

副主席 分享

‘橋’的意思，我的理解是：溝通和關係。古人有謂『修身、齊家、治國、平天下』，溝通的技巧，相信亦應該由家庭開始。在家庭中，我們每天都在不知不覺間學習，學習做不同的角色；十年前學做 BB 的媽媽，幾年前學做小朋友的媽媽，今日就要學做青少年的媽媽，他日還要學做外母、家婆、外婆...等等。與子女的關係是否良好，其實在於與他們小時候有否良好的溝通開始。因此在不同的時間，去做好不同的角色，實在談何容易。過去十多年的生活點滴中，有過不少的感受和體會，現在嘗試和大家分享一下。

記得十多年前的一個晚上，當時我的囡囡還是三、四歲，我正在廚房準備晚餐，一不小心，幾滴滾油彈到我的大腿上，頓時痛得大叫起來，囡囡聽到就走到廚房門口，看見我就說了一句‘抵死’，當時我的心比我的腿還要痛，很想伸手就去‘教訓’他，但我還算是一個處事冷靜的人，盛怒之中，心裡數了十下，之後我在想：『為什麼不善辭令的他，居然說出這句話？』我突然醒起，原來每次當囡囡跌倒之後，我一邊扶起他，一邊對他說的第一句話就是‘抵死’，這時我才感受到‘抵死’這句話是何等的無情和難受。自此以後每當他跌倒，我第一句會先問問他：『你怎麼啦？痛不痛呀？』忍不住才跟著說‘抵死’。後來有一次我和他在繁忙的街市走過，我被一輛手推車輕輕撞了一下，我的囡囡就立即對我說：『媽咪，你怎麼啦？痛不痛呀？』這樣的問候語，感覺是多麼溫馨和充滿暖意。原來書本所說，身教比其他的溝通方法來得見效和直接，的確是正確無誤的。

又在兩年前，我報讀了一個全日制的電腦課程，當中不少同學都是十來廿歲的青少年，我結識了其中兩個‘小妹妹’，我們每天都一起吃午飯，一起聊天。她們的語言似乎跟我不一樣，什麼‘超好玩’、‘勁多’、‘你坤我呀’...但其實又很熟稔，這正是囡囡常常說的‘口頭禪’，當每次聽到囡囡對我這樣說三道四的時候，我會覺得她很幼稚、很無聊，我的反應不外乎回應一句‘唔’‘呵’‘是嗎？’但後來我反省到，對待同樣都是‘年輕人’的朋友，正因我視她們為朋友，我可以去適應、去聆聽、去用耐性跟她們聊天。但我對待子女，只會要求他們待我像朋友般，事事向我傾訴，相反地，我又為何不能待他們像朋友般，付出多點耐性和包容，每天跟她聊一餐午飯時間的天呢。

孩子還小的時候，一次丈夫拖著兒子說道：『前面就是‘麥當當’啦！』兒子說：『我看不到。』爸爸就會說他：『嚟大個招牌都看不見，真咋！』然後我們嘗試從兒子的高度看看，原來真的看不到。其實我們有否想過，若縮矮至他們的高度，又或者抱起他們，我們就可以嘗試在同一個世界裡去感受事物，這樣的溝通自然就‘事半功倍’了。子女們看事物，往往只會從他們年青人的主觀角度去看，使我們不知怎樣去應付。但我們可以這樣想：我們也曾經歷過年輕的階段，不如嘗試用年青廿年的心境與子女溝通，這樣一來，既然大家都是年青人，溝通還會有問題嗎？

家長們，相信你們在教養孩子的生涯中，經驗和體會一定不會比我少，一些值得分享或令人感動的故事，不如寫下來，將稿件投入家教會的信箱，透過‘橋’這刊物，與大家一起分享吧。

橋

第五期

二零零四年四月版



田家炳中學
家長教師會

黃雪芬副主席

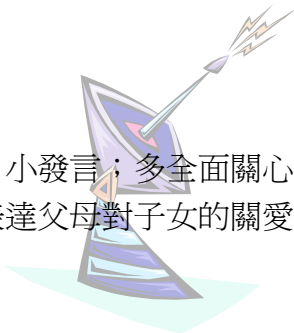
心的親職

常聽到不少父母指現今的親職工作充滿挑戰，親職路常是崎嶇不平，舉步維艱！這會否是親子關係強差人意之故？以下為您介紹一條有效建立親子關係的方程式，希望有助您建立理想的親子關係。

親子關係方程式 (C.A.R.E)

Communication (溝通)：

家長於親子溝通中，切記多聆聽，小發言；多全面關心子女成長情況，而不是只集中於子女的學業成績；更重要的是於溝通中表達父母對子女的關愛；而父母真誠地聆聽子女的心聲，更是建立良好親子溝通的必須條件。



Acceptance (接納)：

父母有否因一句話批評的說話，便引起子女負面的回應，甚或引致親子衝突？這往往是父母與子女於觀點和標準上出現分歧，父母不妨先以接納的態度了解子女的行為的動機，當子女感到父母的接納，親子溝通的大門便同時打開了。

