



麥明詩 Louisa's Profile

- 2009年於香港中學會考取得十優佳績
- 2014年畢業於英國劍橋大學法律系
- 榮獲2015年香港小姐冠軍及最上鏡小姐
- 現為無綫電視藝員

麥何小娟 Silvia's Profile

- 麥明詩媽媽，任職資深職業治療師
- 育有一子一女，大兒子麥明山現職醫生、細女麥明詩
- 曾於香港大學專業進修學院及香港教育大學擔任客席講師
- 將自身培育孩子的經歷，寫成《我的女兒麥明詩——一張白紙到10優的培育經歷》一書，榮獲香港金閱獎2016最佳生活百科書獎

麥明詩x麥何小娟

十優港姐育成記： 最緊要唔怕輸

「贏在起跑線」是現今不少父母教育子女的心態，但作為「人生勝利組」代表的十優港姐麥明詩，其實自小在媽媽不催谷的教育下成長。人生是一場長途賽，麥明詩和其母親麥何小娟坦言，成功在於不斷嘗試，最重要是有不怕失敗的心態！

贏在平衡發展

近年，不少媽媽都懷着望子成龍的心態去教育兒女。在香港長大的孩子，除了忙着做功課之餘，每天放學之後，還要面對密密麻麻的補習班和興趣班。很多人以為麥明詩當年成功考入劍橋，小時候一定年年考第一；但其實她小學時的成績，只是屬於中規中矩。比起學業成績，麥媽媽更重視訓練子女的基本能力，包括觀察力、專注力、記憶力、創造力、分析能力及語文能力等。麥媽媽說：「別人通常對我兩個仔女的comment都是覺得他們夠平均。現時社會很多元化，所以我很重視培養他們的綜合能力，才足以應付將來的挑戰。」

零壓力愉快學習

麥媽媽喜歡在日常生活中啟發孩子的學習興趣，將知識與生活結合。為了給予兩兄妹足夠的刺激，她經常都會帶子女到處遊玩，擴闊他們的生活經驗，從留意身邊的事物開始，例如坐地鐵時，會問他們火車與地鐵有甚麼分別，又會叫孩子把數字倒轉背出來。麥明詩說：「媽咪從小就訓練我們的觀察力和思維能力，令我讀書不用死記硬背。」日常生活中，到處都是學習的素材，「媽咪經常都會跟我們分享她的經歷、時事新聞等，令我們可以有各方面的刺激。」Louisa就在沒壓力的環境下培養自學、發掘知識的精神，「媽咪從不給我學業上的壓力，我考試的時候，反而覺得很放鬆，令我發揮得更加好。」

觀察力比時間重要

任職資深職業治療師的麥媽媽，因為工作關係，她曾接觸過的孩子數以千計，令她很懂得觀察和分析孩子的強弱項。多年來，她一直擔任在職媽媽，工作家庭兩邊兼顧，卻能在寶貴的家庭時間中，教出兩名出色的孩子，靠的就是她的經驗。麥媽媽坦言，「懂得用適當的方法，比起花大量的時間在孩子身上更為重要。」

十優港姐成長記錄



麥媽媽挑選合適的玩具給嬰孩時的麥明詩，刺激女兒的腦部發展。



麥明詩天生倔強，小時候也不是容易教的；但麥媽媽懂得運用適當的方法，令女兒乖乖聽話。



麥明詩（第二排右二）自小喜歡唱歌跳舞，參加合唱團後，令她的自信心提升了不少。



麥媽媽提倡生活體驗，常帶兒時的麥明詩旅行遊玩。



一家人前往劍橋，見證麥明詩大學畢業。

麥明詩坦言，自己有今日的成就，全賴有媽咪的悉心培育，特別在性格培養方面，麥媽媽尤其有自己的想法。Louisa說媽咪會細心觀察她和哥哥的性格，透過不同的活動去提升他們的自信心。例如麥明詩小時候既文靜又害羞，而她哥哥卻是天生口齒伶俐，自然成為眾人焦點，令她對自己更缺乏信心、說話較少。於是，麥媽媽便為女兒報名參加合唱團和話劇，透過參與表演，令麥明詩克服了自己的弱點，並獲得成就感，慢慢重拾信心。



自小灌輸正面思想

麥媽媽重視培養孩子的自信心，因為她認為有自信的人，就不會害怕面對失敗。而這種正面思想，有助孩子面對新的挑戰。麥明詩還記得小時候，媽媽讓她參加朗誦比賽，並不是要求她一定要贏，「媽咪從來不會給我壓力，要求我一定要贏。即使落敗了，也會欣賞我所付出的努力，鼓勵我再再接再厲；得到媽咪的鼓勵，就會更加放膽去嘗試。」

麥媽媽的教育方法，造就了麥明詩不怕輸、敢於挑戰自己的性格。在會考考獲十優佳績後，明明可以拔尖升讀本地大學，但Louisa卻跑去英國讀預科、考劍橋。畢業後，她不做律師，反而去參選香港小姐，就這樣踏上了一條不一樣的路。剛加入娛樂圈不久，由平凡人變成公眾人物，一言一行都受到評頭品足，面對各式各樣的批評，麥明詩仍能積極面對，她歸功於媽咪從小向她灌輸的正面思想。「從小到大，媽咪都跟我說：不必做到完美，每個人都有自己的不足，所以反而是要了解自己的優點和缺點，尋找自己的定位。她不會讓我覺得我要做到甚麼才算是一個稱職的女兒。」Louisa如是說。



麥明詩與媽媽無所不談，感情相當好。

按年齡給予自由權力

面對像麥明詩一樣愛冒險的孩子，家長應如何拿捏放手的界線？麥媽媽有一套「自由與權力」的理論，就是按孩子年齡而衡量給予多少自由和權力，「孩子小時候還未有足夠的分析能力，必須要管束，家長應給予他們合理的規範。近年有些家長主張讓小朋友自由發揮，這樣他們將來會很難適應社會。」

隨着孩子逐漸長大，開始有自己主見，家長就要與孩子有商有量。麥媽媽說：「我很重視與孩子建立緊密的關係，會花很多時間跟他們溝通，每天晚



麥氏一家關係緊密，一直而來，父母對麥明詩的決定，總是給予無限量的支持。

上一家人一定會一起吃飯，討論各種事情。我會分享自己的經歷，如工作上的困難；在他們不同的階段，也會跟他們討論不同的話題。」對於一對子女選讀哪間大學、選擇甚麼科目，以及從事甚麼職業，麥媽媽都放手讓他們自己決定，「我只希望他們可以找到一份自己喜歡的工作。」麥明詩亦表示：「父母都很open-minded，對於我的選擇，他們都很支持。當然他們也會跟我分析當中的好處和壞處，但最後仍會讓我自己做決定。」

後記·使命感

麥媽媽將培育兩個孩子的經歷及心得結集成書，是一份使命感使然，「現在有很多家長在不知不覺間，培養出自我中心的孩子，就像在國內發生的毒奶粉事件，令我很心痛，只有性格自私的人，才會不理別人死活。小朋友是社會未來的棟樑，我希望分享自己的教育方法，讓家長可以培育出上進、思想正面和為人設想的孩子。」另一邊廂，麥明詩剛加入娛樂圈，正在為自己的事業而奮鬥，但她同時也很享受自己現時的身份，「我一直都很想做一些有impact的事情，其實我很滿意現在自己的位置，因為我有能力以藝人的身份，引起大家關注一些社會議題。」兩母女都在各自的工作崗位上發光發亮，果真有其母必有其女。SP



麥媽媽在一對子女的鼓勵下出書分享自己培育孩子的心得。