

# 橋

婚姻與家庭季刊 第133期  
二零一五年十二月

主題：過度教養

## 高效能父母所奉行的「過度教養」

精神科專科醫生  
苗延琮

中產階層的父母，往往認為自己是有責任和能力去提供最好的成長環境予孩子。這樣，他們就會具備競爭力，在社會上便能出人頭地。

所以現今的孩子，都面對共同的經歷——密不透風的活動行程。

一個世紀以前，家庭是一個生命延伸和具生產力的組織，成員要互相幫助、協作，才能維持生活穩定和家族繁榮。例如家有農舍，孩子要幫忙榨取牛奶和檢拾雞蛋。現在社會富裕，孩子不再是家庭的生產力和資產，而是父母的責任和「債務」，甚至廣告也說撫養一個孩子起碼要四百萬港元。

今日的家庭生活，是建築在消費，而不再是生產。以前家庭成員各有貢獻，彼此之間互有尊重和妥協。家人良好的溝通和合作，是為了取得生活所需。現在盛行過度教養，導致在日常生活中，父母和子女往往各有怨懟。

今日的中產父母不少是專業人士，做論文、分析，市場報告極為擅長，但原來孩子不需要這些「高層次」技巧。教養親職講求的：不是效率，而是愛——接納、關係良好和彼此協調。

消費主導的社會，令到市面充斥了不少權威人士、專家等，他們會告訴你各式各樣的親職秘笈，令人趨之若鶩，但同時也令父母質疑自己的教養能力、直覺與看法。

這些專家的言論，往往告訴你：親職教養有妙法，還是獨家秘笈；若想孩子直通往羅馬，便要遵從他們的話。

於是父母在環境上，不斷給孩子各種的刺激，來豐富他們的感官體驗，認為這樣孩子就會變得聰明，能夠出類拔萃。

過度教養的殺傷力，是令為人父母的，失去自信。父母就經常患得患失，憂心忡忡，怕自己做得不夠好，誤了孩子的發展。事實上，父母過度的焦慮，反而窒礙孩子的發揮。父母過分焦慮、擔心孩子出錯，步步為營，也是一種自我實驗（self fulfilling prophecy），孩子最後真的變成你最擔心的模樣。

在物質主義、市場導向的社會，教養子女，成為一個程式、計劃。科技發達，令到各式各樣「高層次」的技巧，廣受市場歡迎。不過原來親職最關鍵的基礎，是父母首先能相信自己、放鬆一點。享受兒女是你的孩子，不是你的一項工作。

過度教養，強迫孩子不停進步，使孩子心底裏認為，我永遠都不能夠達到父母的期望，這些感覺最後令孩子失去信心，缺乏自愛，陷入抑鬱、甚至濫藥去逃避痛苦。

傳媒廣泛吹捧神童，令孩子把興趣也變成競技。嗜好不再充滿熱情活力，而是焦慮壓力；不是調劑生活，而是壓迫生活。

童年的成長是預備成人生活的人生階段。童年是預備 prepare，而不是表演 perform。孩子尚未成熟和完備，但孩子在每一個活動，都受到評估和監察，真令人受不了。

唔做第一，不如唔好做人。過度追求卓越，令人忘掉了合作、互助、慷慨、仁慈的美德，得不償失。

過度教養剝削了父母與子女之間，建立關係最重要的元素：彼此寧靜無為的相處，享受對方的同在。

時間表塞得滿滿的孩子，沒有時間空間去感受內在的生命、發白日夢和發揮一下天馬行空的想像力。

對孩子來說，正面性格的建立，擁有良好的家庭關係，比過度教養所著重的外在成就更為重要。

### 解決方法及出路

筆者認為這不是教養技巧方法的問題，而是父母對子女的心態是否正確。

依據聖經的原則去教養子女：讓他們有正確的價值觀，培養他們的品格，使他們行在當行的路上，就是到老也不偏離。

筆者見過不少學業事業表面成功的人，但他們一點也不快樂。有些人甚至在遇到生活上一點挫折，就一沉不起；也有一些是工作狂，用工作去填塞心靈空虛，把家庭生活置之不理、人際關係一團糟；也有一些以縱慾、沈迷於名利的的生活來麻醉自己。筆者相信，真正經得起考驗的成功，必需來自正直、高尚的品格。