Respect (尊重)：

父母對子女表達尊重（特別是子女與朋友一起時），使子女也學懂尊重父母。父母發掘子女的長處和強項，尊重子女的獨特性，不將子女與他人比較，可使子女感到父母的認同，也有助建立子女本身的自尊感。

Empathy (同理心)：

面對子女「另類」的行為或鬧情緒時，父母需設身處地體會他們的感受和需要，也應明白到他們需要具體的指引和空間來處理自己的情緒；父母若能先掌握子女的感受和需要，了解其行為及情緒背後的原因，從旁作出引導，子女才會願意打開耳朵，聆聽父母的意見。

結語：

和諧美好的親子關係不是與生俱來，更不是一朝一夕便能建立；而是透過不斷的探討和實踐，經過漫長時間的互相付出和體驗的成果。期間，父母需付出不少時間、精神、耐性和作出一定的犧牲，但假以時日，必會得到期望的回報。

燒烤晚會



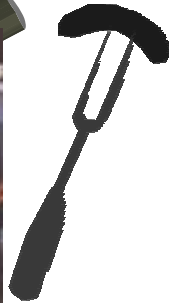
本來是和女兒一起參加的燒烤晚會，由於女兒突然身體不適，只得我獨個身赴會，帶着頗尷尬的心情參與，但原來得一個人都不是一件寂寞的事。咀裏不是管着吃東西就是與家長們談談笑。倒是忙得停不了。加上燒烤的時間頗為緊張，在預定時間內，不停的燒，終於完成了任務——「燒完了一包燒烤包」，那天晚上的收穫除了一頓美味的燒烤餐外，還有兩份令人喜出望外的抽獎禮物呢！

黃雪芬女士家長

進來田家炳第一次參加家長教師會的活動，雖然當天我的家長因太忙沒有時間去，但我跟我的同學們也玩得十分高興。這次燒烤活動，令我第一次有機會去田園的燒烤場，令我更加難忘。我們在燒烤前，黃燕貞老師準備了一些球類給我們最後玩，希望家教會再有更多好活動！

周美賢同學

活動花絮



今晚是我第一次參加田家炳中學舉行的活動—燒烤。首先，我們到禮堂玩一些遊戲，接着便燒烤。燒烤期間，也有幾次抽獎，除了燒烤，我也有做幫手。雖然今晚有點累，但十分開心和難忘

何穎詩同學

田家炳中學家教會在二〇〇四年一月十六日星期五晚上，舉行了一個燒烤大會。這次活動能夠如期舉行，感謝天工造美；白天還下着微微細雨，到了最尾，雨停下，還吹起冷風來。當晚，大約有 80 多人在操場上的一角起了六個燒烤爐；十幾個人圍着爐邊，一面燒烤，一面說笑，一點也不覺得擁擠。大家除了享受美味的食品外，還得到校長，老師與及正，副家教會主席為我抽獎，獎品豐富。眷戀着幸運兒是來自兩個家庭，四個成員出席竟然得到五份獎品之多，實在很難得。在歡樂氣氛下，大家經過互相交談認識後，不知不覺地就讓時間匆匆地溜走去，加上燒烤的食品都吃完了，大家先把地方完全清理過後，都帶着依依不捨的心情回家去。

胡瑞玲女士 家長



新春盆菜宴



二月十六日（農曆正月十六）晚上，參加了家長教師會主辦的新春盆菜宴，延開六席，在偌大的禮堂顯得有點『冷清』（因為當晚氣溫寒冷）；加上擅於營造氣氛的黃燕貞老師因身體不適缺席，有些節目被迫取消；本以為只是來吃頓晚飯而已，誰知道氣氛卻來得意外地……。

打頭陣的小型抽獎，每桌皆有幸運兒中獎，引發一陣哄動。接下來的主角『盆菜』質素一點也不賴，只是在禽流感的陰影下，沒有了雞鴨，滿滿的都是豬肉，吃不了多久，已經要稍事休息，才能繼續作戰，但始終未竟全功，有點可惜。一邊吃，一邊聽葉副校長、李主任和家長們細說當年，由穿膠花，剪線頭的家庭手工業，談到工廠生涯的艱苦歲月；用稀飯當作漿糊貼揮春的軼事勾起我的童年回憶，想不到我們都是相近的年代出生及成長，一剎那大家的距離拉近了許多。同桌的學生猶如上了一課香港史，明白自己是生活在一個幸福的年代，應要懂得珍惜。

壓軸大抽獎為當晚宴會畫上完美的句號，捧着抽回來的套裝毛巾，心裡想着：『明年的盆菜宴一定要再來！』。

林漢昌老師



賣旗活動



上陣不離「母女」兵！



在三月二十日那天，我第一次做義工，便是賣旗。我還未試過賣旗之前，我已經很喜歡賣旗了。因為每次的星期六，我也會專程走下街去替人買旗，我覺得這件是十分快樂的事情。

那天，我終於能自己和媽媽在街上賣旗了。在賣旗的時候，我也見到我的同學，我看見她們已經買了旗，但她們也向我們買旗，令我和媽媽也開心得貼了很多旗在她們身上。

如果下次還有機會，我一定參加，享受賣旗的樂趣。

宋穎詩同學

老友去賣旗，唔幫襯至奇！



多謝家長的參與!

