

# 偕同

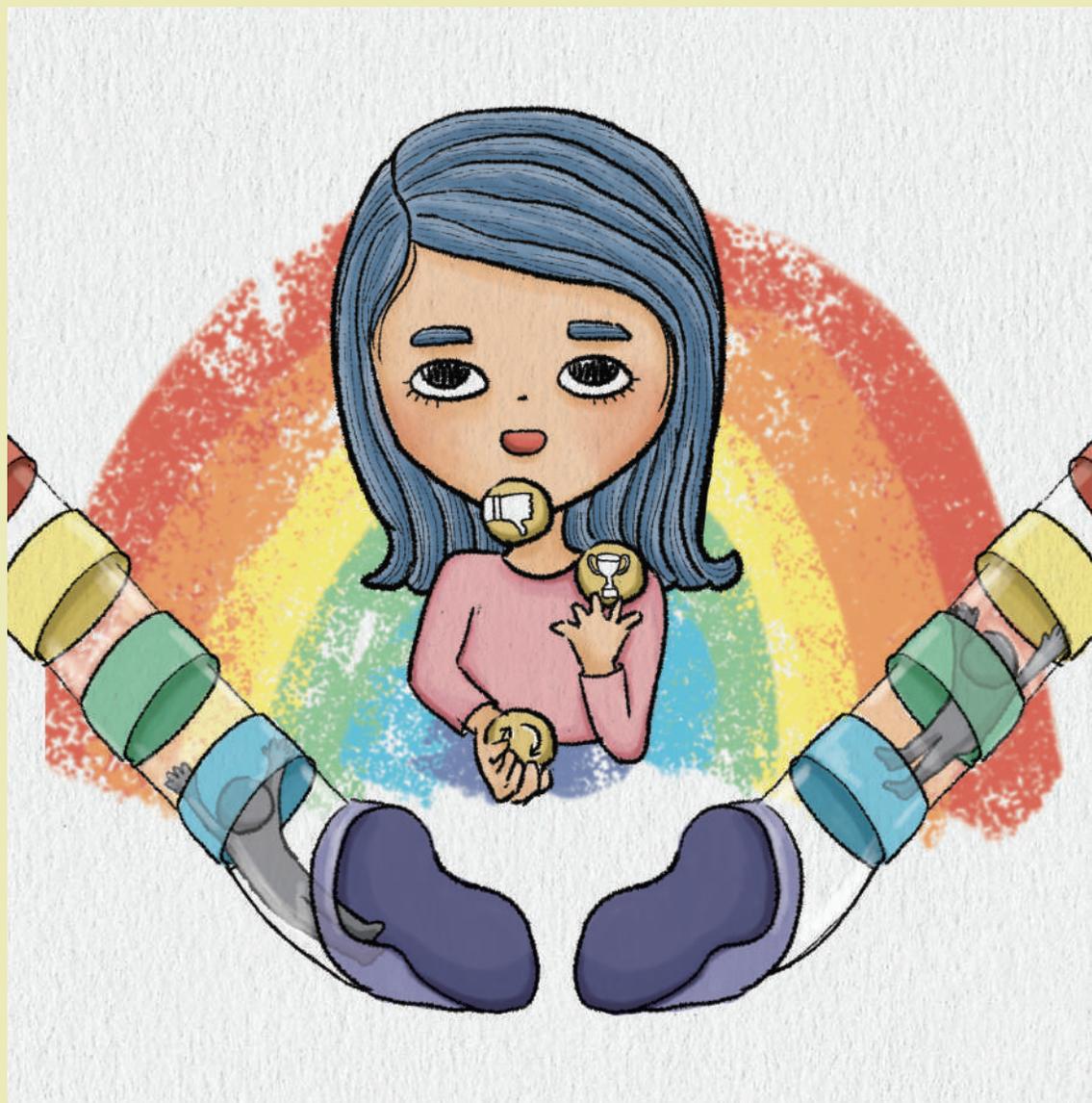
Haai<sup>4</sup> Tung<sup>4</sup>

21

2021  
一月

焦點主題 | 「輸贏」概念  
教養專題 | Process · 放大鏡  
專家解說 | 偕同論劍

情緒專題 | 偕同一週年心聲牆  
社區專題 | 新年貼圖設計收集  
美感專題 | 色彩 · 拼



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

01-06  
焦點主題

「輸贏」概念



07-11  
教養專題

Process · 放大鏡

專家解說

偕同論劍



12-20  
情緒專題

偕同一週年心聲牆

社區專題

新年貼圖設計收集

美感專題

色彩 · 拼



↑ 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 2021年1月第二十一期  
策劃及編輯：黃若詩 王嘉怡 陳美如 林麗君 黃惠婷 馬卓群  
封面插圖：TMY Illustration  
設計排版：黃穎諮  
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

# 「輸贏」概念

孩子只想贏，輸就發脾氣！其實，是否我的孩子特別「好勝唔輸得」？

又輸！我唔玩喇！  
次次都係你贏！  
我要贏！  
我要你！讓！我！



似曾相識的對白，你跟孩子玩遊戲或孩子與朋輩之間的相處時是這樣？

## 「輸贏」概念 | 幾歲開始有？

按著孩子的自我概念發展階段，孩子約在三至四歲時，便開始有「輸贏」的概念。因為這時孩子的自我概念開始建基於「成人的評價」上，注意旁人的情緒。孩子再大一點，會與同伴比較，更在意勝負。

### 幼兒自我概念的發展



#### 1—2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. 漸漸獨立，自我中心。



#### 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. 重視和區分自己的物品。



#### 3—4歲

1. 能說出自己的年歲和性別。
