

“子女好與壞，在乎溝通與關懷。”一句簡單的廣告語，闡明了溝通的重要性。親子之間，先有溝通，方能育人。

“溝通”是指“彼此間意見的交流或疏通。”這代表溝通必須是雙向的意見和想法交流，“我不知道孩子在想甚麼”是很多父母最常遇到的難題。當無法有效地進行親子溝通時，家長和孩子就會變成最親密的陌生人。因為不知道如何改善關係，只能夠用猜測來解讀對方的想法，這是造成親子關係疏離或引起衝突的開端。

### 營造輕鬆的聊天氛圍

好的氛圍是打開溝通大門的必要條件。家長可以試想想：同一句話，在不同氛圍中會令人產生哪些不一樣的感覺。溝通前要先讓孩子心情放鬆，有輕鬆的聊天氛圍。



### 用心傾聽，讓孩子感受到家長的重視

沒有人喜歡談話時被忽視或被敷衍。孩子願意和你分享時，請把握機會，放下手上的事，將注意力放到孩子身上，好好聆聽孩子的訴說，做一個好的聆聽者，讓孩子感覺被重視。

### 試著理解，站在孩子的角度思考

孩子遭遇挫折或犯錯後，不要第一時間否定或說教；而要請孩子大膽說出自己想說的話，認真聆聽完，再站在孩子的角度思考，引導和安慰孩子。不要急著指責或解決事情，否則很可能帶來反效果。



### 肯定孩子的喜好

父母常常以自己的認知去評價孩子的興趣，對於不瞭解的事就通通否定。其實只要避免不良嗜好，鼓勵他們培養多元的興趣，絕對是有助於孩子成長和釋放壓力的。

如果家長還在為親子關係感到苦惱，不妨嘗試上述的溝通技巧。

撰文：中學駐校學生輔導員黎永富、黃倩雯、林彥明

## 親子活動

為了讓幼兒體驗集體生日會的快樂，增添童年歷程的美好回憶及感恩父母，幼稚園每學年均分期分批舉辦感恩生日會。2022年11月25日舉辦本學年第一次生日會。8月至11月生日的小壽星們伴著生日快樂的音樂緩緩入場，笑意滿滿地接受大家的祝福。小壽星們精心準備了律動表演送給自己的父母，感謝他們的陪伴與照顧。

2022年11月26日幼稚園組織了“歡樂親子遊”活動。老師帶著孩子們和家長在紀念孫中山市政公園裡拍攝大合照，孩子們為父母表演律動及合作進行親子遊戲，最後各級分別安排親子小任務讓孩子們和家長完成。孩子們一直興致高漲，活動結束也不捨得離開。這次親子遊活動開拓了孩子們的視野，在感受大自然神奇魅力的同時，也豐富了孩子們的課外知識。

2023年2月18日幼稚園舉辦“廣大童心親子運動會”。幼稚園儀仗隊及幼兒律動操表演正式拉開親子運動會的序幕。隨後幼兒與家長一起進行彩虹傘遊戲，校園裡瞬間開出一色彩絢麗的花。教師們精心設計的各項運動遊戲，讓幼兒充分展現不同的運動技能，讓家長充分瞭解幼兒的體能，亦為幼兒與家長創造良好的合作機會及回憶。



微信公眾號



Facebook



IG

22

23 第3期

## 親師合作

為了提高家長對情緒的意識和認知，幫助家長瞭解孩子行為背後的動機和目的，有效化解親子間的情緒問題，本校小學部於2月18日舉辦了“戒吼爸媽有要訣”家長講座。

透過情緒分析、個案分享，讓家長明白必須從孩子的角度看問題，透過現象瞭解孩子的心理問題；也要調整自己的情緒，採用合適的方法。這樣才能達到親子關係與管教目標的雙贏。



## 家長會

本學年首次家長會分別在各校部分三場召開。

陳建邦校長致詞感謝家長對學校的支持，表示學校會持續改革教學管理，改善校園設施，讓學校充滿愛與關懷；並寄語家長要多陪伴子女，家校配合，促進孩子健康成長。宋敏副校長感謝家長對學校的信任，表示學校的團隊富有愛心，會讓孩子的校園生活舒心。各校部主任則分別介紹了學校的辦學特色，以及學年發展重點與計劃。

之後班主任分別向家長介紹新學年各年級的主要工作，並與家長進行座談，共議促進孩子健康成長的良方。是次家長會，家長出席者眾，親師溝通順暢，為日後家校有效合作奠定了良好基礎。



## 家教會2022/2023學年架構

架構	職位	教師委員	家長委員
理事會	顧問	陳建邦校長 宋敏副校長	----
	會長	----	譚德成先生
	副會長	岑麗燕主任	----
	理事長	陳志文老師	----
	副理事長	----	許汝燕女士
	學術	王景琛老師 施娜娜老師	陳永福先生 陳小慧女士
	財務	吳麗芳主任	庄雪蓉女士
	秘書	伍寶怡老師	王慧燕女士
	康樂	林俊堂老師 曾衍峰老師	花巧宜女士 張美女士
	公開	張婉媚主任 陳玉梅老師 吳惠嫻主任	周麗柳女士 黃瑛瓊女士
監事會	監事長	周麗輝主任	----
	副監事長	----	徐浩玲女士
	秘書	----	陳熾熾女士



## 家教會活動

我校於2022年11月12日中午假富豪酒家舉行本學年家教會工作會議。是次家教會工作會議的主要內容是公佈本學年家教會架構以及84周年校慶活動安排等，互相分享教育理念，凝聚共識。大家言談甚歡，討論熱烈，促進了彼此溝通。

而2022年12月10日在中學部舉辦了“校慶活動暨中華文化嘉年華”。本年加入了家教會負責的“凝香居”攤位，由準備工作至現場執行，皆由家教會成員負責，充分展現出家教會的團體合作精神。各攤位前排起了人龍，學生積極參與，寓學於樂，收穫豐富。



## 親子資訊

親子關係中，必須有相互理解、尊重的基礎，才能有良好的互動，進而達到深層次的溝通與關懷。本會訊為家長提供不同學齡的親子互動資訊，有適合低年級學生的親子遊戲，亦有讓家長瞭解青春期學生思想的影片。除此之外，本校亦向各位推介澳門親職教育中心。該中心提供適合不同年齡學生的親子活動，出版適合家長閱讀的刊物，為親子教育提供許多資源。

願每位家長都能與子女保持良好的親子關係，並將家長良好的品德潛移默化到子女身上，育己育人。

### 幼兒



和孩子一起完成的100件事情 #一起玩親子遊戲

### 初中



【今周刊】說沒兩句就吵架？親子都該上的一堂溝通課

### 高中



跟爸媽溝通總是讓你心很累嗎？來試試溝通練習吧！

### 親職教育中心



《家長百分百》第六十五期 心情有方