



中華基督教禮賢會香港區會

The Chinese Rhenish Church Hong Kong Synod

幼兒教育

聯校通訊

2024-2025 年度 第二期



畢黃燕明校董 分享

大家好！感謝主，給我機會在去年加入禮賢會幼兒教育服務工作，讓我在退休後仍可加入教育行列，讓自己多年來累積的工作經驗和體會，不但能與各校董和校長交流分享，且能使自己對香港教育保持接觸，讓我更清楚現今教育的發展與趨勢。

本人從事教育工作三十多年，曾任教於中、小學；並於2000年出任小學校長直至退休！我喜歡做老師，因為有很多自主的空間，當進入課室後，一切就由老師主控發揮。老師既可把知識傳授給下一代，亦可以與他們分享自己的人生經驗，培育他們明辨是非，懂得做人道理，將來成為社會上有用的人，確實蠻有意義呢！此外，作為基督徒的我，更有一個使命：就是希望透過教學與學生接觸，跟他們分享福音。正因著這個抱負，我就跑到一所基督教中學去任教，除了教學外，也有擔當訓輔的工作。其中發覺中學生的反叛性較強，往往以為自己長大了，很想脫離父母的管束，且渴望得到同輩的認同。在這個階段，朋輩的影響，往往比父母大！

隨著教學年日的增長，我更肯定基礎教育的重要！若孩子自少就接受了良好的品德教育，並培養出正確的價值觀，到中學時，便不會那麼容易偏離正路，誤交損友，荒廢學業。孩子在小學階段自主的需求不多，父母教師的主導性較強，孩子容易被塑造，讓他們在「可被塑造」的黃金期加以引領培育，那麼升中後要教導或更正他們的偏差行為，相對會較容易。同一道理，天國的福音在小學生心內也較容易萌芽生長呢！正因著這個信念，我便毅然離開我工作了六年的中學，轉去當一位小學老師。屈指一算，在小學工作眨眼亦有30多個年頭。我很高興自己走對了方向，我的信念至今仍未有改變，就是：一個人的價值觀和品德是越早培育越好！也正是這個信念，推動我在退休後亦十分樂意在幼兒教育的服務上盡點綿力。

在我所教過的芸芸學子當中，當然有成績優異，事業有成，專業人士大不乏人；但亦有成績偏差的，他們雖未能考上大學，但最終都能安分守己，且有正當職業，為社會作出一定的貢獻，不至成為社會的敗類，我也十分安慰！

價值決定觀念，觀念決定態度，態度決定人格，而人格決定一個人一生的成就。

培養孩子正確的人生及價值觀，並讓他們建立良好品格，比起提升孩子的學業成就更加重要。這個應由家長及教育工作者做起，校長的領導方針也是關鍵！價值或品德教育是一種內化的過程，要啟迪孩子心靈，實需要採用體驗互動的教學方法，才能引導孩子深刻的反思，較正自己的做人觀念。那麼就讓我們禮賢一家，家長和老師上下一心，齊心努力，在幼兒成長階段，把每個孩子都培育成為一個自律守規、懂得感恩、能正面思考、堅毅不屈、愛己愛人、積極喜樂的孩子吧！

親子憤怒循環



試想像一下：

一名病人被緊急送往急診室，醫護們既不慌不忙，又有系統地遵循程序，評估病人狀況，測量生命徵象，穩定了病況。因為只有這樣，他們才能繼續治療。醫護們沒有手忙腳亂，而是保持冷靜和鎮定去幫助病人得到最合適的治療。

其實教育子女也是如此，面對照顧孩子時會發生的各種情況下，作為父母的我們都需要好像醫護人員一樣，遵循既定的程序，冷靜地處理。

可惜，現實生活中很多時候我們都很難冷靜處理孩子的各種狀態，對嗎？

當孩子不聽話、分心或不注意時…我們往往會直接進入解決模式。我們會嘗試進行他們第一個想到的「治療」方法。我們可能會直接平和親切地詢問孩子的要求(Wants)，並想讓孩子明白要達成他們要求(Wants)的代價或後果，身為父母，這樣解決問題是很自然的。

但當「治療」不起作用時…當平和親切地詢問不起作用時…當孩子忽略我們的指示時…當孩子不做他們說過要做的事時…我們的耐性就會開始消失。

這些都會讓我們和孩子陷入憤怒的循環，因此，即使在耐性逐漸消失時，我們都需要保持冷靜，採取既定的程序來對孩子進行「治療」，才可找到最合適的「治療」方法，有效處理孩子的行為。留意無論在什麼情況下都要這樣做，才可保持冷靜和鎮定去幫助孩子得到最合適的「治療」。