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。

## 幼兒自我概念的發展



### 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。



### 5—6 歲

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. 能說出自己的想法並付諸行動。



### 6—7 歲

1. 難以忍受輸給別人或遭受批評。  
( 詳細的幼兒自我概念發展圖可參考偕同第十九期 P 7 - 8 )



# 「輸贏」概念 怕輸的背後

GAME OVER



輸贏對孩子來說，直接地帶來了負面情緒：失望、傷心、沮喪、挫敗感、羞愧、被否定感；孩子內心可能會出現一些想法：「贏了就會有人讚！」、「輸了就是我不好！」。

對於得失，孩子難以像大人一般壓抑當刻的失落感。相對常處於競爭社會的成人來說，孩子的社會經驗少，他們在面對失敗及挫折時，仍是學習調適情緒的階段。因此，面對孩子失敗或心情低落時，父母要小心慎防以下的回應陷阱，讓孩子學習「輸得起」！



### 陷阱1——回應方式

就算父母沒有勝負的期望，面對孩子說話時，有時會慣用「成人」方式與孩子溝通。

例如：

「你咁叻仔！拎到冠軍！」、  
「你咁『渣』！咁都做唔到！我教咗你咁多次！」  
以上回應有機會讓孩子誤以為獲得冠軍及叻是父母對自己的要求和期望。

#### 建議家長回應：

「見到你拎獎，爸媽都開心！但我哋最開心係過程中你不斷嘗試！」  
「媽媽見到你好專心玩遊戲，我地可以再研究吓個遊戲點玩得快啲！」



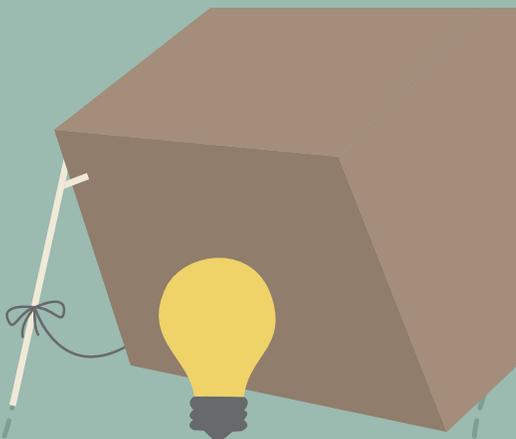
### 陷阱2——教導方式

「輸咗咪輸咗囉！駛乜喊到咁淒涼？」、  
「都係玩下姐，唔洗喊！」

看到孩子負面情緒爆發，父母也會疑惑：「明明自己沒有要求孩子要贏要叻，但孩子就是在一個小遊戲輸了哭？」但這種回應反而阻礙孩子的情緒表達，當孩子下次再遇上失敗時，可能不敢表達情感呢！