詩人紀伯倫在「論孩子」一文：孩子是父母所生，卻不是你所創造；你可以給他們愛，卻非他們的思想。

筆者認為，父母若明白自己的角色只是孩子的管家，孩子是屬於天父的，便會減少許多憂慮擔心，因主必親自看顧。

父母若自己也沒有充份的「充電」時間，沒有休息和娛樂，會令他們耗盡精神心力，容易因自身的壞情緒影響了孩子。

每個人都需要一點空間，孩子也不例外。精神科大師榮格的童年是孤獨的，他有很多創意，時常設計一些模仿宗教儀式的遊戲，他喜歡面對湖光山色，享受與大自然融合的愉悅。他日後設計的心理分析也是從神秘的大自然領略到的靈感和啟發。

筆者奉勸家長不要把自己和小孩的時間表塞滿，留一點空白。生活忙到透不過氣，只會扼殺孩子的「心」。

認識這個市場導向的社會，保持清醒明智。不要讓你的「恐懼」情緒，成為市場賺錢的契機。

筆者見過一個孩子因為台上表演失準而情緒崩潰。童年是「準備」過程，不是「表演」時刻，「蝦碌」在「準備」過程中在所難免，甚至要好好享受。

這個世界，充滿變數，生命際遇各有不同，我相信條條大路通羅馬（no single right way in parenting），重要的是用心了解孩子，因材施教，也要對他們存有信心。

接下頁

續上頁

## 給父母的一點反省：

在工作和日常生活中，我常常反問自己，父母應當怎樣教養孩子，才算達標？

其實父母在孩子成長的階段，都擔任不同的角色。一個孩子的人格和素質的建立，可作為父母是否成功的評價。

若孩子踏入青少年期，視父母為親密朋友，我認為那就是父母最大的成就。

至於為人父母者所遭遇最大的失敗又是什麼？就是孩子認為父母是自己的敵人和對手，想想也令人心疼。不過最糟糕的是孩子認為父母是「上司」和「督察」。



## 那一天女兒會飛

家庭服務社工  
陳天維

初為人父，滿心期待、歡喜、緊張，看著女兒的出生，第一次戰戰兢兢地抱起她，第一次聽到她的哭聲，第一次見到她睜開眼睛，這份喜悅實在是十分奇妙。

### 爸爸真性情

由零開始去學習，換片、洗澡及餵奶等，女兒在出世後頭兩個月，喜愛日夜顛倒，日間好好入睡，晚上眼仔碌碌，令筆者與太太成為夜間保安員，嘗試過不同的方法，女兒半夜依然十分活躍；加上，因有少許濕疹，擔心她是否不適，又會掛心她是否有嬰兒失眠問題？接種完疫苗針，又擔心會否發燒？有時覺得自己是否想得太多，過分緊張呢？但為了女兒著想，只好每事都多行一步，原本以為自己可以隨心所欲面對所有問題，但面對女兒，緊張大師那一面表露無遺，終於明白到何謂「養兒一百歲，長憂九十九」。

### 爸爸憤怒了

連續好幾晚，女兒不知道為何哭個不停，更換了尿片，吃飽了奶奶，但怎樣安撫她也無法停止她的哭聲，千方百計，嘗試用盡坊間的方法，例如播放風筒聲或抽油煙機聲，仍完全沒有反應，僅餘的耐性也用完了，身心筋疲力疲，忍不住放下女兒，向她大發脾氣，用嚴厲的語氣斥罵她：「你想怎樣？快些收聲！抱又哭，不抱又哭！」頓時哭聲停了兩秒，之

## 這是筆者碰上的一个个案：

一個大學生分享：「爸爸要我參加那個課程，其實我一點也不感興趣，但他認為對我的前途有利！」

我說：「你不可以自己選科嗎？我覺得你是蠻聰明的！」

他回答說：「爸爸給了我很多意見，我提出自己的看法，但是總是被視為不夠成熟聰明。最後我只能如下屬遵從上司命令般就範！」。

難怪他患上抑鬱症了！他有一個超強勢的爸爸，孩子被處理得全無主見和自信，真令人感到可嘆可悲！

後，女兒的哭泣聲更加凌厲，好似受驚一樣，那刻，立刻抱起女兒，內心又痛又內疚，是否把女兒嚇壞？之後，怎樣安撫她依然放聲大哭，彷彿真的受了驚嚇，一邊查問她是否感到害怕，一邊緊緊抱著她向她道歉，繼續安撫她，哭泣聲才慢慢停止。

