

# 偕同

Haai<sup>4</sup> Tung<sup>4</sup>

19

2020  
十一月

焦點主題 | 自我的發展  
教養專題 | 建立自我概念小法寶  
專家解說 | 專訪MAY姐姐

情緒專題 | 新常態一家長心聲牆  
社區專題 | 打氣及祝福語公佈  
美感專題 | 點、線、面



香港聖公會福利協會有限公司  
HONG KONG SHENG KUNG HUI WELFARE COUNCIL LIMITED

愛·孩子  
在學前單位提供社工服務先導計劃

# 偕同

—— 陪伴家長與孩子，彼此支持成長同行。  
同創共聚的空間，享受暖心親子時光。 ——

偕：原讀為「佳」，亦可讀作「孩」，服務以孩童為本，因而命名。

## 目錄

01-08  
焦點主題  
自我的發展



09-19  
教養專題  
建立自我概念小法寶  
專家解說  
專訪MAY姐姐



20-24  
社區專題  
打氣、祝福語及抽獎公佈  
情緒專題  
新常態—家長心聲牆  
美感專題  
點、線、面



↑ 有興趣的家長可掃描此QR Code或按 <https://wa.me/85263799575> 加入本刊Whatsapp成為聯絡人，接收電子報資訊。  
如需透過電郵收閱或索取印刷版《偕同》，請與 貴校愛孩子計劃駐校社工聯絡。

《偕同》電子月報 2020年11月第十九期  
策劃及編輯：黃若詩 蘇影婷 陳美如 林麗君 黃惠婷  
封面插圖：TMY Illustration  
設計排版：莫穎諮  
編審：李美玲

香港聖公會福利協會有限公司  
愛·孩子——在學前單位提供社工服務先導計劃  
電話：2111 2055  
地址：九龍紅磡馬頭圍道37-39號紅磡商業中心A座12樓06室

# 自我的發展

## N班專頁—

### Trouble 2?! 自我意識抬頭?



進入兩歲，孩子開始堅持自己的主張，經常say no，反抗媽媽……  
兩歲半以後，不管做什麼，他總是要搶著自己來，做不到又發脾氣、  
大哭大鬧……

**Trouble 2 真係好煩！**



### 兩歲的孩子會：

- 隨著語言和體能發展，自我意識開始萌芽，發展迅速。
- 測試自主的限度（經常試探你的底線），衝動地探索，對種種事物作出實驗，去認識自己的能力和周圍環境對他的要求。
- 喜歡模仿大人，凡事自己動手做。
- 當事實和自己的想法出現差距時，孩子感到矛盾但不懂得恰當地表達。

### 家長可以：

- 家長宜認識你的孩子，理解他的行為，而非只覺得孩子頑皮、搗蛋。
- 容忍一段「搗亂」時期，例如容忍孩子嘗試自行進食並不慎把飯菜掉滿地（如不斷阻止，會削弱孩子的動力）。
- 瞭解孩子的發展、尊重孩子，給予幼兒適度、適當的引導（先肯定，後引導）。
- 例如：（肯定）讚賞孩子可以自己吃飯，（引導）示範湯匙要怎樣拿，才不會吃得滿地都是。



## 自我的發展

### K1班專頁—學習分享



孩子常說「這是我的！」，不願意與人分享玩具、食物等。咁小器，點樣交朋友？



- 兩歲後，幼兒已有自我的意識，他們會以自己的姓名，或是用「我」來表達「自己」。孩子會以「我的」來形容玩過的玩具，以區分自我和他人。
- 孩子對人我之間的界線感到模糊，正在學習「我的」跟「別人的」，於是，喜歡的玩具就拿來玩，正學習「別人的，不可以拿」、「借別人玩」或「跟別人借一下」。
- 「輪流」、「分享」等概念，更是超乎他的理解範圍。
- 孩子還不懂得「分享」而已。不要動不動說孩子「自私」、「小器」。

#### 家長可以：

- 確認孩子的自我概念，同理孩子想要擁有喜歡的東西，說「沒錯，這是你的玩具/媽媽知道你想玩車車」，然後鼓勵孩子讓步，說「但你玩夠之後，可以讓嘉嘉也玩一下嗎？」
- 如果孩子不願意放下手上的玩具/遊戲，接納他的感受：「你很喜歡這輛單車，還想玩一會兒，是嗎？」然後引導他學習輪流等候：「我們再排隊吧。」亦可提供其他選擇：「還是想砌積木呢？」
- 當孩子願意分享玩具時，立即加以稱讚：「你肯與小朋友分享，爸爸很高興。」
- 建立「分享模式」，用計時器限制時間，時間到就要交換玩具，讓孩子先從交換開始練習分享。
- 利用計時器，孩子能清楚知道甚麼時候再換自己玩，如玩不夠，孩子則可以學習等候久一點，並安排等候時間內的活動。
- 家中建立分享和輪流常規：「這裡有一件蛋糕，半件給哥哥，半件給你。」「媽媽先給爸爸倒牛奶，然後給寶寶倒牛奶。」
- 孩子玩耍時，鼓勵他合作和輪流，如把車子在兩人之間互相來回地推或合作砌積木。



