



媒體報導

日期：2013年10月

資料來源：CLASSROOM Magazine Online World - 家教專區 - 教子有方 - 個人發展

標題：自然就是美

撰文：本會註冊臨床心理學家許子穎女士

參考網址：[請按此](#)

PARENTS-TEACHERS 家教專區
CLASSROOM CENTRE

CLASSROOM Online World

用戶名稱 密碼 [登入](#) [忘記密碼](#)

[父母新手](#) [成長教室](#) [智能發展](#) [教子有方](#) [男性健康](#) [家庭樂](#) [活動追擊](#) [Classifieds](#)

教子有方

主頁 > 教子有方 > 個人發展

自然就是美

註冊臨床心理學家 許子穎小姐

最近從報章上聽到一則有關兒童及青少年整容的報導，引起近年整容風氣。不少青少年在父母陪同下到醫務院做割雙眼皮、脫痣、抽脂填鼻的整形手術，而最令人擔心的，是有家長帶同年約區區、區區的子女求診，要求做雙眼皮和抽走「肉鼻翼」，再讓報章上討論反應強烈，批評家長「偏袒」、「寵壞」女兒過甚，影響對此亦甚深惡痛絕。但心想為其天下父母心，沒有接受子女的，家長會有如此偏袒行為，反映背後的心態和價值觀已出現問題，值得我們反思。

不會過時的美麗

容貌無時無刻不受人關注，可是美的標準，卻隨著時空地點和文化不停在變化。從前都說牙齒黑整牙才漂亮，但近年卻流行有小虎牙才可愛，而如人面黃的瘦臉只是人老相衰，欠缺自己的判斷，不但只會被流追殺，而且對「美麗」的追求亦變得永無止境。曾聽過近年有投考修讀系科的學生，更被時對考官說自己比市面化妝，因為自信外表漂亮，十分上鏡，可是當考官提及對時事的見解，對國際新聞的認識，她卻口無所云，究竟將來幫助子女成功，造成影響，是比較難得肯花時間和金錢，還是我對資料的內涵？家長們應如何思考，是到市面買一些「美麗」是歷久常新，永遠都不會過時的呢？雖然很難，但發揮並引導子女重視自己的內在美更難於在表，實在更值得父母花心思花時間去考慮。

因有自信，所以美麗

青少年人要求整容，甚至就是為了變得更漂亮，但更直接就是覺得自己不夠高，眼睛不夠大，皮膚不夠白(或曾經的作書的品)，身材不夠豐滿/纖瘦……這一切的「不夠」，其實就是對自己的否定，傾軋於自己的不足，卻忽視自己所有的或長處。當被父母主動帶子女去整容，修改他們先天「不足」之處，傳遞給子女除了是「美是最高貴」的訊息外，還隱含了對子女弱點(更可能是早年的不足)的擔憂和拒絕！被父母都不喜歡自己，孩子又從何開始建立自信和自信呢？從前我們都聽到人說「十全十美才有長短」，但更難得每個人都有自己的特點，無須與別人作比較和比較，接受長短，發揮自己的潛能，接納自己的限制，從一個人人都可接受和值得欣賞的，一個人應學會尊重自己，是懂得自己信任自己有多重要，在此不再贅言大論，正如許多年前曾有一首流行曲所言，「因有自信，所以美麗，你與自然都放散，」一個自信的人，即使自然並非完美，但仍能散發光芒，與其花心思和錢去改變頭髮，不如讓自然散發出他們欣賞自己，接納自己。

身體健康愛護父母

古語有云：「身體健康，是福父母，不致煩惱，孝之始也。」愛惜自己，因為你身體健康部份都是父母悉心照顧而得以長成的，倘若再推進一步，愛惜自己的身心靈，因為生命本身的奇妙和不可思議，值得我們去尊重珍惜，現代社會科技進步，許多從前無可能成就的事，如今有錢，甚至不用太多錢，都可以做到，再加上電腦科技的普及，人們似乎認為「reset」，「undo」為常規之事，但即現在醫學昌明，仍沒有任何一位醫生能「製造生命」，人生是無常和脆弱，也沒有一位醫生能保證「起死回生」，倘若你對生命的成長發展多一份尊重和關懷，你不可能「變化」自己或子女為可以被控制、分割、操弄、改變、轉型的對象，你會由衷地相信，自然就是美。

資料來源：基督教家庭服務中心 綜合家庭服務處 基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre

藝術與家之旅，給自己的信 [下一頁](#)

什麼是 PARENTS 家長專區?