這件事情令我感到慚愧，為人父親未能好好控制個人情緒，明知女兒需要愛和安全感，但也忍不住把憤怒發洩出來；另一方面，亦深深體會到生兒育女，不但要教育子女，而是為人父母要時刻反思及成長，不斷去摸索合適的方法教養自己的子女，沒有一本通書，要時常察覺自己的情緒和個性，知道自己是個性急的人，就更要控制自己的情緒。特此聲明，不是要事事遷就子女，父母有父母的權威，但亦需要探索子女的內在狀況及需要。

光陰似箭，幸運地女兒日夜顛倒的生活已漸漸遠離。同時，每天亦設定親子開心時刻，堅持每晚與女兒談談話，她彷彿明白我們的對話，有時會大笑起來。時刻提醒自己，女兒能讓我們擁抱入懷，最多十年八載，長大後識行識走，有個人獨立思考能力，不會如嬰幼兒時期如此依賴，但如何讓女兒在「會飛」的時候也不會離棄我們？就要由今天開始建立良好的關係，不論是三個月、三歲或三十歲也好，子女也會願意與我們溝通。



## 口罩背後

家庭服務社工  
陳麗群

經過 2003 年沙士一役，香港人對口罩都非常熟悉，甚至說得上親密，有需要時它緊緊地貼住你的面龐，給你保護；又或者在你的包包中總有一、兩個以備不時之需。即使當年仍未出生的小朋友，他們的父母為了保護他們，也會教曉他們如何使用口罩。

口罩容易令人聯想到恐懼、疾病、傳染、逃避、阻隔……等一連串負面的詞彙，似乎與好事沾不上邊。記得早前，有兩位香港女學生到韓國上課，適逢俗稱新沙士的疾病在當地發生，她們上課時戴上口罩；在香港，她們的做法非但是自然不過，而且也為了保護大家，避免疫情擴散，她們是值得欣賞和鼓勵的，但結果相信大家都會記得，該兩名學生很不合情理地被趕出課室。

在當時，我看了這則新聞，雖然不至於拍枱大罵那位韓國老師無知、荒謬，但也為該兩名學生憤憤不平了好一陣子，現在回想過來，除了為她們叫屈，也應為隨時隨地為我們服務的口罩申申冤！

戴上口罩的確有時令人有阻隔和難以親近的感覺，特別是輔導的過程中，輔導員或案主或雙方都戴上口罩，對起初接觸時產生的心理阻礙是不容忽視的。記得有一次在輔導室中，邀請對方戴上口罩，當然是確

有需要，而且在很有禮貌地遞上口罩之前或之際，都關心對方的狀態和感受，亦說明了原因，但對方仍堅持拒絕，而且是不一般的堅持，我的感覺和直覺神經告訴我：有些事需要處理，接下來幾乎用了一整節的時間，去協助對方處理與口罩的關係，也是與拒絕或被拒絕的關係。自此之後，對方了解自己對拒絕、被拒絕的過份敏感與反應，和容易把一些無關的事情（口罩）等同或聯繫上拒絕、被拒絕的感受，有了這樣的洞察，明白到一直以來的痛苦與此有關，人也能漸漸地鬆弛下來。感謝口罩帶來案主的突破！

戴上口罩雖然把面部表情遮了一大半，但仍可從露在口罩上方的一雙明眸看出端倪來，口罩背後的人是患病，要保護他人；是惶恐，怕被傳染；是不安，要隱藏……；口罩遮住的是笑容、是愁顏……；從口罩內傳出的聲音是輕快的、是沉重的……。其實口罩是無法阻礙人與人之間的關心與交流！

無論你需要生理上的保護，讓你遠離細菌，或因心靈上不安，讓你暫時隱藏，口罩都會默默地為你效勞。除了對它說聲感謝外，也希望每次遞上口罩時，對方同時也接收到我的關懷和祝福！





# 三十五載的冀盼

老公：

從我認識你的第一天，我便很希望你是一位天主教徒，雖然沒想到你會成為我的另一半，但直覺告訴我，你會是一位蒙受救恩，值得結交，可可靠的朋友；你給我的印象是個沈實、謙厚、溫文有禮、細心周到而不矯揉造作的君子，你在繽紛喧鬧的環境中，仍能察覺別人的需要，不經意地給予適切的照顧，實在難得！很欣賞你那從容不迫的舉止和那幽默爽朗的笑容！