## K2/K3專頁—表達自己



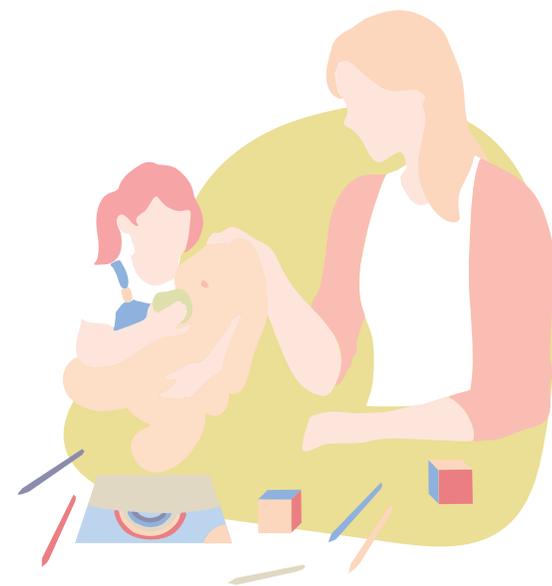
孩子在家裡就嘩哩吧啦說過不停，但在學校很少發言，說話很細聲，不敢在人群面前表達。嘗試新事物時，他又經常說「我唔識做，我做唔到」，或經常渴求成人的肯定，「爸爸媽媽，是不是這樣？」

四歲的孩子開始會與同伴比較，緊張自己的表現，成人的評價亦會影響孩子的自我概念。

- 孩子對自己的能力欠缺信心，擔心自己未能做好，未能達到成人的要求或獲得正面評價。
- 當其他同伴都做到，但自己做不到，便覺得自己無用。

#### 家長可以：

- 給予鼓勵及支持。
- 有耐性，給予足夠的時間讓孩子完成，如遇困難或挫折，可引導孩子思考解決方法，並鼓勵他們再嘗試。
- 孩子完成後，宜即時及具體地讚賞孩子，讓他們覺得「我能做好」。





### 自我概念是甚麼？

自我概念是作為主體的我對自己、自己與周圍事物的關係，尤其是人我關係的認識，是兒童對自己的一個主觀看法。而自我概念主要由兩大元素組成，分別是自我認識和自我評價。

# 自我概念



### 自我概念重要嗎？

- 1 自我概念的發展，形成孩子的個性與人格特質。
- 2 幼兒透過認識自己的能力，是有價值且獨特的個體，並學習去愛和尊重自己。是尊重別人和與人建立良好的關係的基礎。
- 3 良好的自我概念幫助孩子建立正面的態度應對困難，發展積極的人生觀，較能面對挫折。



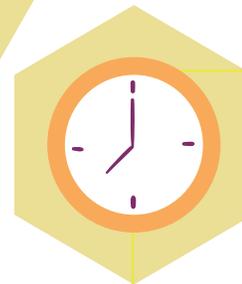
### 自我評價是：

幼兒從別人對其評語及態度，將外界或自己訂立的標準與自我能力比較，以衡量自己是個怎樣的人，如：乖巧、頑皮、聰明、愚蠢等。



### 自我認識包括：

- 1 身體形象：自己身體和五官的名稱、位置、作用和感覺；
- 2 自我意識：認識到自己是個獨立的個體，有自己的名字、樣貌、性別、喜好和身份的代表；
- 3 自主行為：自己不需要依附他人，可以表達自己的意願、作選擇、作決定，並承擔其引致的後果。



### 自我概念是一個發展歷程，並非與生俱來：

- 1 隨著個體的成長，與環境和他人的互動之後整合出來的概念。
- 2 隨著年紀的增長，從具體的身體外觀描述到信念、價值等抽象的論述。
- 3 幼兒藉著探索外界的經驗、學習到新的技能等，從中體驗到自發、自主與自尊。

## 幼兒自我概念的發展



0 – 1 歲

- 1 自我所知有限。
- 2 對鏡子中自己的影像和自己名字有反應。
- 3 利用自己身體去探索環境。
- 4 對鏡中自己的影像作出反應（如：凝望、伸手觸摸或親吻鏡子等）。
- 5 分辨鏡中的母親與自己。
- 6 對自己慣常被稱呼的名字作出反應。

- 1 能說出自己的年齡和性別。
- 2 對別人的評價非常敏感。
- 3 能畫有眼、鼻和口的人臉。
- 4 自我概念建基於成人的評價上。
- 5 指出或說出自己喜歡的人物、物品或活動。
- 6 在群體中積極舉手，表示樂意幫忙成人做小差事。
- 7 主動向別人展示自己的物品以獲取讚賞。



3 – 4 歲

- 1 吸引別人的注意力，能表示自己的喜好。
- 2 把自己的物品向人展示。
- 3 能指出一、兩個身體部份。
- 4 能辨認相片中自己的影像和自己的物品。
- 5 漸漸獨立，自我中心。
- 6 當被稱讚時，會刻意重覆該動作。
- 7 當別人拿著自己的物品時，會用動作或說話表示要取回。



1 – 2 歲



4 – 5 歲

- 1 能畫一個完整的人體。
- 2 對身體運作有興趣。
- 3 喜歡與同伴比較，在意勝負。
- 4 自我概念建基於成人的評價上。



2 – 3 歲

- 1 主動用說話動作向人要求欲取的東西。
- 2 堅持自己去作嘗試，自我意識醒覺。
- 3 能說出自己的名字。
- 4 重視和區分物品的擁有權，並將物品分派給所屬者。
- 5 指認或拿取屬於自己的物品。
- 6 保護自己的物品以免遺失或被搶走（如說：「佢係我既」）。