#### 家長可以：

接納孩子哭出來，給他一個擁抱，讓孩子經歷挫折後，在家長的鼓勵下，有勇氣向前行。



### 陷阱3——教養方針

管教孩子時，如家長在日常生活給予孩子過多的自由，凡事滿足孩子的需要並讓孩子作主、過分遷就孩子感受，例如：「無事，呢盤遊戲唔計分啦！」、「俾你睇吓媽媽手上嘅牌，等你唔駛輸咁多！」孩子會慣於期望別人跟從自己的意思。相反，過高的要求，則令孩子只著眼滿足大人的期望。

#### 家長可以：

與孩子一起享受遊戲的過程及樂趣，著眼過程中提升問題解決的能力，孩子反而變得更有彈性。



### 陷阱4——輸贏意識

父母要求越高，孩子對自己的要求也會越高，因為孩子想自己的成功能滿足大人期望，並得到讚賞。久而久之，孩子只透過勝利建立自信。

#### 家長可以：

讓孩子明白他們盡力而為比名次及結果重要，避免將孩子與同輩作出比較。



現今社會，「贏/輸在起跑線」的意識形態和競爭的社會氛圍正正影響我們如何看待輸贏，這叫我們值得反思。孩子的「輸贏」概念是最受家長及長輩的影響，身教和言教同樣重要，家長除了教導「輸贏」不是最重要外，在孩子「輸/贏」時，態度上也宜一致對待孩子。

# Process · 放大鏡



勝負、輸贏是在人生中總會遇到的，讓孩子從小學習經歷並接納挫敗，孩子便更容易面對未知的結果。

玩遊戲是一個良好的媒介讓幼兒學習贏輸，以下是一些簡單的玩具介紹，讓家長從一個新的角度陪伴孩子學輸贏！

以下的玩具可以以比賽的形式或以團隊合作的形式玩，無論用哪一種方法，家長可以試試以下的回應，一步一步教導孩子面對輸贏。



## K2及K3專頁



### 飛鏢

玩法：家長與孩子輪流擲飛鏢，擲中指定目標 / 分數為之贏。

可沿線向左折

### 重視「過程」

孩子即使擲不中，家長也可肯定他：

「你已經盡力擲向目標了，中了旁邊那個！」

「我看到你很認真擲飛鏢呢！」

「唔緊要，我哋可以再嚟過！」

讓孩子明白認真和努力擲飛鏢比所得的結果更重要



### 保齡球

玩法：家長與孩子輪流打保齡球，使較多保齡球樽倒下為之贏。

可沿線向左折

### 著重「進步」

鼓勵孩子留意自己進步的地方：

「這次你擲得更準確了！」

「這次你擲中三次，比上次還多呢！」

讓他相信自己能夠進步，並能面對挑戰。



### 層層疊積木

玩法：家長與孩子輪流拿中間的積木疊高，積木仍然不倒為之贏。

可沿線向左折

### 「一起檢討」

如果孩子一直輸，家長可以跟他一起尋找原因，改善玩的方法及技巧：拿積木的角度、力度、手腕動作等，持續學習和進步。

「可能頭先有點緊張，好大力拎起舊積木……」

「下次試下拎隔離呢舊積木可能無咁易跌，因為旁邊仲有積木，好似穩陣D！」





可沿線向左折

手機掃描以聽取錄音



可沿線向左折

手機掃描以聽取錄音



可沿線向左折

手機掃描以聽取錄音



孩子學習輸贏，  
學習享受過程，  
學習面對榮譽及挫敗。

## N及K1專頁

如果孩子年紀尚幼，孩子未必理解輸贏及與家長一同檢討，教導孩子分享、守遊戲規則和輪流才是重點。家長能夠與孩子一同玩得盡興，示範如何面對成功與失敗：贏的時候可以為對方歡呼鼓掌，表達欣賞；輸的時候也可以拍拍心口跟自己講說：「唔緊要，可以再嚟過！」