感謝主賜給我們三十五年和諧的婚姻生活，也賜給我們一對孝順的兒媳！你雖然到現在還未領洗，但每逢主日你幾乎從未間斷地陪我到聖堂參加彌撒；此外，你對我父母無私的照顧與關懷，實在令我銘感於心！

我們沒有富豪的生活，但主賜的已很足夠！能與你一起跨進甲子之年，並能一同照顧年邁的雙親，是何等的福氣！

然而，時光飛逝，畢竟歲月不饒人，我們彼此皆要面對身體日漸老化所帶來的困擾，情緒的失衡與記憶力的減退，這是無可避免的，我不能期望你仍一如以往的溫文、含蓄、體貼、幽默與關懷，但希望大家都能明白這是人生必經的老化過程，要互相提點、彼此接納、體諒與包容，讓我們快樂地攜手共渡主所賜餘下的日子，更希望你能早日感受到基督的救恩，領洗見證神的恩典！

老婆

親愛的

在這個資訊科技發達的年代，你仍然寫信給我，深感浪漫！寄信是快樂的，收信是幸福的。樂觀、善良、孝順、自信及有責任感是我對你的感覺，至今仍然未改。

三十多年的共同生活，真感激妳對我的關懷，體諒，鼓勵與支持！

我參加聖堂的聚會已超過四十年，仍未蒙上天接受，可能我的聖行尚未達標。但不用擔心，天主自有安排，我只是仍需要多點磨練。

年紀增長非我們所能控制，但心態卻可以調節。讓我們一同快樂地老去，一同快樂地衰弱。珍惜同在的時光，享受一起的生活！感恩這輩子遇上了你！

老公



孩子是父母所生，卻不是你所創造；

你可以給他們愛，卻非他們的思想。 詩人紀伯倫



## 生命有take two

家庭服務社工  
葉麗碧

最近在報上看到一則新聞，日本每年的開學日，即9月1日，是學生自殺人數最多的一天。香港雖然沒有這方面的統計數字，但今年開學至今已有多宗學生自殺的個案。浸信會愛群社會服務處於2014年11月發表了一項有關「香港小學生焦慮狀況研究調查」報告，發現逾三成高小學生受焦慮情緒困擾。該會於今年8月亦公佈了另一項有關「中學生抑鬱焦慮狀況研究調查」報告，結果發現51%受訪中學生有輕微至嚴重抑鬱徵狀，29%中學生出現高焦慮狀況，46%中學生在調查前兩週內出現輕度至嚴重失敗經驗感，當中更有24%學生曾有輕度至嚴重自殺念頭。看到這些數字，身為兩名女兒的家長，壓力真的不少，不時要檢討自己的管教方式是否正確，對孩子的關心是否足夠。

自覺也是一個細心的母親，經常留意女兒的情緒健康，特別是對踏入青春期的女兒，說話更為謹慎，在需要的時候給予情緒支援，在適當的時候給她空間自處。自以為已處理得不錯，誰知女兒早前竟向我透露她很不開心，常常偷偷地哭，晚上又失眠，覺得自己沒有價值，甚至想過自殺。女兒的坦白，當時真的讓我措手不及，要冷靜一刻才懂得怎樣回應！女兒去年成績不佳，今年被編入成績較差的班別，但是她的好友全都升上精英班，她感到十分沮喪，常常自覺不如人；再加上她在學校的啦啦隊成員選拔落選了，這對女兒的打擊更大。在成年人的世界，這些挫折只是微不足道，但在年青人的世界，這些打擊可是承受不了，甚至產生輕生的念頭。很多學者均有研究學生自殺的原因及預防方法，筆者在此不再浪費筆墨，只想對各父母及孩子分享一些感受。

### 給父母的話

作為父母一點也不容易，雖不想增加孩子的壓力，但在這個求分數的教育制度下，壓力有時是來自孩子自己。當孩子受挫折的時候，家長便要嘗試理解他的情緒，讓孩子知道父母會在身旁陪伴支持他；如果察覺情況嚴重，就要尋求專業人士的幫助。猶記得當日處理女兒意志消沉的情緒，我只有擁著她，安慰她，對她說無論困難有多大，父母永遠也會陪著她渡過，絕不會嫌棄她，讓她單