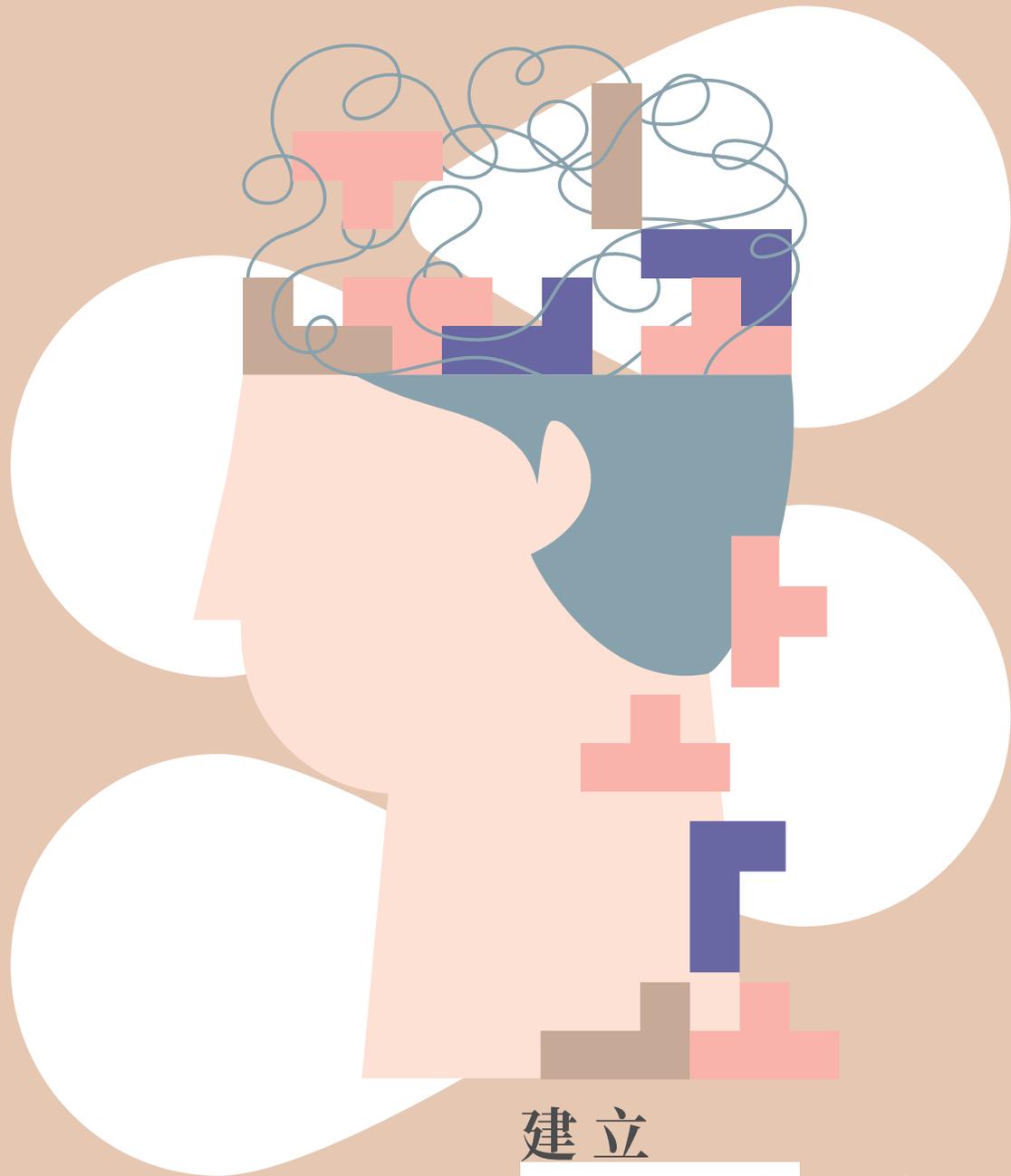
- 1 自我介紹有關自己的資料。
- 2 能估計自己的能力，又樂於嘗試。
- 3 說出理由支持自己的想法。
- 4 能說出自己的想法並付諸行動。
- 5 說出自己的優點及缺點。

6 – 7 歲

- 1 不能忍受輸給別人或遭受批評。



5 – 6 歲



## 建立 自我概念小竅門

自我覺察是幼兒的重要發展，透過對自己身體的認識和與他人的互動中，區分出自己及他人和其他個體。父母和孩子建立親密的關係，提供安全且自由的探索環境，幫助他自我覺察，認識自己的身體和人格特質。

### 安全的依附關係及安全感

孩子透過父母的愛意傳達與相處過程，逐漸學習信任別人，也在這親密互動中建立穩固、安全的關係，是他學會認識自己、信任自己最重要的泉源。



### 尊重、接納和安全的環境， 自由探索的空間

根據艾里克森(Erikson)的發展階段論，第三個階段(3-5歲)為「主動與歉疚」，學前的幼兒從主動探索中得到正面鼓勵，便能發展出主動和進取的精神；相反，若幼兒探索常被禁止或受到責罰，便會容易產生罪疚感和失敗感。

- 幼兒天生對周圍的環境充滿好奇，喜愛探索，是個主動的學習者。在適當的環境資源和成人的協助下自能建構知識。
- 讓孩子找出適合自己解決問題的方法，不要老是給予答案。
- 讓孩子體驗「我做到了」的成就感。

