

蔡穎卿：做個好大人 別光訂規矩【聯合報 記者梁玉芳】

「教育中最重要，不是給孩子規條，而是我們自己樂意做個『好大人』，給孩子一個好的身影跟隨。」親子教養作家蔡穎卿的「好大人」說，是她在廿多年母職生涯中深刻的體會，「好大人」是父母角色的最高實踐。

說話溫婉堅定的蔡穎卿，總給人安定的力量，兩名女兒就在她打造的寧靜與條理中成長。

經營餐廳的蔡穎卿愛極了「當媽媽」這份工作，20多年的母職心得在3年中化成6本教養書，她的部落格兩年多來至今超過500萬人次點閱。出版界形容她是不凡的「素人教養專家」，學者洪蘭說蔡穎卿的書是她「看過最好的教養書」。

與許多強調孩子學習力、知識教育的教養書不同，蔡穎卿強調「實作」。她說，「家事教育」是她給女兒最好的養分。

生活即教育，她領著女兒鋪床、布置餐桌、設想點心擺盤，母女在細微瑣事中體會「家是愛的集散地」。那是蔡穎卿在台東家鄉由母親那兒學來的生活智慧。

一雙女兒三、四歲起就參與家事，小學時放學後就掃洗陽台或收疊衣物，「先做完家事，再去做功課」。就算考試當前，洗碗等常規仍得持守，她說：「不差那5分鐘。」她們離家上大學前，刷洗廚房爐具是少女每日的「晚課」。在瑣事中，點滴澆灌出蔡穎卿的生活與教養哲學：動手去做。

「家事提供孩子反覆練習、策畫並完成一項任務的機會。」蔡穎卿說，只要給孩子機會，他們的創意與負責態度都讓人感動。她在經營的餐廳裡開設「小廚師」班，讓受訓的小孩穿上圍裙，在餐廳料理食物，學習廚藝，也學習為人服務，小孩的成熟與認真，讓帶著家人用餐的洪蘭驚豔。如今「小廚師」已達1000人。

蔡穎卿說，大女兒 Abby 賓州大學畢業、小女兒 Pony 正在美國念建築系，回到家來，仍要負責家務；因為「每一個人都要對家庭有貢獻」。「在一個家庭中，愛與體貼，足以成就許多結果、度過許多難關，請不要輕易拋棄讓孩子對家庭有所貢獻的機會」，她說。

蔡穎卿說，教養沒有一定的配方，可以適用每一個家庭；她教養孩子的原則很簡單：幫助她們成為可以掌握幸福的人，這起碼要擁有兩項條件：一是掌握自己，二是創造快樂。

「要孩子快樂，他們得生活在『喜歡活著』的大人當中。」所以，蔡穎卿想與其他父母分享：不要對孩子抱怨自己的人生或工作，比如說些「好好念書，長大了才不用像我（或像某人）做這種工作，一輩子沒有用。」她說，這樣的價值判斷對孩子沒幫助，阻礙孩子對生活的體驗，也貶低某些行業的尊嚴。

她曾聽見媽媽對高中的孩子說：「還痛嗎？」孩子說不痛了。媽媽說：「哦，那是懶，不是病了喔？」可想見：孩子說病了，不想上學，母親認為他是懶，不是真病。蔡穎卿感嘆，傷了孩子自尊，也傷害彼此的關係，「父母要直言，但更要好好說話，不要忘記語言的溫度與情感。」