FISH! 我們的合作夥伴
想了解更多? 請按此瀏覽

CLASSROOM Magazine 2013/14 全新改革
立即下載訂購表格

全城焦點·矚目新書
新世代寫作手冊，不一樣的天書
Written by Teachers for Better Results
3, 2, 1! 快! 寫作手冊
The ONLY WHOLE BRAIN Educational eShop in Hong Kong!

CLASSROOM Centre 本月免費講座



最近從報章上讀到一篇有關兒童及青少年整容的報導，引述近年整容成風，不少青少年在父母陪同下到醫院接受割雙眼皮、脫癭、甚至隆鼻的整形手術，而最令人錯愕的，是有家長帶同年幼至四、五歲的子女求診，要求做雙眼皮和改走「兜風耳」。輿論和網上討論反應激烈，批評家長「怪獸」、「痴線」甚至虐兒。筆者對此亦甚覺反感，但心想其實天下父母心，沒有想害子女的，家長會有如此偏激行為，反映背後的心態和價值觀已出現問題，值得我們反思。

不會過時的美麗

愛美無疑是人的天性，可是美的標準，卻隨著時間地點和文化不停在變化。從前都說牙齒要整齊才漂亮，但近年卻流行有小虎牙才算可愛。假如人對美的定義只是人云亦云，欠缺自己的判斷，不但只會隨波逐流，而且對「完美」的追求亦變得永無止境。曾聽過近年有投考傳理系的學生，面試時對考官說自己立志做女主播，因為自信外表漂亮，十分上鏡，可是當考官問及她對時事的見解，對國際新聞的涉獵，她卻啞口無言。究竟將來幫助子女成功，達成夢想，是如坊間傳言般靠打扮和包裝，還是靠真材實料的內涵？家長們應該深思的，是到底有沒有有一些「美麗」是歷久常新，永遠都不會被淘汰的呢？雖然很老套，但發掘並引導子女重視自己的內在美更勝外在美，實在更值得父母花心思花時間去守栽培！

因有自信，所以美麗

青少年人要求整容，表面說是為了變得更漂亮，但更直接說就是嫌自己鼻子不夠高，眼睛不夠大，皮膚不夠白(或曾經流行要夠黑)，身材不夠豐滿/纖瘦……一連串的「不夠」，其實就是對自我的否定，偏執於自己的不足，卻忽視自己所有的或長處。若連父母都主動帶子女去整容，修改他們先天「不足」之處，傳遞給子女除了是「儀表最重要」的訊息外，還隱含了對子女弱點（更可能只是平庸之處）的嫌棄和拒絕！連父母都不喜歡自己，孩子又從何開始建立自愛和自信呢？從前我們都聽到人說「十隻手指有長短」，意思就是說每個人都有自己的特點，無須與別人看齊和比較。按著天賦，發揮自己的潛能，接納自己的限制，每一個人都同樣是重要和值得欣賞的。一個人懂得自尊自重，愛惜自己信任自己有多重要，在此不再長篇大論。正如許多年前有一首流行曲所言，「因有自信，所以美麗，使我自卑都放低。」一個自信的人，即使自知並非完美，但仍然散發著光芒。與其花心機與替子女改頭換面，不如踏實地教他們欣賞自己，接納自己。

身體髮膚受諸父母

古語有云：「身體髮膚，受諸父母，不敢毀傷，孝之始也。」愛惜自己，因為你身體每個部份都是父母悉心照料而得以長成的。筆者再推遠一點，愛惜自己的身心靈，因為生命本質的奇妙和不可思議，值得我們去尊重和珍視。現代社會科技進步，許多從前無可能成就的事情，如今有錢、甚至不用太多錢，都可以做到，再加上電腦科技的普及，人們似乎認為「reset」，「undo」為等閒之事。但即使現在醫學昌明，仍沒有任何一位醫生能「製造生命」，人生若是走到盡頭，也沒有一位醫生能保證「起死回生」。若然你能對生命的成長和發展多一份敬意和讚嘆，你不



基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre

香港九龍觀塘翠屏道3號

3 Tsui Ping Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong.

電話 Tel: (852) 2861 0283 電郵 E-mail: cfsc@cfsc.org.hk

傳真 Fax: (852) 2520 0438 網址 Website: www.cfsc.org.hk

可能「物化」自己或子女為可以被控制、分解、操弄、改變、轉型的對象；你會由衷地相信，自然就是美。

- 完 -



香港公益金會員機構
Member Agency of The Community Chest

Prepared by CAD-CU 20121018