### 適時給予協助及指導

父母給予適當的指導，不要進行禁止、嘲笑或挖苦；以免扼殺他們的創新意念和自信。

- 讓孩子理解「失敗了沒關係，再嘗試就好」。

### 擴闊孩子的生活經驗，發掘和欣賞優點，肯定自己獨特之處，

- 多帶孩子到戶外走走，參加不同的興趣活動，透過多元培育，讓孩子接觸不同的事物，認識朋友，擴闊生活經驗。

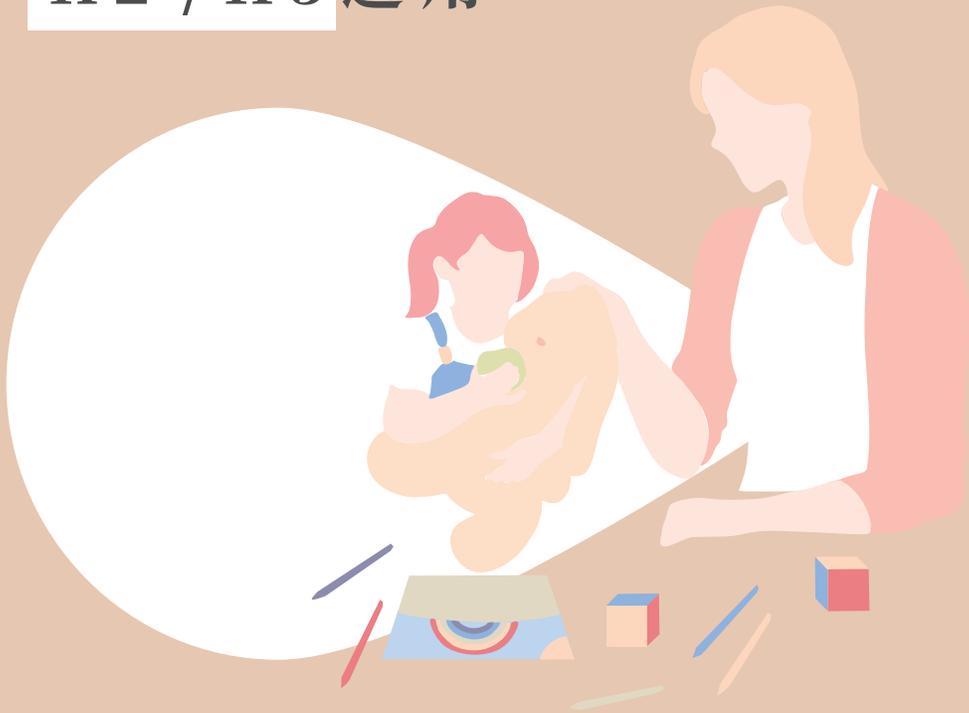
### 多讚賞，少責罵，讓孩子感受到自己是重要的，肯定自己的價值：

- 讚賞可增強孩子的自信、滿足感，以發展自我概念。
- 讚許孩子的努力及進步，不以成果論斷孩子。
- 專注傾聽孩子的說話、接納孩子的感受。
- 教導孩子生命本身就有價值，不在乎外貌和能力，讓孩子明白他的價值並非源於比別人強而來的。

# 建立自我概念小任務

## N / K 1

### K 2 / K 3 適用



#### 1 多讓幼兒有自行抉擇的機會，學習判斷

- 不要過份寶貝孩子或是拒絕孩子嘗試，盡可能讓孩子對自己的生活有合理的主宰，以免孩子依賴與退縮。
- 鼓勵孩子在家裡為大人幫忙做一些力所能及的小事，例如分擔家務。

#### 2 安排難易適當、符合幼兒興趣、需要和能力的學習活動

- 幫助孩子根據自己的能力、興趣和價值觀，制定一些切合實際的目標，並且給予鼓勵，分享他的感受。
- 按孩子的能力，一起訂立規則和理想的目標行為，例如進入家門要把鞋收好，吃飯前要洗手。



#### 家長任務一：表達對小朋友的愛

- 每天透過笑容、擁抱、親吻、輕撫或對孩子說：「我很愛你！」
- 多與孩子聊天，讓孩子有被愛的感覺。

### MISSION

#### 家長任務二：按孩子的歲數、發展階段及能力，給予合適程度的任務或挑戰

- 根據孩子發展特點和個體差異，提出符合其水平的任務和要求。
- 安排一些不太困難亦帶點挑戰性的「任務」或「練習」給孩子。



#### 家長任務三：建立孩子成功的經驗

- 嘗試新遊戲或新事物時，稱讚孩子的進步，讓他感到自己是有能力做到的。
- 給予清晰的指示，將任務分拆成不同的項目及步驟，讓孩子逐漸地完成。



#### 任務清單

- |                                     |                                |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 自己刷牙洗臉     | <input type="checkbox"/> 自行上廁所 |
| <input type="checkbox"/> 把用過的物件放回原位 | <input type="checkbox"/> 自己用餐  |
| <input type="checkbox"/> 自行收拾玩具     | <input type="checkbox"/> 自行穿衣服 |
| <input type="checkbox"/> 整理書包       | <input type="checkbox"/> 自行執拾書 |

任務內容可以延伸至服務別人，例如幫忙製作簡單料理、摺衣服和排好碗筷等。



#### 父母說話清單

- 1 媽媽來陪你，看看一起做會不會成功。
- 2 我喜歡你的主動。
- 3 先自己做，不會再來找我。
- 4 我也不會，但我想試試。

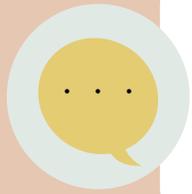
# 建立自我概念小任務

## K 2 / K 3



### 家長任務一：讚賞孩子

從過程和生活細節中稱讚，肯定孩子的努力：  
縱使這些事情在家長眼中，可能也只是微不足道，  
但孩子會記著，慢慢便會自覺可以做得好和做得好。



- 「你剛才願意嘗試，我很欣賞你。」
- 「你寫的字很整齊，我見到你很用心寫。」
- 「你會等候老師逐一發茶點予小朋友，很有耐性！」
- 「你主動幫助公公婆婆，真是樂於助人。」
- 「你主動同老師/叔叔姨姨打招呼，真有禮貌！」