以下介紹的「**平靜三步曲**」，可以讓父母在壓力大時保持冷靜，並在不失去耐心的情況下處理與孩子之間的困難情況。

平靜三步曲

第一步曲：「明」白自己情緒觸發點

在開始處理孩子的行為之前，需要先解決困擾我們自己的問題。

- 孩子的哪些話觸動了我？
- 孩子的什麼行為會讓我生氣？
- 哪些情況會消耗我的精力？
- 哪些人會消耗我的精力？(這些人不僅限於我們的孩子，可能是我們的伴侶、老闆或同事)



教育子女時，有時候可能觸及我們的情緒痛點，常常令到我們感覺沮喪，情緒低落，失去應對孩子的耐性，傾向立即「解決」孩子的行為，可能會演變成憤怒責罵。最可怕的是當我們冷靜下來之後，又會感到後悔，愧對孩子，再一次加強這個情緒/憤怒/後悔的惡性循環。

每個人都有自己獨特的情緒痛點觸發因素，這些觸發因素比其他因素更能激發他們的情緒。因此，當我們能辨識並理解這些觸發因素時，就有機會控制自己的反應。試回想一下我們童年的經歷，有與觸發這些情緒痛點相關的事情嗎？如果你能回想起來，就是助你走出這個循環的第一步。

第二步曲：抑「制」強烈情緒



能夠保持冷靜的父母，往往也讓孩子學習到如何冷靜，也就是身教。所以，如果我們不想讓自身的憤怒循環蔓延到孩子身上，升級為另一個親子憤怒循環，我們首先需要平息心中沸騰的情緒。

但實際上，大家都理解在最混亂困難的情況下，僅僅深呼吸幾次，並不能讓情緒平靜下來。相反，我們實際上需要一套跟孩子度身定制的小魔法。想想所有觸發我們和孩子的情緒痛點（在#第一步曲中確定了它們），然後跟孩子一起制定獨有的魔法咒語或手勢來避免它們漫延或冷靜地解決它們。我們必須為針對高觸發情境預先制定「冷靜魔法」例如：

- （1）孩子不聽話時，如何冷靜引導？（「冷靜魔法」：和善眼神，確保孩子看著你才開始對話）
- （2）時間緊迫時，如何避免催促焦慮？（「冷靜魔法」：清晰簡短堅定說出 – 一齊啟動超快速模式！）
- （3）面對孩子情緒崩潰時，如何穩定回應？（「冷靜魔法」：無聲勝有聲音，輕輕安撫）

第三步曲：「修」復並加強與孩子的關係

沒有人是完美的，有時候父母會對孩子失去耐心，這並不意味著我們是壞父母。不過爭吵、衝突，仍是會令人心碎和充滿內疚。當我們意識到自己給孩子帶來了痛苦時，會感到很沉重，很容易陷入自我批評的循環。

但請記住，犯錯是人之常情，最重要的是我們在意識到問題之後，會做什麼行動。在親子衝突之後，對孩子在感情上產生疏遠是很自然的事，但請不要輕視，沉默對孩子來說是非常煎熬的。

孩子會開始過度思考，常常得出錯誤的結論：懷疑父母不愛他們或他們不屬於這個家庭。所以，在爭吵過後，父母要做的就是和孩子重新連結。

擁抱他們，告訴他們，我們有多愛他們。然後，與孩子一起制定計劃，避免下次發生同樣事件。

如果想更進一步，就把「冷靜魔法」寫下來。一句非常簡單的魔法咒語都已經很足夠，例如：我們學習低聲說話，減少大喊大叫。然後將這句話張貼在顯眼的地方，以達到提醒的作用。

當我們找出自己的情緒觸發點，制定計劃來抑制強烈的情緒，並在爭吵之後找到與孩子重新建立聯繫的方法時，父母就會打破家庭中的親子憤怒循環。

我們會成為一個更冷靜、更有耐心的父母。我們能夠逐漸控制自己的憤怒和沮喪情緒，我們就不會被情緒支配。這也是一個很好的身教，給孩子一個向我們學習的機會。

我們不需要教他們如何透過「表達」憤怒來應對，而是教導他們以更健康、更冷靜的方式來管理自己的強烈情緒。

但這些都不是一朝一夕就能實現的，就像學習鋼琴一樣，今天開始彈奏音階，每天練習，很快就能選出簡單的曲調，之後就能演奏一首奏鳴曲。



親子好去處



屯門公園
TUEN MUN PARK

屯門公園簡介

該公園建於填海區，為各區的訪客提供一個大型綠化休憩園地。園內種植約1500棵樹木和10萬株灌木，約有200個不同的植物品種。除了四周環境優美，景色宜人，使人心曠神怡外，公園還有一個人工湖，佔地約一公頃；而位於公園南面的爬蟲館，則是另一個吸引大量遊人的熱點。公園其他設施包括人工瀑布、模型船池、露天劇場、滾軸溜冰場、兒童遊樂場及多用途球場等。