獨面對。我深信每對父母也有相同的想法，可惜很多時孩子未能理解，常抱怨父母只關心自己的學業成績，忽略他們的需要和感受。

在繁忙的生活中，父母真的要抽一些時間了解孩子，明白他們的思想、社交圈子、興趣、喜愛的偶像、衣著喜好……這樣才可以全面認識你的孩子，因為他們每天也在成長，每日也在轉變。當然，了解不代表控制或批評，在了解的過程中，父母可能會發現孩子某些行為或價值觀是自己不能接受的，這時候，請沉著氣不加以批評是十分重要的，尤其是面對青春期的孩子，他們既敏感又主觀，父母強加批評最終只會吵架收場，更會導致他們以後凡事閉口不談。只有平等的對話才可以讓孩子反思父母的看法，擴闊他們的思想。

### 給孩子的話

很想讓深受情緒困擾的孩子知道，所有的苦難終會過去，你還有很多美好的日子等著去體驗。當然，人生不會只有快樂，困難沮喪的事情亦時有發生，只想你知道你的父母會與你一同面對，絕不會讓你感到孤單與無助。亦好想你明白，自殺並不是解決問題的方法，相反只會帶來更多問題，只不過這些問題留給父母處理吧！所以當你出現自殺的念頭，請你想想自殺的後果，想一想愛你的家人，特別是你的父母，想一想他們的切膚之痛，這份痛苦是不會隨著時日而消失，往後的日子他們仍會懷念你，仍會悲傷。所以，希望你將問題說出來，因為有很多人願意伸出援手幫助你的。

孩子們，生命是寶貴的，自殺就是生命的終結，是不可以重新再來。最近有些手機程式遊戲竟以跳樓作為輸掉遊戲的懲罰，可能你們以為跳樓只是遊戲的一部份，只會流血而不會死亡，甚至是刺激好玩的結果，輸了可以隨時再來。但事實跳樓就是自殺，希望你们明白死人是不能復生的，你們要學懂尊重生命，珍惜生命，更要訓練自己擁有一個清晰的頭腦，分辨是非的心，明白自殺的後果嚴重。

在生命旅途中，不論你是甚麼年紀，人總會遇上不同程度的壓力，有人會積極面對，有人會選擇逃避，甚至以自殺作為終結。只希望受困的人盡早尋求幫助，你的家人永不會離棄你的，生命有take two，只要有愛，生命仍然美麗。





# 我們愛， 因為父母先愛我們

家庭服務社工  
陳韻慈

結婚，對於一對新人來說必然是人生大事，但對於父母來說又豈不是一件令他們興高采烈卻又手足無措的大事呢？情侶們到談婚論嫁的時候總要先通過父母的接納。現代新人們喜歡笑稱雙方父母為「四大長老」，可見他們在婚姻大事中的超然地位。

情侶們在籌備婚禮之初，當然首先要得到雙方父母的首肯，接著就是安排雙方家長見面。筆者回想過去，這個首要任務已令我們十分緊張，為免當日出現任何閃失，我們預早就與「四大長老」洽談好他們覺得滿意的禮節及酒席安排，統一彼此的期望。同時，邀請兄弟姊妹協助陪伴父母出席及控制場面。讓初次見面專注於互相認識及溝通，避免在婚事細節上爭論不休，使雙方留下美好印象。

跟著，雙方父母們就要負責將喜訊告知親友，得悉這項任務後他們已顯得戰戰兢兢，特別是聯絡一些久未見面又必需通知的親友，他們也有幾分壓力。婚期臨近，我們一再催促父母們確定出席人數，他們只好硬著頭皮不斷聯絡及確實出席人數。

最後，當然要在婚禮之先向他們詳細解釋當日流程及各項細節，讓他

們有充份的心理準備，將焦慮情緒減到最低，並安排婚禮當天有專人貼身照顧，解答他們各樣疑問。

雖然，我們已盡力做好準備功夫，但仍然會百密一疏，鬧出笑話。記得在「四大長老」首次會面時，由於爸爸不知如何稱呼對方家長，只知對方的姓氏。估計父親希望親切地稱呼對方，就以「老李」稱呼丈夫的爸爸。那時還沒意識到是家長們一下子不懂得如何稱謂，到結婚那天由於各人身份轉變，對方家長變為親家，爸爸竟衝口而出大聲稱呼丈夫的爸爸為「老襯」，令我們汗顏，又令大家哭笑不得，要旁人輕聲指點，正確稱呼應為「親家老爺」。