### 幼兒煮食套裝

玩法：家長與孩子一起玩「煮飯仔」角色扮演的遊戲，從遊戲中學習如何分享。

### 學習分享

讓分享連結快樂的情感，孩子會更易接納分享，不會只集中於失去的失落。「等媽媽分享個橙俾你先，媽媽見到你鍾意食，我就覺得好開心；你又俾雞蛋我食，你又覺得好開心，原來分享大家都開心！」「女女好大方呀，你分享玩具俾弟弟玩，大家都開心呀！」

可沿線向左折



### 砌圖遊戲

玩法：家長在砌砌圖前，簡易說明規則及技巧，讓孩子按指示砌圖。

### 學習守遊戲規則

守規則是讓大家玩遊戲時，玩得安心又暢順，讓孩子明白規則的意義，有時也要提醒孩子規則的重要性，才令他們知道守規則可以成為習慣。「砌圖係拎嚟砌，唔係拎嚟擲，無左其中一塊，鯊魚BB就會無咗個口！」「你試下跟住砌圖邊嘅顏色，搵番同佢一樣顏色嘅砌圖！」

可沿線向左折



### 幼兒籃球架

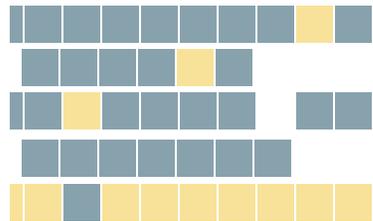
玩法：家長與孩子輪流擲籃球，擲中目標才算贏。

### 學習輪流玩

輪流玩與守規則一樣，也是孩子學社交的基本禮儀，他們越懂得社交禮儀，越明白如何與同輩相處。

「我玩完喇，到你擲！」  
「媽媽等緊你俾個波我呀！」  
「仔仔，你願意等一等！」

可沿線向左折



可沿線向左折

手機掃瞄以聽取錄音



可沿線向左折

手機掃瞄以聽取錄音



可沿線向左折

手機掃瞄以聽取錄音



孩子能夠守規則  
會與人分享

# 專家解說 「偕同論劍」



## 黃贊校長

香港劍擊學校校長、香港推行幼兒劍擊訓練創辦人、前香港劍擊代表隊教練

1994年英聯邦劍擊錦標賽男子花劍個人 (加拿大、威士拿) 金牌

1994年泰國劍擊公開賽男子花劍個人 (泰國、曼谷) 金牌

## 黃贊校長寄語：「贏不會永遠都會贏、輸亦不會永遠都輸。」這是一個持續的成長學習模式。

說到輸贏的應用，不得不提運動競技。今期《偕同》將走進劍擊運動，從另一角度看輸贏，今期的嘉賓香港劍擊學校校長黃贊和他的舊生——《偕同》團隊的其中一位社工馬卓群姑娘。



圖右：黃贊校長  
圖左：馬卓群姑娘

### 論輸贏

#### 黃校長：

一個比賽的輸贏，心態重於技術，因為技術可透過練習而精進，但心理質素卻要一點一滴的經驗累積、學習、應用及轉化。在劍擊的禮儀中，贏輸雙方在比賽完結後，都要向對手握手及敬禮，否則裁判可取消其賽果甚至參賽資格。這意味著無論比賽結果如何，輸的一方也會看得起自己，而贏的一方也會尊重對手。

#### 馬姑娘：

教練的話時至今日也刻印在我心中：「劍擊是逐分逐分累積下來。這一劍你輸了，不代表你下一劍會輸。」如果我著重的只有輸贏，過程中我會忽略了其他的可能性。輸，也是讓我有下一個進步、成長的可能。

### 幼兒 X 劍擊訓練

#### 黃校長

劍擊是促進全人發展的一項運動，幼兒透過學習劍擊鍛煉體能、手腳協調、操練頭腦和控制情緒，作為教練，當然更想發掘有資質的孩子，培養香港下一代的精英運動員。劍擊學校雖然在無獨有偶的情況下開展了幼兒劍擊訓練，我看到的是幼兒已經從小可以接觸比賽、讓他們感受和學習如何面對贏和輸。

