Haai⁴

Tung⁴

2021 九月

焦點主題 | 勇氣·POWER UP! 家校專題 | 我的勇氣法寶 愛孩子劇場 | 體罰

疑難解答 | 坐定定食飯 抽 獎 幼兒戶外歷奇 年度回顧|抽獎禮物及活動花絮







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

01-05 焦點主題

06-10 家校專題 我的勇氣法寶 愛孩子劇場



11-12

疑難解答

抽獎

年度回顧 抽獎禮物及活動花絮





↑有興趣的家長可掃瞄此QR Code或按 https://wa.me/85251939481 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9月第二十九期 策劃及編輯 : 黃若詩 陳美如 林麗君 黃惠婷 馬卓群 封面插圖、漫畫設計:TMY Illustration 設計排版 : 黃穎諮

編審

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



POWER UP

需要勇氣的時候



與家長或照顧者分離時感到焦慮

當孩子步入校園時看到家長或照 顧者離去,害怕再看不見他們而 哭泣或吵鬧。



怕在其他人前面講說話

當老師邀請孩子在一班同學面前 分享時,感到緊張,不敢看同學 和開口說話。



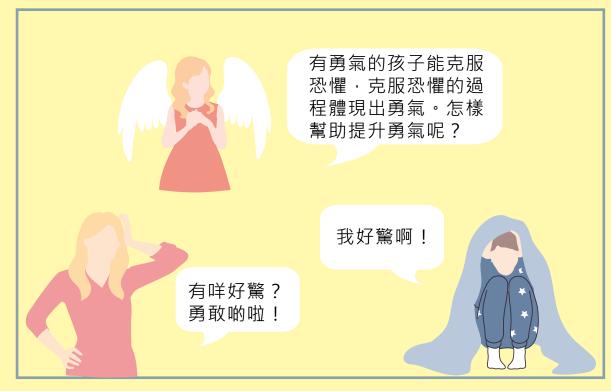
怕見醫生/牙醫

孩子不願意出門去看醫生,對於 治療過程感到擔憂,身體可能感 到痛楚。



怕黑或怕高

孩子擔心在黑暗的地方會有怪獸 出現傷害自己,在很高的地方(如滑梯)掉下而受傷。



勇氣是

遇到挑戰、威脅、痛苦或困難時,這股不畏縮的力量讓人們能克服 對死亡、危及安全的威脅,能面對負面情緒:例如不安和恐懼,為 正確的事或價值觀,表明意見。

勇氣的內涵包括

勤奮而用功地完成工作、誠實、真誠地說話和生活、熱情地懷著幹 勁做事。

幼兒階段,孩子正在發展能力感和自信心,在探索世界的過程中,家長的角色是成為孩子的安全堡壘(Safe Haven),讓孩子在安全的依附關係中成長,當中的要素是讓孩子感覺照顧者是容易親近,也回應孩子的需要(基本生理需要和心理上的情感撫慰),家長的一致表達也非常重要,真誠的正面回應讓孩子產生安全感,矛盾焦慮的反應則帶來不安和畏縮。

· 経資生金

北山堂基金。性格強項 勇氣(一) - 勇敢。

鄭安安(2017年1月)。嬰幼兒的依附關係與分離焦慮。臺大醫院健康電子報。







1傾聽孩子、陪伴並傾聽擔憂

當孩子有退縮行為時,可以了解他害怕什麼,以聆聽取代批 判孩子害怕的感受及行為,以身體接觸給予安全感,表達陪 伴。



2同理孩子、回應感受

孩兒表達害怕的感覺後,家長可以覆述其感受,讓孩子感覺被家長明白,從而建立安全感。家長也可教導孩子加強勇氣的方法,如教孩子勇氣口訣或自我對話、深呼吸、唱歌等,與孩子一同訂立加強勇氣的方法。



3親子閱讀

陪伴孩子共讀繪本,可讓孩子從故事中**學習如何面對及克服困難**,成為一個有勇氣的人。

繪本推介



勇敢小火車

内容簡介

從沒出過遠門的藍色小火車卡爾,為了幫媽媽的忙,決定勇敢跨出第一步,帶著貨運站長和媽媽給的三樣勇氣護身符,克服困難,完成聖誕老公公送禮物給小朋友的任務。



勇敢湯

內容簡介

害怕嘗試的浣熊哈林,受到大熊的鼓勵, 踏上了危險的路途,尋找勇敢湯裡最重要 的一樣配方,成為克服害怕的孩子!