由於我家是首次辦喜事，父母到了花甲之年才接受各項新挑戰，將心比己，亦明白他們的壓力。從父母們的反應，我相信他們十分隆重其事，希望自己能處理得大方得體，不致失禮於人前，並一心盼望能協助整個婚禮完美完成，以愛去祝福我們有美滿婚姻。

結婚當日這些小插曲，也許令我們有一絲絲尷尬，但往往使我們回味不已，是可「講足一世」的笑話，更提醒我們要不時體恤父母們的需要，關顧他們的感受，回應他們愛的祝福。



# 別了，離異

小雨

踏上離異的歷程，走上離別的道路，真是極盡艱辛，就像攀過崇山峻嶺，經過一關又一關，極盡崎嶇。回憶與他結婚時，本很珍惜這段婚姻。我屬於晚婚一族，而他的年紀也比我大得多，經濟條件和我的期望也有極大距離，但我並不介意，只珍惜大家的緣份，亦只期望建立一個幸福家庭。在這段婚姻中，我雖然發覺與他有很多不合拍的地方，儘管如此，孩子的降臨把我心底那點委屈抹掉了，這個家庭將是我一生的堅持和依靠，和另一半相濡以沫，讓孩子在一個完整及和諧的家庭裡，有雙親的疼愛及指引，健康地成長，希冀我們可以一生一世，家庭長長久久。

可惜，他踐踏了婚姻的神聖，放任他的慾念，又嗜賭成性，從沒有為年幼女兒盡其責任，每次輸掉金錢，不但沒半點內疚，反以我和女兒作為漫罵對象，指責、辱罵、各種言語暴力傾巢而出，在他面前，我們就像奴隸，沒半點尊嚴。我的精神瀕臨崩潰。

為了年幼的女兒，我一直選擇啞忍，心底的恨意卻瘋狂增長，為何所有事情都由他主宰，只問為何？為何？為何？萬般痛苦、不甘、不忿湧上

心頭，離婚是可以的，但這次我決不輕易屈服，到最後，我也患上了抑鬱症，他越是要與我離婚，我越是不願，人就是這樣矛盾。

直至家庭暴力再發生，社工介入這段婚姻，輔導未見果效。社工終於轉介接受家事調解，雙方討論離婚的安排。其實當我面見調解員時，心底仍未作出離婚的決定，仍打算和他（前夫）對抗下去，在僵持中，幸得調解員真誠的協助，在被接納和體諒下，我開始明白自己的情緒，內裡的掙扎，也洞悉自己和女兒的需要，我的心結不知不覺地解開了，在沒有任何心理抗拒下，作出最後的決定，就是接受自己的現況，再重新活出積極的生命，不再自憐，不再欺騙自己，我開始體會到自己的情緒直接影響著女兒，因我自己跳不出框框反而對女兒造成種種負面的影響。調解完成了，並在子女管養，照顧及探視等事情達成協議。現在回想起來，我很感謝調解員在調解時給予我充足的時間及空間去思索自己的需要和決定，使一切來得自然，沒有催迫，就是那種包容、耐性、接納和細心聆聽，引領我自自然然地了解自己的需要，在這個人生的十字路口，選擇了適切的方向，真是感恩！

## 「愛·與你同行」步行籌款暨家庭日

為向公眾人士推行婚姻教育，建立快樂家庭，本會擬定於 2016 年 2 月 20 日（星期六）於山頂舉行「愛·與你同行」步行籌款暨家庭日，籌募善款用作發展婚姻培育服務，以協助更多有需要的家庭。我們誠邀閣下參加此有意義的活動，有錢出錢，有力出力！

日期：2016 年 2 月 20 日（星期六）  
時間：下午 2 時 30 分  
地點：山頂（夏力道至盧吉道）  
目的：向公眾人士推行婚姻教育，建立快樂家庭  
對象：家庭、公眾人士（歡迎帶同寵物參加）

獎項設有最佳造型獎、百年好合獎、籌款傑出獎等。請致電 2810 1104 查詢詳情及索取參加表格。