#### 馬姑娘

對我來說，運動是一項語言，孩子透過這方式與他人交流，並建立自信。在比賽的時候，隊友之間，將教練的教誨化為互相支持提醒：「一劍！一劍！」而且，劍擊運動著重策略思維，是一種特別的學習體驗。

### 一次深刻的比賽經歷和體會

#### 黃校長

1994年在加拿大舉行的英聯邦劍擊錦標賽，當時背負著香港和劍擊運動的名譽出賽，卻遇上右腳兩邊韌帶撕裂的傷患，在重壓之中放下了對勝負的渴求，一心想著「傷到咁，做得幾多得幾多」，這種心態反而有助發揮，讓我獲得了數場勝利，但贏了就想贏，其中一場竟與一個排名較低的對手勢均力敵，險勝一劍，其後到了決賽，看著自己的腳傷，我重新調整心態，最後竟得了冠軍！這場比賽讓我體會心態——「贏不會永遠都會贏、輸亦不會永遠都輸」的重要，要放得開才可發揮得更好。

#### 馬姑娘

2006年在科威特舉行的亞洲青少年劍擊錦標賽，在8強入4強的淘汰賽中，面對著哈薩克斯坦的對手身型高大，在重劍中佔優勢，我謹記教練的提醒：「不要只想著要贏，集中在每一劍上」，在比賽最後20秒，我正落後4分，我跟自己說：「我是可以的！」其後一劍一劍追平，最後更入圍四強，我發現到，教練提醒我投入過程，原來讓我更發揮超水準的表現！

面對輸贏心態，教練很重要；對幼兒來說，家長如是。

#### 黃校長

參加世界性的比賽時，團隊會有心理學家隨行，但在比賽場上，最大的支持是教練和場上的隊友，教練需要與運動員「同步」，留意當刻運動員所面對的心理壓力，冷靜回應、疏導及給予對方信心，才能協助調整心理狀態。在落後的時候，點出問題所在或建議，讓運動員有具體的方向去行動。當然，教練與運動員間的信任關係也是關鍵。

對幼兒而言，他們像白紙一張，家長作為孩子生命的教練，在他面對挫折的時候給予肯定和認同孩子已經盡力，帶著愛心指出問題核心所在（知識、策略、技術、練習時間）並加以針對改善的方法，恩威並重的管教才真正建立孩子的信心，預備孩子面對人生中各樣的挑戰。

#### 馬姑娘

回想第一次參加全港小學校際劍擊比賽，那時我只學了半年多，沒有想過贏，比賽時的教練（黃校長）拍拍我膊頭，肯定我做得好，分析策略並作出適當的提點，從他身上我從不感覺壓力，反而是支持，最後我得到女子甲組花劍銅牌，最深刻的除了是名次之外，也讓我發現到自己的能力所在，找到自己在劍擊運動的定位。

### 小編結語

從劍擊運動的贏輸學習成長，預備孩子將來應對生命的各種挑戰。黃校長握要道出培育一位精英運動員的要訣，就是在孩子面對挫折時給予肯定和認同，帶著愛心指出問題核心，並加以針對改善的方法，恩威並重的管教才真正建立孩子的生命。贏輸原是一秒的光輝，孩子的素質才是陪伴他們一生的獎牌。



# 偕同一週年 心聲牆



「偕同」踏入一週年了！感謝讀者在過去一年的支持及回應，讓「偕同」能更全面地支援家長及教職員，協助孩子成長。今期我們邀請了第一季「家庭照拍攝」得獎者分享其家庭照及感受，以下是部份得獎者的分享：

(排名不分先後)

