



創刊號
(2010年9月)

家點愛

愛分享

5分鐘的閱讀，為你和
孩子帶來一生的幸福！

查閱《新華字典》，「家」字解釋為「共同生活的眷屬和他們所住的地方」；既然是與親人一起居住的地方，這地方必定充滿愛與關懷。而一個充滿愛與關懷的地方，定必培養出充滿關愛的孩子。寥寥數字，帶出了培養孩子的重要元素，但在現實生活中，談何容易？

近年香港屢次出現虐兒慘劇，引起大眾的關注。根據香港社會福利署中央資料系統提供的數據，虐待兒童個案由1998年的409宗增至2009年的993宗，增幅超過1.4倍，數字的升幅，實在告訴我們，今日香港的家長，在照顧及管教子女方面，可能面對很大的壓力及困難。有見及此，我們期望建立一個與各位家長同行及交流的平台，好讓大家能更有力量，為自己的家，加多一點愛，而《家點愛》就在這個夢想下誕生。

在過往的輔導經驗中，我們發覺家長管教孩子，往往會以「補救」的角度出發，與我們見面時，總是訴說一大堆「阿仔阿女的問題」，但問題的出現，往往是冰封三尺，非一日之寒，因此，《家點愛》嘗試從「預防」的角度與大家交流培育關愛孩子的原則，並透過心靈小品與大家進行反思，一同為孩子建造鞏固的成長地基。

愛漫遊：5E的秘密

老師：小明今日又同人打架喇，張生張太，我希望你哋可以注意下佢嘅社交問題。

小明

父母

李老師，我打同勸都試過，唔知點解佢教唔聽...

關愛=懂得為人着想
+
幫助及理解別人
+
願意關心別人

你們有遇過以上的情境嗎？其實培育孩子，除了學習方面，品格的培養亦十分重要，而要培養孩子良好的品格，就要從關愛開始。

你哋可以用「5E」品格教育法！

究竟點樣先可以培養佢關愛的品格呢？

Example

以身作則

Explanation

清楚解釋

Exhortation

積極勸勉

Environment

正面環境

Experience

生活體驗

5E是由美國波士頓大學教育家瑞安(Kevin Ryan)所提出嘅品格教育法。今期先為大家介紹**以身作則**及**清楚解釋**兩大原則。



以身作則(Example)

父母是孩子成長過程中第一位，亦是最親密的一位教師。所謂「身教重於言教」，父母一言一行都是孩子的榜樣，對孩子的行為與想法有深遠的影響。試想想以下的情境：

在地鐵上

唔！有位啫！



如果你選擇.....



如果你選擇.....



你的孩子便學會.....

好彩我身手敏捷。



多謝!



媽媽教我應該讓座給有需要的人。



你就是孩子的一個榜樣，如果你以責打方式管教，孩子便學會以暴力來解決問題。



原來孩子會在不知不覺間模仿我們待人處事的方式，所以我們應注意自己的言行舉止。但倘若孩子犯錯，我們應該怎麼辦？

那就用原則二的：「清楚解釋」



清楚解釋 (Explanation)

「愛之深，責之切」當家長發現孩子犯錯時，豈會袖手旁觀？但為何有時家長多番「教導」後，孩子仍會重覆犯錯呢？原來竅門在於孩子是否真正明白問題所在、後果及其背後意義，而非單靠背誦一些規條及父母的訓話。家長可嘗試以清楚解釋四步曲來改正孩子的問題：

步驟1 先冷靜自己，例如：深呼吸、洗臉、飲水



步驟2 取得孩子的注意



小明，我有說話跟你說。

步驟4

建議正確的解決方法

如果你覺得弟弟做錯，你有兩個方法：
1. 話俾佢知佢做得唔啱嘅地方
2. 話俾媽咪知，等媽咪教佢
又或者你諗唔諗到第三個方法？

我可以原諒佢，因為
佢可能係唔小心啫。

很多時孩子犯錯是因為不懂使用其他的方法處理問題，因此家長可提供最少2個建議給孩子，甚至讓孩子想出正確的行為，效果更理想。

步驟3

簡單、清楚地解釋問題所在

即使弟弟做錯，我哋都唔應該打人，因為咁樣會傷害到自己和其他人，係解決唔到問題嘅。

記緊簡短直接
切忌過份冗長

明白晒喇！

下期我會繼續為大家介紹其餘的三個E：包括積極勸勉 (Exhortation)、正面環境 (Environment) 及生活體驗 (Experience)，請密切留意！

愛思想：家庭幸福多少少

若要家庭幸福，須遵守下列二十多、二十少的原則：

多笑容，少忿恨	多開懷，少愁煩
多欣賞，少挑剔	多理智，少意氣
多讚美，少責罰	多善意，少惡意
多感恩，少批評	多肯定，少否定
多簡樸，少奢侈	多珍惜，少吝嗇
多啟導，少干預	多身教，少言教
多用心，少操心	多放下，少執著
多對話，少對罵	多回家，少逛街
多音樂，少電視	多攀山，少商場
多走路，少坐車	多say yes，少say no



當父母常保持開朗的心情，用心教兒女而不是操心、煩心，每天把愛心存入孩子的「生命戶口」，使他們真正體驗父母的愛心，這樣孩子與父母的關係自然密切，隔閡減少而溝通增加。家庭幸福多少少，讓我們齊心努力，以愛心灌溉家園，孩子一生必蒙福。

文章節錄自 吳思源 (2003). 教孩子創造未來 香港：次文化有限公司

1. 試想想，你每天是懷著怎樣的心情與子女相處？是輕鬆、開懷？還是煩心、執著？這心情如何影響你與子女的相處？
2. 你有什麼方法把愛心存入孩子的「生命戶口」？試與其他家長分享吧。

 **香港聖公會小學輔導服務處** 

電話：2174 6077

傳真：2172 6877

地址：九龍觀塘月華街和樂邨居安樓601-617室

電郵：pscs@skhwc.org.hk 網址：www.skhwc.org.hk/pscs

督印：姜彩燕

編輯：譚芷筠、符燕茵、陳惠珍、羅碧瑩、蕭佩琳、俞秀冰
張綺茵、梁家慧、陳鳳芷、方梓然、梁凱琴、文瑞英

出版：2010年9月(電子刊物)

