冊子，希望幫助家長們對您的子女有更深的瞭解，能更好地與他們溝通。



澳門大學
UNIVERSIDADE DE MACAU
UNIVERSITY OF MACAU



學生事務部
Gabinete de Assuntos dos Estudantes
STUDENT AFFAIRS OFFICE



“子女心事重重，但
我就是搞不懂！”

您知道？

大學為學生提供更多樣的選擇，讓他們有機會嘗試不同的事情；有的學生視這些為個人成長的契機，有的則感到迷惘和不知所措。面對這些挑戰，有些大學生會嘗試獨自解決，有些則會嘗試找有相同困惑的朋友一起分擔。
作為父母，眼看子女悶悶不樂或煩躁易怒，既擔心又無奈...



大學生父母秘笈：

1. 不批評子女的負面情緒，鼓勵他們接納及調整自己的情緒。
2. 給予子女空間，請別著急定義問題，或直接給予解決方法，而是耐心聆聽他們的感受。
3. 如子女的情緒持續不穩定，請鼓勵他們向大學的心理輔導中心求助。

(電話：+853 8822 9000)

✓ 切記：子女面對挫折時，家人在情感上的陪伴與支持比直接提供解決方法更重要！

“子女不再聽從我的話了！”



您知道？

為能讓子女有健康的發展，父母都會向他們分享個人的觀點及經驗，並制定一些規矩，以防他們誤入歧途。但當子女逐漸長大，開始學習自主時，有時會發現父母的方式未必適合自己，或價值觀有差異，這可能導致雙方出現摩擦。

作為父母，您可能會感到迷惘甚至憤怒，覺得自己的意見和關心不再受到重視，認為子女不聽話，不孝順...



大學生父母秘笈：

1. 就問題採取共同商議的態度，代替訓導式的管教。
2. 對子女各種大小成就作出直接讚賞，別只挑剔他們的錯漏。
3. 聆聽他們對問題的想法，別急著提供解決方法。

✓ 切記：盲從不等於孝順，順從父母也不一定成功。有自己的想法，也可以是個孝順的好子女。

與學生事務部聯絡

無論是學生或家長，對大學新環境都需要經歷一段適應期。為協助學生順利融入校園生活，學生事務部提供多元化的服務予同學們。如對本部之服務有任何查詢，歡迎與我們聯絡。



<http://sao.um.edu.mo>

非本地生服務

電話：(853) 8822 9902

電郵：sao.services@um.edu.mo

獎學金、學費分期、經濟援助諮詢服務

電話：(853) 8822 4638

電郵：sao.aid@um.edu.mo

心理輔導中心

電話：(853) 8822 9000

電郵：sao.counsellor@um.edu.mo

辦公室地址：澳門大學學生活動中心
(E31) 2樓