小熊的勇敢飛走了

內容簡介

小熊的汽球不小心飛走了,勇氣會飛走嗎?小熊在克服恐懼,建立勇氣。

タ 開 容 料・

袁嘉華(2018年8月21日)。<兒童焦慮情緒與親子關係(一)安全親子依附關係重要性> 袁嘉華(2018年8月21日)。<兒童情緒健康與親子關係(二)回應兒童焦慮情緒及處理> 教育局(2020)。幼稚園教師說故事的策略和技巧。



親子閱讀 技巧

家長可使用對話式閱讀以提升孩子對繪本之興 趣,並擔當聆聽者及提問者的角色引導孩子投 入故事, 使孩子明白繪本帶出的訊息, 認識勇 氣的概念。

以下利用《勇敢小火車》一書,介紹 「CROWD」對話式閱讀法之技巧。



填充

利用形容詞等描述豐富句子。

Completion 例子:媽媽送了卡爾一個什麼徽章?

回想 Recall 幫助孩子回憶故事情節,加深認識。

例子:你記得剛才卡爾送貨時,做了什麼讓自

己沒有那麼害怕?

開放式問題 Open-ended **Ouestions**

開放孩子的思考空間去回覆回題。

例子: 為什麼媽媽會送卡爾一個勇氣徽章?

甚麼、何時 何地、為何

利用提問加深孩子對故事的記憶,提升對主題

的理解,有助實踐勇氣抽象概念。

What, When, 例子:卡爾在哪裡使用了媽媽教的勇氣口訣? Where, Why

例子:為何紅毛猩爸爸送卡爾一箱蘋果?

生活化問題 **Distancing** 把故事中的學習在日常生活中實踐。

例子:如果你害怕的時候,可以如何幫自己減

少害怕?



我的勇氣法寶

談起「勇氣」,你們會想起什麼呢?每 個人心中的「勇氣」可能都不一樣。今 期我們邀請了四位孩子及其家長,與我 們分享他們對於「勇氣」的看法。

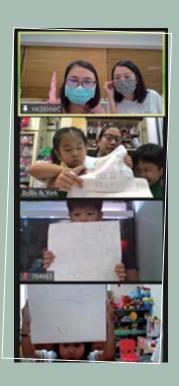
07 家校專題 —



- · 姊姊參加珠心算班, 初時哭泣, 後來克服困難。
- · 自己坐定定。
- · 大膽去做一些事。
- ·慢慢踏單車。

你做過最勇敢的事是什麼?

- · 在餐廳舉手。
- · 早上與人說「早晨」。
- ・玩滑板車・
- ·不「倒瀉」水。



我的勇氣法寶

- ·拖媽媽的手
 - 。媽媽回應:感到開心,多鼓勵孩子,有助孩子面對困難。
- ·大人拖著孩子的手,感到安心及被陪伴。
 - 。媽媽回應:孩子學懂踏單車(二輪)。初時 她較害怕,但之後母親調整難度、陪伴她, 鼓勵她,讓她循序漸進地學習,而她也不放 棄,最終能夠成功學懂。



- ·馬騮在吃東西及玩泡泡。假如「倒瀉」了水,可以拖地及穿拖鞋,不會跌倒;亦可以用手捧緊杯子。
 - 。媽媽回應:孩子初時不敢行較高或多石級的山,家長的鼓勵,孩子的勇於嘗試,讓孩子 獲得滿足感及成功感。現在孩子一次比一次 更想行山,行更難的山。



- · 薯片、玉子壽司、提子汁。(食物給予能量,可以增加勇氣)
 - 。爸爸回應:孩子之前不敢一人去學畫畫,有 食物的鼓勵後,現在較之前大膽。一次不成 功,亦會堅持去做。