- 1 孩子和家長參與家庭照拍攝後的感受
- 2 「偕同」刊物中，你最深刻的內容
- 3 在「偕同」當中的得著
- 4 對偕同的期望或祝福

## 協恩中學附屬幼稚園 陳諾兒

1 十分感謝《偕同》給予這份禮物，這是首次一家四口的專業拍攝，平日很少去馬灣，環境很優美，當日天氣很好，小朋友都玩到滿頭大汗，享受了美好的一天。

2 分享處理孩子情緒，家長應先照顧好自己的身心及設身處地了解及接納孩子想法及感受。

3 再次提醒怎樣提升親子關係，作息定時的重要性及製作時間表。

4 期望《偕同》繼續提供優質親子教育資訊，祝願《偕同》刊登的經文感染未信家長及孩子認識多一點聖經真理。



## 聖公會青山聖彼得堂青雲路幼稚園 官卓琳

1 首先，十分感謝《偕同》給我們一個寶貴的機會去拍攝家庭照。還記得拍攝當日早上，下著滂沱大雨，我們帶著三個小朋友去馬灣拍攝場地有點狼狽，幸好得攝影團隊的幫助，順利到達拍攝場地。拍攝場景十分有家庭氣氛，小朋友很快便投入當中，並玩得很開心。

2 & 3 對於每期的《偕同》刊物，我從教養專題學懂了很多有用的知識，對於我照顧小朋友很有幫助。

4 最後，希望《偕同》可繼續為各家長分享教養資訊，與各家庭繼續同行。感謝！



# 偕同一週年 心聲牆



協恩中學附屬幼稚園 陳清揚

感謝《偕同》團隊用心創作和製作，大人和小朋友都獲益良多。祝你們身體健康，工作順利！

協恩中學附屬幼稚園 彭凱願

孩子發展文中載，  
童年時期多變改。  
家教信息多涵蓋，  
長遠有助下一代。  
《偕同》伴您增進愛！

香港聖公會聖尼哥拉幼兒學校 揭清堯

今期講專注題目建議的遊戲都好適合我孩子玩。

聖三一中心幼稚園 胡貝希

經過艱難的一年，更加體會到即使簡單細微的小快樂都值得珍惜感恩，祝福所有小朋友都可以在健康快樂的家庭中成長。

協恩中學附屬幼稚園 唐筠堯

處理小朋友的情緒，對於我們這些新手爸媽簡直是無從入手。每當看完《偕同》管教資訊後都會有所得著，更了解及明白當中小朋友的需要。感恩有《偕同》陪伴！期待你們每一期的資訊！加油！

- 1 第18期的《偕同》較為深刻。
- 2 在疫情下，孩子都要留在家中，不能外出。為了在家學習，用了第18期的「學習！起動」的方法與孩子在家輕輕鬆鬆學習，在過程中令她慢慢嘗試和慢慢探索外，更令她從中感到興趣及成功感。
- 3 我想分享的是林俊彬博士在文章一句，他建議家長「多放鬆，多肯定自己的付出，多相信孩子的能力。」在疫情下，大家一齊加油努力！祝福大家平安喜樂身體健康！



# 新年貼圖設計 願望收集



新年快樂！HAPPY 2021！  
很快便會迎接農曆新年，相信家長和孩子都有新一年的期望和祝願，偕同團隊現收集大家的願望，加上插畫以製成電子貼圖（Whatsapp使用）。

有興趣的家長可於本期偕同問卷中填寫祝願，字數上限為10個中文字或5個英文詞匯，將由偕同團隊挑選10個祝願製成電子貼圖，貼圖將於下期《偕同》刊登並發送予偕同訂閱者。