### 學習方面

- 成功做到特定目標
- 願意嘗試
- 失敗了願意再作嘗試
- 專心完成功課
- 每天閱讀
- 學習新知識、技能



### 與人相處方面

- 與人分享、合作
- 向人表達友好
- 能夠忍耐等候
- 會主動與人打招呼
- 願意分享玩具
- 懂得等候、排隊守規矩



### 自理

- 自己用餐具食飯 / 專心吃飯
- 玩玩具後自行收拾
- 幫忙做家务
- 主動表達如廁需要 / 如廁後能自行清潔
- 早晚刷牙
- 自行穿脫衣物、鞋襪
- 執書包



### 行為方面

- 聽從成人指示
- 主動收拾玩具物品
- 幫助別人

### 解難

- 願意思辦法解決
- 失敗後繼續嘗試

### 家長任務二：嘗試運用不同的字詞形容孩子



#### 性格特質詞彙：

- |        |          |      |       |
|--------|----------|------|-------|
| · 樂於助人 | · 懂得關心他人 | · 友善 | · 勇敢  |
| · 獨立   | · 慷慨     | · 仁慈 | · 勤奮  |
| · 堅毅   | · 自信     | · 謙虛 | · 有創意 |
| · 有禮   | · 守規     | · 文靜 | · 有愛心 |
| · 有條理  | · 仔細     |      |       |

### 家長任務三：發掘孩子的興趣和長處

藉著孩子的能力，訂立一個合理和可達成的目標，去激發孩子的潛能。當孩子成功做到的時候，給他們讚賞。

註：孩子會從家長的正面評語和鼓勵中，肯定自己的才能，加強自信心。



#### 參考資料：

- 1 協康會，《兒童學習綱領》P.121，香港：協康會，2018
- 2 協康會，《兒童發展評估表》，香港：協康會，2018
- 3 「為何孩子不快樂？」，香港：助展會，[http://www.pdachild.com.hk/en/blog\\_detail.php?id=67](http://www.pdachild.com.hk/en/blog_detail.php?id=67)
- 4 「我很棒喔！~談幼兒的自我概念」，台灣：信誼基金會，<https://parents.hsin-yi.org.tw/Library/Article/5408>



### 家長任務四：親子共讀

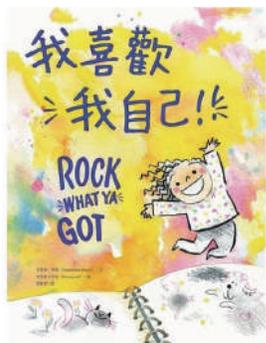
小朋友最愛聽故事，家長可選擇一些講述毅力勇敢、自主自信、與人分享合作等故事書跟子女一起閱讀。