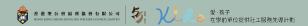
家長的感受或想法

- · 多鼓勵孩子,陪伴他們衝破關口,教他們不同方法,讓孩子知道「 父母在背後支持他們」及「家人永遠是他們的後盾」。
- · 多陪伴及安慰孩子,讓他們知道可以「一步一步慢慢黎」及「有好 多人陪住你」。
- ·讓孩子多嘗試,按孩子能力調整難度,讓他們循序漸進地進行活動。

小編感言

透過是次訪談,小編發現孩子在面對困難或認識「勇氣」上,正正透過觀察家長的榜樣和聆聽家長的日常教導,轉化成他們的「勇氣法寶」,幫助孩子克服困難,增加勇氣。小編欣賞家長的付出,也欣賞孩子的堅持不懈。















可以慢慢教



想大家開心食餐 安樂茶飯,點做好?





肯跨1,









編者的話

體罰如

打手板,堂明

「日常瑣事而已, 有時候真的不需要那麼勞 氣↓」

「打在你身, 痛在我心!」

方法一和方法二或會對孩子造成的難以抹去 的身心傷害, 更破壞親子關係, 並不是有效 管教方法。

你覺得生氣的時候, 喝杯水, 休息一下, 這 是善待自己的方法。

停一停, 想一想, 看看孩子的表情, 聽聽他 /她的表達, 想想他/她內心的渴望。

我們深信孩子的能力和不同行為習慣, 都可 以透過不同的教導方法調整, 同時, 正面的 親子關係正推動著孩子的進步。想找到對焦 管教的方法?找駐校社工談一談吧!

漫書語音

請以手機掃瞄以下QR CODE收聽。



https://bit.ly/3kTEVYM

坐定定 食 飯



疑難解答

孩子在家吃飯很慢,吃飯中途有時會走開,怎麼辦?

每個孩子的發展及個性都不一樣,建議家長先了解孩子進食慢的原因,再對症下藥。以下是一些建議解決方法:

- 1 配合孩子的口腔動作發展,提供適齡餐食,包括食物硬度、大小等。
- 2增加孩子用餐時的專注度,減少電視、玩具的干擾。
- 3 定時用餐時間,正餐相隔四小時,讓孩子有餓的感覺,促 進食欲。
- 4 兩餐之間避免提供果汁,口渴時只提供水。
- 5 建議實際用餐時間二十至三十五分鐘為宜。若超過這個時間,建議家長可收起食物,以行動表達家長要求。
- 6 家長決定用餐時間、地點,但吃多少由孩子決定,以免造成反效果。
- 7 用餐時每次以少份量,重複給予,讓孩子食得輕鬆,減少 壓力。
- 8 給孩子一兩種選擇,嘗試把不同種類食材配搭得美觀又好味道,讓孩子享受吃飯的樂趣。
- 9 使用固定用餐位置,避免跟著孩子遊走及餵食。
- 10 與孩子建立明確規則,如完成用餐後孩子需先告知家長 :「我食飽啦。」並得到家長同意才可落地。若孩子挑 戰家長底線時,家長需要堅守原則,並給予合理後果, 如:只作兩次提醒,如仍自行離開座位,便會收起餐具 ,不可再食/飯後不可食甜品。

參老資料:

- 1. Mombaby(2018年)。《孩子吃飯好慢、怎麼辦?醫師教你八大祕訣》。取自:https://www.mombaby.com.tw/articles/12218
- 2. 衛生署家庭健康服務(2013年)。《孩子食得慢怎麼辦》。取自: https://www.fhs.gov.hk/tc_chi/health_info/fag/child_health/GN1_2_4_1.html



抽獎 幼兒戶外歷奇

填寫《偕同》今期的問卷,即可參加抽獎,得獎者可獲體驗「戶外歷奇」活動一次,名額為5名幼兒,將於2022年1月1日第30期《偕同》公佈得獎名單。 備註:抽獎活動只適用於現就讀愛孩子駐校的學前單位

抽獎及年度回顧 活動花絮及抽獎禮物

2020至2021學年抽獎禮物回顧:大肌玩具及音樂工作坊親子同體驗不同樂器和音樂相關的藝術媒介,大人和孩子也非常投入呢!





十分高興,家長和我們分享孩子享受體能玩具之樂趣!(抽獎禮物)







