



家長通訊

二零二五年九月份

地址：九龍城農圃道十一號帝庭豪園地下
電話：2246 8234
傳真：2246 8136
電郵地址：farmroad@ymcahk.org.hk
網址：<http://www.ymcahk.org.hk/cnsfr/>



九月份活動表

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1	2	3	4	5	6
	← 學生暑假 →			<ul style="list-style-type: none"> • 開學日 • 帶鞋及鞋袋 		K2及K3新學年家長會
7	8	9	10	11	12	13
					<ul style="list-style-type: none"> • K2,K3派被袋 • 全校派鞋袋 	
14	15	16	17	18	19	20
				K3參觀警署	<ul style="list-style-type: none"> • 家長燈籠扎作工作坊 • N1,K1舊生派被袋 • 全校派鞋袋 	
21	22	23	24	25	26	27
		K3「好動幼兒」體適能測試（前測）		K3參觀消防局	<ul style="list-style-type: none"> • K2,K3派被袋 • 全校派鞋袋 	
28	29	30				
	收手冊	升國旗				

9月份通訊

1. 請於9月1至5日期間透過GRWTH電子收費平台以轉數快方式繳交九月份學費及膳食費用，各班學費如下：

N1：\$3,657（如沒有申請社署\$1,000家長津貼者，學費為\$4,657）

K1-K3：\$1,305

2. 舊生請於9月4日（四）將上年度之拉鏈功課袋及學生證帶回學校，以讓學生於本年度繼續使用，敬請留意。

3. 為讓家長更了解學生的學習內容，各班將安排於星期六上午舉行新學年家長會，舉行日期如下：

K2及K3班：9月6日（六）

N1及K1班：10月18日（六）

請家長預留時間出席，詳情請留意稍後派發之通告。

4. 歡迎家長向學校了解日常事務、子女在校的情況等，聯絡方法如下：

- ◆ 一般校務、請假、學校活動、學費等，可於辦公時間內（上午8時30分至下午5時30分）聯絡本校職員。

如了解子女的學習情況、家課、課堂活動等，可於星期一至五下午1時30後聯絡班老師。

9月份「大哥哥大姐姐計劃」

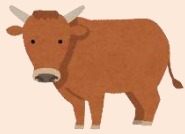
日期	K3班協助學生
4/9-12/9	廖承浚、黃晞妍
15/9-19/9	陳芊羽、韓子軒
22/9-26/9	黃一心、葉紫妮
29/9-3/10	巫凱婷、阮嘉雯

當值的大哥哥大姐姐請於上午8時15分或之前回校

5. 9月26日(星期五)為九月份生日會，家長可為生日的幼兒預備生日蛋糕與小朋友分享，如家長安排帶蛋糕，請於當天早上10時30分前交回學校。由於雪櫃容量有限及確保食物衛生，三維立體的大型蛋糕及雪糕蛋糕均不適合於校內分享，敬請留意。如有任何疑問，可向校方或班主任查詢。



校園樂嬉嬉 ~ 學校生活



12生肖彩繪活動日



校園樂嬉新 ~ 學校生活

N1



校園樂嬉玩 ~ 學校生活



校園樂嬉新 ~ 學校生活

K2



校園樂嬉新 ~ 學校生活

K3



參觀海洋公園



THANK YOU





撰文：樂善堂梁黃蕙芳紀念學校前校長伍家珍女士

幼兒的耐性總是較低，難以容忍等待。自我控制能力是一個個體在沒有外界監督的情況下，適當地控制和調節自己的行為，抑制衝動與堅持不懈地保證目標實現的一種綜合能力。它是建構自我意識的重要成分，是個體走向成功的重要心理素質。

「媽媽，我現在就要到公園去，現在就去，我不要等啊！」為甚麼「等待」對幼兒來說這麼困難？為甚麼當父母在打電話、在超市購物排隊或為客人準備飯菜時，兒童的耐性總是這麼低呢？

等待是孩子成功的印記

20 世紀 60 年代美國心理學家米歇爾教授進行了一個軟糖實驗。他把一群年約 4 歲的孩子帶到一間陳設簡陋的房子，然後給他們每人一顆非常好吃的軟糖，同時告訴他們，如果馬上吃軟糖，就只能吃一顆；如果 20 分鐘後再吃，將獎勵多一顆軟糖，總共可以吃到兩顆軟糖。在米歇爾離開後，有些孩子已急不及待把糖吃掉；而另一些孩子則耐住性子、閉上眼睛或頭枕雙臂作睡覺狀；也有孩子用自言自語或唱歌來轉移注意，消磨時光以克制自己的欲望。通過觀察，米歇爾發現有三分一的孩子馬上吃糖果，有三分一的孩子則一直等米歇爾回來，兌現額外獎勵後才開始吃，另外三分一的孩子一開始堅持，但後來卻忍耐不住放棄了等待。