《我的感覺系列—喜歡我自己》  
作者：康娜莉雅·史貝蔓  
出版社：親子天下



《我喜歡我自己》  
作者：尹汝林  
出版社：上人



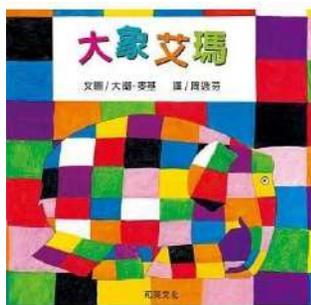
《我喜歡我自己！》  
作者：莎曼珊·柏傑  
出版社：大好書屋



《短耳兔》  
作繪者：達文茜、唐壽南  
出版社：親子天下



《沒有人喜歡我》  
作繪者：羅爾，克利尚尼茲  
出版社：三之三



《大象艾瑪》  
作繪者：大衛、麥基  
出版社：和英

### 親子任務五：自畫像遊戲

父母與孩子可分別畫一幅自畫像，然後輪流介紹。

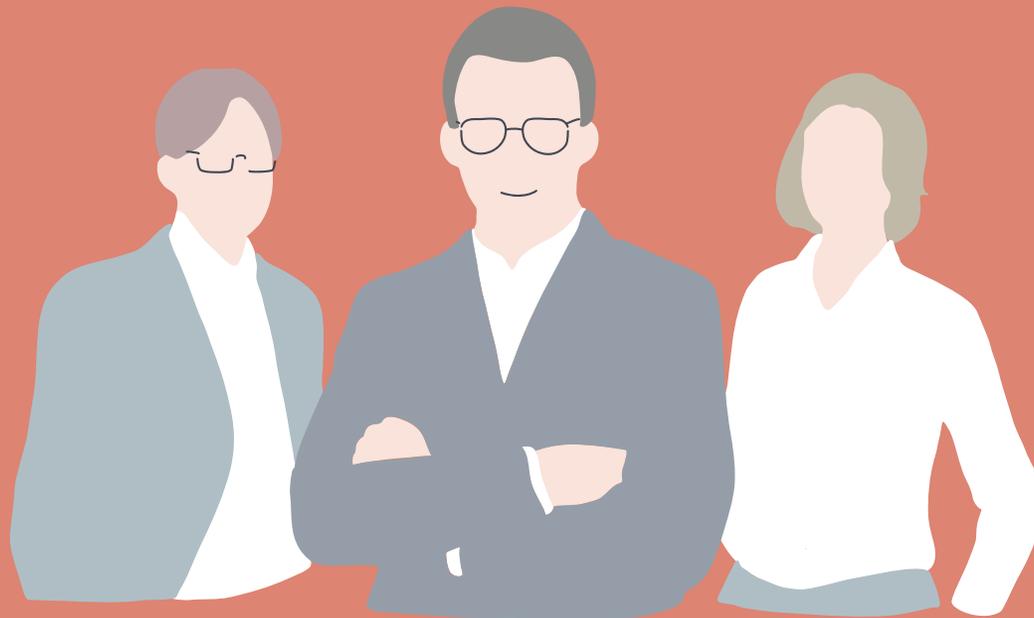
在白畫紙上畫上自己的模樣（包括五官、四肢及衣物等）  
請孩子介紹自己：

- 叫咩名？ · 幾多歲？ · 係男仔定女仔？
- 我既身體有乜野？ · 我鍾意做咩？
- 我鍾意乜野？ · 我識做乜野？

孩子能從父母對自己的描述中，認識如何表達自己。



## 專家解說—自我概念



陳美鳳女士（May姐姐）任職香港聖公會輔導服務處的臨床心理學家，在推廣心理健康的工作上具豐富的經驗，曾於電視台兒童節目主持「開心有得揀」環節，以及經常應邀到各幼稚園、小學及中學主持活動及教師培訓，推動培育兒童的心理、社交和品德發展。

此外，May姐姐創作能觸動小孩子心靈的歌曲，充滿動感和時代感，在眾多小學、幼稚園和教會中被廣泛使用。

# 專家解說 自我概念

“ **May姐姐寄語：**家就是一個「安全基地」！人生路縱遇風浪，孩子回到家中，便有家人的支持、打氣和鼓勵。有很多事情我們未能控制，例如：考第一名、獲得他人的稱讚、天賦特質如智商、外貌等，但我仍可以肯定自己是一個有價值的人，有爸媽為我打氣，我可以勇敢探索這世界。

## 自我概念

發展自我概念有如GPS定位系統。

嬰兒時期：孩子的世界以自己為中心。

幼兒時期：開始發展自我概念，漸漸建立一個與外界的人和事物互動的模式。



## 家長角色

提升孩子對於探索的好奇和可能性，使他們能勇於學習新事物、生活得更豐富及更具彈性。

## Do's

為孩子提供安全基地——依附關係，作技術支援及情緒支援：依附關係 (Secure Attachment)

### 1 條件接納 (Unconditional Acceptance)

家長：「我永遠愛你！」

- 接納孩子的強項及弱項
- 家長以身作則地接納孩子的全部，孩子因而學習接納整體的自己。
- 家長不會因為孩子的缺點、失敗或其他不合適的行為表現而表示不愛他或「恐嚇」遺棄他。
- 面對不良行為，家長可清楚表示：「我愛你，但我不喜歡這個不合適的行為」；讓孩子知道，你仍然最愛他，而且會支持他及提供協助，與孩子一同研究解決方法改善該行為。

### 2 隨因反應 (Contingent Responsiveness)

- 家長對於孩子的需要時刻保持敏感度(sensitivity)，在適當的時候，給予適當程度、適當的幫助。

#### (a) 技術支援

- 家長先了解現時孩子的興趣、能力及程度，然後訂立合理、可行的目標，建議是比現時孩子能力高一點的程度。
- 家長為孩子提供引導及協助，鼓勵孩子達到所訂立的目標。

## 有用貼士：精明的讚賞

精明的讚賞儼如一面鏡子，運用「描述性稱讚」，如實反映孩子剛剛表現出來的好行為，讓孩子知道自己做得到。

### 讚賞宜：

- 明確、具體、正面
- 描述你喜歡的行為
- 描述你的感受
- 表現衷心、熱情
- 描述性的效果比一般性（叻或乖）較為好

### 讚賞內容：

孩子可以憑自己能力去栽培的品德強項、技術、能力，與昨日的自己比較，自己進步了什麼地方（而不是比較別人啊！）。  
注意：讚賞不是「吹」，不是單純想孩子自我感覺良好。



( May姐姐受訪片段 )

### 例：

讚字寫得靚？  
讚孩子外表靚？  
孩子比賽輸了？

「我很欣賞你很小心、有耐性地寫字。」  
「你自己梳頭梳得好靚，好整齊清潔。」  
「你堅持不放棄、盡力跑完全程、很有體育精神，媽媽好欣賞你呢！」

## (b) 情緒支援

家長就像一個「情緒加油站」。孩子遇上不如意的事，有負面情緒，家長可傳遞「我明白你」的重要訊息，學習「照單全收」，嘗試以同理心回應孩子的情緒，然後再引導孩子調控情緒及解難。

例：孩子放學後：「今日同學仔在學校踩到我，我隻腳好痛，我好嬬佢。」

家長會選擇哪一項回應？

回應1 「算啦，你唔好咁小氣啦，佢都係唔小心，你原諒佢啦。」

回應2 「你今日俾同學踩到隻腳，你覺得好痛，邊度呀？比我睇吓...」

小貼士：第一步，先給「同理心回應」，讓孩子知道你明白他的心情（這才會令他打開耳朵聽你繼續說話啊！）；第二步，再與孩子討論解決問題、探討下次可以如何避免，而非直接「替」孩子解決問題。



( May姐姐受訪片段 )