HAPPY NEW YEAR

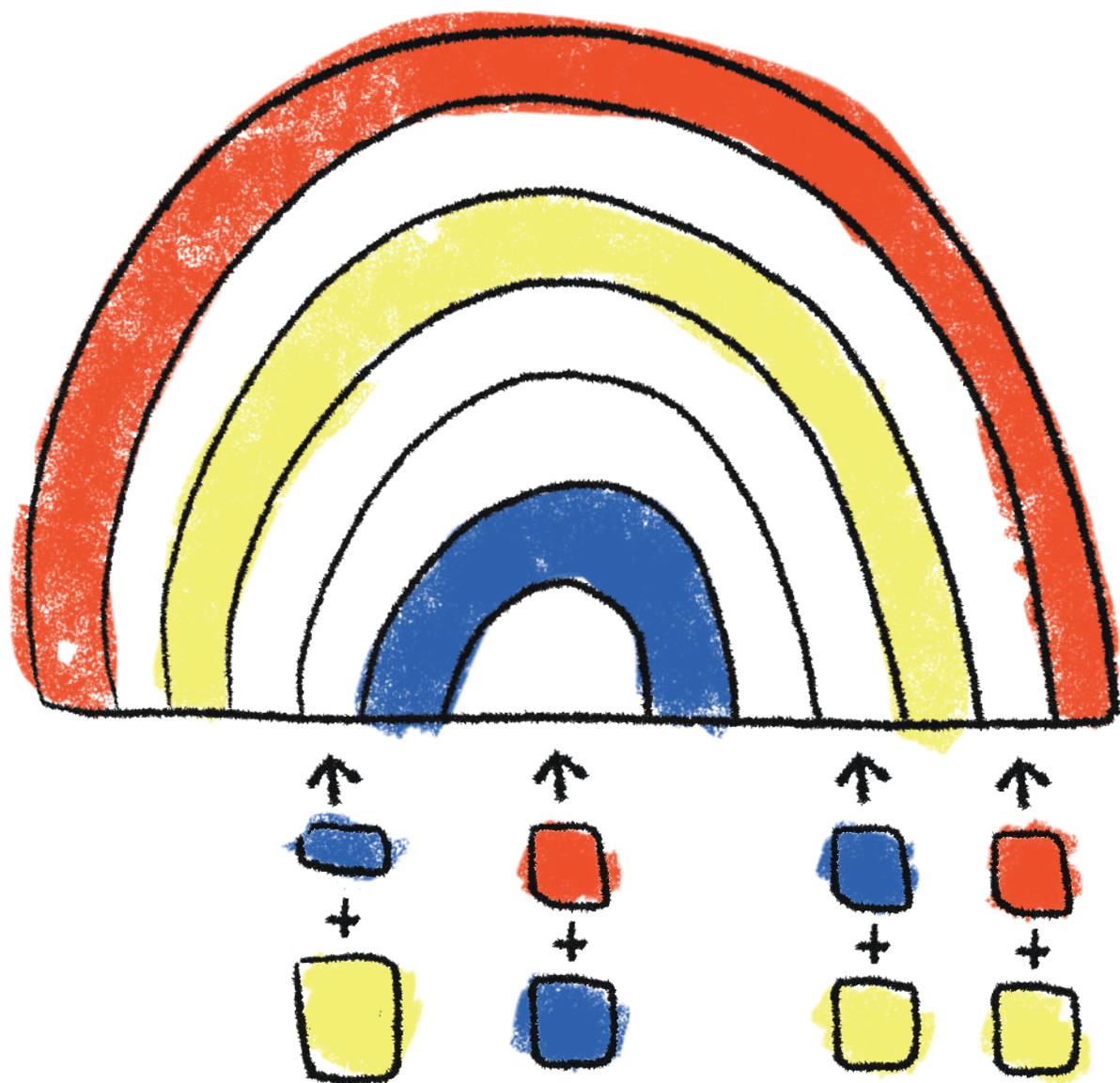
# 2021



# 美感專題 | 色彩 · 拼

物資預備：  
水彩（黃色、藍色、紅色）、  
調色盤及水兜。

孩子，邀請你用手指頭調混不同的顏色，以完成一道美麗的彩虹。



香港聖公會福利協會的幼稚園駐校社工團隊，特別為**本服務的幼稚園家長設立熱線電話**，家長在管教或家庭上有需要或困難，可致電本熱線作諮詢，詳情如下

**熱線電話：**51939481

**熱線時間：**星期一至五，上午九時至下午五時，公眾假期除外

若有需要，家長亦可聯絡你的駐校社工尋求支援或協助。

你們得力在乎平靜安穩。以賽亞書30：15



問卷：<http://bit.ly/3r64arZ>

## 第二十一期抽獎 | 幼兒劍擊體驗（6人）：

請填寫今期《偕同》問卷，填寫第21期至23期任何一期的問卷、分享希望參與是次體驗的原因，及成為《偕同》WhatsApp訂閱者，即可參加抽獎。得獎者可參與幼兒劍擊體驗一次，名額為6名幼兒，將於2021年4月1日第24期的《偕同》公佈得獎名單。

擁抱過程，  
從容學輸贏