開放時間及入場費用

開放時間	爬蟲館	每日上午九時至下午六時 (包括公眾假期)
	模型船池	每日上午七時至下午十一時(包括公眾假期)
	兒童遊樂場	每日上午七時至下午十一時(包括公眾假期) 每星期一上午七時至下午一時暫停開放，以便進行場地保養工作。 (如星期一為公眾假期，保養工作將順延至下一個工作天進行)
	其他公園設施	二十四小時
入場	免費	



公園的戶外設施



人工湖，遊人可在岸邊欣賞湖景



人工瀑布，流水淙淙，讓遊人投入大自然的懷抱



水池位於人工湖旁邊，專供模型船愛好者操控電船，樂在其中



公園的植物專類園



玫瑰園



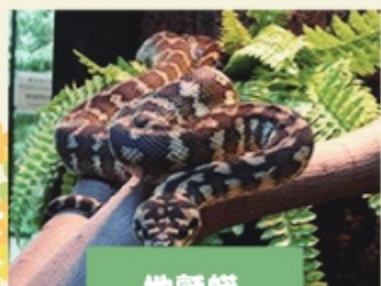
園中國



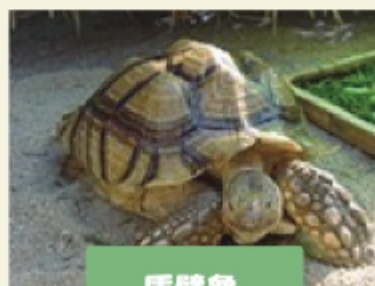
香花園



公園的戶內設施有爬蟲館



地氈蟒



盾臂龜



大藍舌石龍子





宗教園地



禮賢會天水圍堂
崔域喬傳道

去舊迎新

先祝願各位新年快樂。

新年期間，當我們到親友家彼此祝賀時，通常我們都會挑選「應節」的衣服，增加喜慶感覺；甚至會添購「新衫」，悉心打扮一番，帶著去舊迎新之意，迎接新一年來臨。在聖經中，保羅亦教導基督徒，信耶穌就要成為一個「新人」。我們要脫去舊人和舊人的行為，即是要脫去舊衣裳，穿上「新衫」，這件「新衫」就是「新人的表現」，生活和道德上要有正確的態度。今日，就與大家一同分享這件「新衫」。

「12所以，你們既是上帝的選民，聖潔、蒙愛的人，要穿上憐憫、恩慈、謙虛、溫柔和忍耐。…14除此以外，還要穿上愛心，因為愛是貫通全德的。」（歌羅西書三12，14）

對我們而言，「穿上」本身就是平凡無比的事。街上若有「打大赤膊」、身上「好少布」的人，反會引來許多奇異目光。更甚的是，若有人裸體遊蕩，更會成為焦點，即時網上會見到相關報道。因為裸體在社會中，被視為是妨害善良風俗的舉動。人就是要著衫，經文提醒我們，要將「憐憫、恩慈、謙虛、溫柔和忍耐」穿上身上，然而還未足夠，14節的「穿上」有「加上」的意思，似乎暗示要加一件更重要的衫上身，就是「愛心」。

「愛心」一方面就如落鹽，將湯水「吊味」，提升整體層次。我在一個群體放了「心機」，有心（有heart）去做，會做得更好，更有果效，有人欣賞。

「愛心」另一方面，經文提到「愛是貫通全德的」，其他譯本，譯為「穿上愛，就是完善的筋絡」。「完善的筋絡」，就是筋絡連接著身體不同地方，駁通不同部位，而人的筋絡比地鐵路線圖複雜得多。「愛心」將不同部位緊扣、砌上，成為一個群體的骨架。人越大，就越傷患伴隨。我左邊膊頭都有舊患，打風落雨前，它就成為了「定時鬧鐘」提醒我。如果筋絡得以暢通，沒有骨絡間的「啪啪聲」，能恢復原有狀態，這樣多好呢！所以保羅就是說：筋絡暢通非常重要，一個群體若有出現不通暢之問題，便需要積極解決！

或許你認為，群體與我無關。然而，不論你是否察覺，人是確實依賴著彼此而生活的。即使微小如吃面前的一碗飯，當中亦必然經過農夫、運輸工人、超市售貨員、家人等等多重的「協作」，才使你有飯可吃。在節日中，我們會與不同的親友相聚；在日常中，小朋友亦常與同學仔相處。是的，從小學習與人相處，以致我們不斷記得：我們的人生不能單單依靠自己而活，既在群體間出現不和，主動尋求解決方法，才是正確面對關係的態度。