## Don't

為免孩子的自我價值浮動不定、脆弱，建基於外在條件（不能控制的範圍），家長避免：

- 1 說「情緒恐嚇」的說話：「你唔食飯，我就唔錫你」、「你再唔乖，我就唔要你」
- 2 忽視孩子的負面情緒的說話：「快啲開心返」、「唔好驚」
- 3 將孩子和其他人比較，讚賞建基於孩子如何比別人優勝

## Special Time活動推介 「同唱晚安歌」



**歌名：**Goodnight 媽咪爹咗

**曲詞：**May姐姐

錄自『May姐姐兒歌系列』之【開心島唱遊班】，獲得 Happiness Academy 批准使用。

**目的：**每天進行親子之間緊密的聯繫，促進、復和，修補親子關係

**時間：**每晚睡前5分鐘

**活動：**與孩子同唱晚安歌

**要點：**

- 1 家長投入並享受
- 2 溫柔的眼神望著對方
- 3 微笑
- 4 加入身體語言，如擁抱及親吻等

即使在白天，家長與孩子經歷了爭吵，互相生氣等，我們也「同唱晚安歌」，讓孩子感受到父母的愛，無論任何情況都不會變。

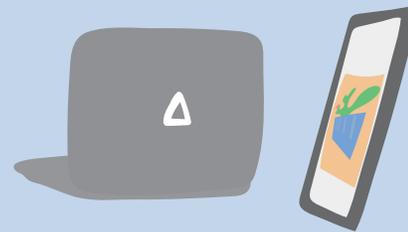
**小提醒：**

生活忙碌，家長腦海有時充斥著繁瑣的生活事務，為避免「例行公事」，進行「同唱晚安歌」活動前，家長宜先調整個人節奏，再集中注意力在孩子身上。

深呼吸、洗洗臉、喝杯暖水、停一停，跟自己說：「讓我好好享受這〈親親孩子時間〉，其餘的，只需等5分鐘」。



手機掃瞄下載歌曲  
(家長可於2021年  
1月1日前自由下  
載使用)



## ♥ 心聲牆 ♥

社會正進入一個新常態 (New Normal)，伴隨孩子適應新學期，相信大家也有不同煩惱或法寶。早前小編向訂閱者收集心聲，在此刊載予讀者分享：

**問：**陪伴小孩在新常態下復課 / 開學，家長有甚麼感受？有煩心的事嗎？有令你喜出望外的事嗎？

**答：**相信題中所指的Normal是沒有疫症下的社會吧。面對著疫症伴隨的生活，小朋友的世界也開始回復「正常」的日常，上課，下課，玩耍，休息。女兒能在疫情下復課，作為家長，開心當然比憂心多！成長黃金期，十分希望她能透過群體生活學習與人相處，解決困難，鍛煉心智，認識自己。這些都不是在家學習能給予的。疫症在前，當然也會擔心復課會有機會集體感染，但眼見學校的教職員，相當小心保護學生，加上小朋友在疫症下十個月，或多或少也學懂了基本的保護措施。所以，喜出望外的是小朋友都十分迅速適應了學校的生活！事實上，白紙一張的小朋友，每天都像探險般接觸新事物，對他們來說，常態可能包括接受非慣常的事呢。

**問：**承上題，用了甚麼方法，認為是有效幫助孩子適應呢？

**答：**為了幫助孩子適應，我也會預先告訴孩子復課，也將學校的訊息向她說幾遍，讓她明白在校有什麼要注意。作為家長，我也不會特別表現擔心，小朋友的緊張，很多時候也是從觀察大人的感受而感應到的。我也會告訴女兒，或許回校有些不適應，如是，這都是每個人都可能遇到的，不用因自己不適應而擔心，一切會好的，也要肯定她，對她有信心。對她心靈作訓練，對她處理突發事情或許是一大幫助呢。

**問：**疫情仍未完全受控，家長有沒有準備有機會再次停課，會如何應對？

**答：**再次停課的機會還是有呢。相信小朋友已經歷過十個月的停課不會太難適應，家長在小朋友停課時也較被動呢。要是在職家長，實在沒有太多的時間，我也是其中一分子。記得初期停課，我也有被安排在家工作，我會邀請小朋友在家換上校服，我也換上外出衣服，讓她感覺場境不同了。心情上準備學習，那我才開始在家教她，讓她主導指示我如何跟從在上的時間表，如：茶點時間，說故事書時間。也會請她的洋娃娃作同學，讓女兒設定哪個洋娃娃較會中英普通話等等，好讓溫習該科目的她能有「同伴」~若沒有在家工作，也盡量為女兒安排功課，溫習，運動，看電視時間表，讓她作息有序，作復課的隨時

鳴謝：見晴媽咪 | 協恩中學附屬幼稚園

## 打氣、祝福說話結果公佈



以下是打氣、祝福說話中選的句子、幼兒姓名及家長聯絡電話首四個號碼

(排名不分先後)

- 1 | 無論陰或晴，定都與您們同行。謝謝您們無私的付出，加油！(朱天昕 9095)
  - 2 | 喜樂的心乃是良藥，願大家身體安康！(黃承舜 6092)
  - 3 | 一起加油跨過疫情，步向未來。(張淳越 6355)
- 作品會印製於明信片上，之後送予院舍的職員，為他們打打氣！

以下作品將印製成**實體明信片**轉送聖公會長者及復康院舍的職員  
(排名不分先後)



林咏妍



劉詩澄



林同釗

以下作品將印製成**實體明信片**轉送聖公會長者及復康院舍的職員  
(排名不分先後)