米歇爾繼續追蹤研究參加這個實驗的孩子們，直到他們高中畢業。追蹤研究的結果顯示，當年馬上開始吃糖的孩子在青少年時期表現得缺乏自信，與同齡者相處不好；等到最後才吃糖果的孩子則交際能力強、有主見且學業出眾。「等待者」較「不等待者」的考試成績平均高出 210 分。實際結果說明，能等待的那些孩子，其成功率遠遠高於那些不能等待的孩子。就上述實驗，米歇爾提出了「延遲滿足」這個概念——能夠堅持等待就是能夠延遲滿足，具有延遲滿足能力的孩子在成人後較容易獲得成功。

讓嬰兒學習等待一會

忍耐不是孩子與生俱來的東西，但它可以通過學習來掌握。孩子學習忍耐前必須具備「估量、理解時間的能力」和「領會因果的能力」，然後我們才可以培養忍受挫折和延遲滿足的能力。

零至 18 個月的嬰兒只有兩三分鐘的忍耐力。即使如此，我們也必須讓新生嬰兒學會等待一會兒，鼓勵嬰兒忍耐是從簡單地告訴他開始的。當他聽到您的說話，他就會開始考慮稍後將出現甚麼，因此父母可以一方面為嬰兒預備他的需要，一方面用說話描述您為他預備了甚麼。當幾個月大的嬰兒聽到您的說話，他便會停止煩躁以此表明他已經懂得你的說話，因為語言聯繫著因果思維，所以它幫助嬰兒學會延遲滿足。

成為孩子安全的依附對象 親子互動尤其重要



撰文：家庭動力個人、婚姻及家庭治療師呂淑晶女士

俗語有云「三歲定八十」，西方亦有 “The future is now” 的說法，可見中外父母都有相關的育兒經驗，認為幼年時期是塑造孩子健康成長的黃金階段。很多父母都明白自己是影響孩子成長的關鍵人物，孩子會耳濡目染，所以自己要以身作則，從少開始管教他們。筆者認為父母都把焦點放在管教子女的行為上，而近代醫學、科學、心理學和幼兒發展的研究之中，均指出父母與子女的互動和關係才是影響子女成長的基礎。

「依附理論」研究清楚告訴我們，早於孩子在 0 - 18 個月，父母或主要照料者，已跟孩子形成一個影響一生的關係模式，將會承傳一生。安穩的依附關係一旦建立，就好像建立了一個安全基地，可以有效面對日後動盪不安的處境和建立美滿家庭關係的能力。相反，一旦建立不安全的關係模式，對嬰兒日後的成長，情緒處理和家庭關係都會帶來負面影響。

能否建立安穩的依附關係模式，關鍵在於孩子在 0 - 18 個月時，家長們可以根據以下建議建立安全的依附關係：

可經常親近孩子，特別是在孩子有需要的時候，例如哭泣時會見到父母在安慰自己，讓孩子知道您常在他們身邊。

在親子關係投入情感，令孩子知道您喜歡跟他們在一起，對他們有興趣，而不會老是專注自己的工作。所以父母需要不時與子女玩耍，增加親子互動和交流。

父母能夠敏銳回應孩子的情感需要，因為孩子不單只是需要您滿足他們身體溫飽的需要，而是更加需要您去關心他們的情緒，幫助他們表達和回應，尤其是負面情緒。當子女手舞足蹈或笑嘻嘻時，您會幫他們說：「BB好開心！好興奮啊！」當孩子不安或哭泣時，您會抱起他們，並給予保護和安慰；當他們長大些的時候，會有更複雜的情緒，例如擔心、害怕、憤怒、挫敗和羞愧，家長更需要鼓勵和幫助孩子表達，縱使他們的負面情緒可能跟您們有關，亦要給予一定程度的肯定和疏導。

筆者處理不少家庭個案，孩子們都是聰明乖巧和成績優異，卻在情緒上受到很大的困擾，他們的父母認為自己以身作則，愛惜孩子和踏實工作，不明白孩子怎麼會有情緒問題？倘若他們細心觀察自己與子女的「依附關係模式」，看看自己和子女是否經常親近、情感是否投入，以及能否滿足孩子的情感需要，就會不難找到問題的核心所在，從而幫助父母與子女重建安全的依附關係，讓孩子得到依賴，建立成長的基礎。