郭梓星



楊正藍

### 第17、18期《偕同》抽獎得獎名單

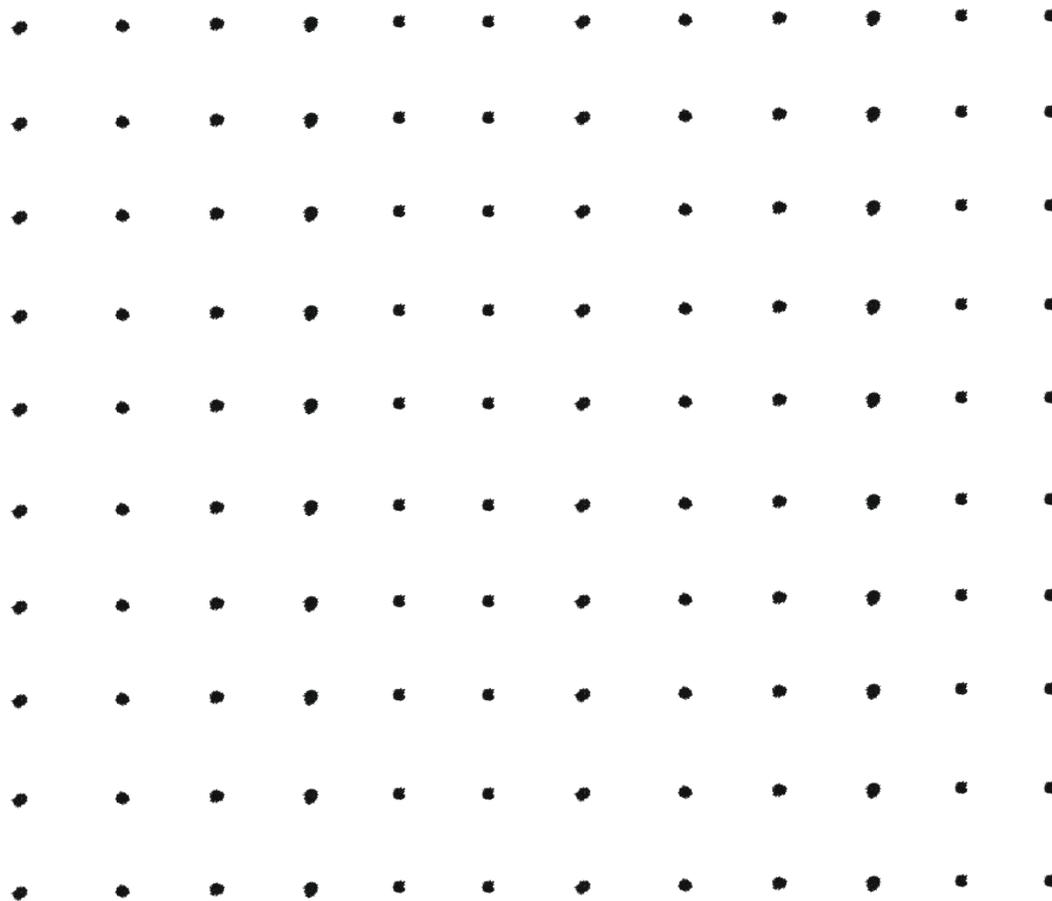
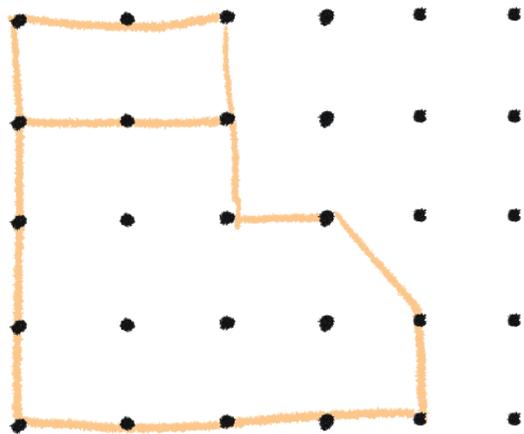
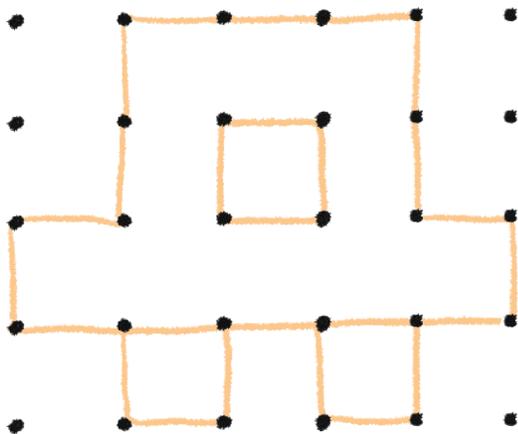
獎品為認知桌遊，共10個名額  
(排名不分先後)

	幼兒姓名	家長聯絡電話首四個號碼
1	梁綽翹	9040
2	黃旨臨	9873
3	陳芊睿	6345
4	陳清揚	9087
5	阮志信	6202

	幼兒姓名	家長聯絡電話首四個號碼
6	揭清堯	5600
7	劉泳心	9414
8	何峻樞	9812
9	朱天昕	9095
10	梁綽翹	9040

# 美感專題

孩子嘗試將點點相連，形成線條，看看出現甚麼畫面？  
先嘗試畫出車子和襪子，再發揮想像空間，設計自己的專屬圖案吧！



本期問卷：<https://bit.ly/34wzDKx>

學習自我概念！