「去舊迎新」不只是農曆新年處理舊物的習慣，我在此同樣祝願各位在新一年能脫去「舊衣裳」，穿上「新衣裳」：除去舊的思想和做法，以愛心主動恢復人與人之間的裂縫，重新享受彼此之間的友誼。

品格果子

禮賢會屬下幼兒園及幼稚園一向致力推動幼兒正向品格教育，其中特以聖靈果子為題，包括：仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔和節制等九個「品格果子」。深化於課堂學習當中，藉以培養及發展幼兒良好品格，實踐耶穌的教導。



同時為了持續讓幼兒實踐及認識「品格果子」，學校亦按校本需要編制了相應的小任務工作紙或記錄冊，記錄及鼓勵幼兒的好行為表現，以實踐當月的品格目標。教師及家長的欣賞更能促進幼兒的良好行為，有助持續培養幼兒良好品格。





機構每年讓教師進行不同的教學培訓，從教學活動中滲入正向品格教育，讓幼兒能持之以恆地學習及實踐「品格果子」。課程中不定時舉辦不同的活動，如：「品格果子定向日」、「參觀品格體驗館」、「舊衣捐贈活動」、「漂書活動」等。盼望藉著品格果子培育計劃的活動，讓每位屬神的孩子從小學習並遵行神的話語，在生活中有美好的見證，活出基督的品格。

八校消息

葵盛禮賢會幼稚園



全校幼兒進行了不同的專題研習，高班探索繩子的多樣性，鼓勵幼兒主動表達。而低班展開傘子的創作實驗，進行透光和防水測試，激發幼兒創意和探索精神。幼兒班在親子活動「我和熊貓有個約會」中，透過不同活動認識熊貓生活的習性，更體驗熊貓媽媽照顧小熊貓的無微不至，從而領略父母照顧自己的辛勞。

樂富禮賢會幼稚園



學校舉行「親子年宵慶祝會」，讓家長和幼兒一起逛年宵市場，當中包括：一起品嚐年糕和蘿蔔糕，一起合作製作獨一無二的年年有「魚」掛飾及拓印揮春，更參與新年的攤位遊戲等。藉此讓家長和幼兒體驗農曆新年的傳統節日活動，感受節日氣氛及促進親子關係。

上水禮賢會幼稚園



親子體能工作坊旨在增進親子關係，透過各種體能活動增加幼兒體能的素質，學校透過多樣化的體能訓練，如：遊戲、障礙賽和團隊合作等，讓幼兒們發展運動技能，提升自信心。家長更能在互動中了解幼兒身體發展及體能與健康的重要性，讓家庭以健康生活為目標，彼此享受運動帶來的樂趣。

八校消息

禮賢會荔景幼兒園



為讓幼兒有更多的探索機會，本校安排幼兒外出參觀「浩海立方·探游館」，學習水母知識和了解海洋污染對海洋生物的影響。當天，幼兒到不同展區進行特別的學習體驗，例如：利用MR鏡和VR鏡觀賞海洋生物活動片段、到實驗室觀察水母進食、於蟲館觀察蛇和蜥蜴等爬蟲類動物。透過參與活動，啟發幼兒對海洋保育的興趣，學會尊重和保護我們重要的大海與棲息其中的生物。

禮賢會樂富幼兒園



新春佳節期間，各班幼兒外出參觀具中華文化特色的景點，認識中國傳統習俗和文化。當中幼兒班幼兒參觀了三棟屋博物館，認識中國建築特色；低班幼兒參觀了稻鄉飲食文化博物館，認識中國飲食文化；高班幼兒參觀了香港文化博物館及茶具博物館，認識中國傳統藝術及茶藝。幼兒透過親身觀察，更寓遊戲於學習，一同體驗中華文化的樂趣。

禮賢會元朗幼兒園



本年度本校與禮賢會恩樂成長中心一起合辦家長教育課程，以「正向心理」為基礎，鼓勵家長透過不同的活動認識育兒知識，如：桌遊啟智成長空間工作坊等，一方面讓家長學習更多有關幼兒認知、社交與情緒等各方面發展，另一方面透過親子活動體驗，讓家長更清楚子女的需要，從而提升幼兒逆境的能力，建立正向的親子關係。

八校消息

禮賢會順天幼兒園



為慶祝新年的來臨及本校成立40周年，學校舉行了「40周年校慶暨中華文化同樂日」，當天安排了豐富多彩的中華文化遊戲、小食、手工攤位、幼兒作品展示等，亦邀請區內家長、小朋友及畢業生參與，一起在輕鬆愉快的氛圍中，共同體驗中華文化的魅力和慶祝學校校慶！

禮賢會新蒲崗幼兒園



藉著農曆新年來臨的前夕，本校進行了「聽鑄本·賞中樂·印年畫」的親子活動，特別誠邀祖輩與幼兒一同參加。他們在中樂伴奏下，聆聽有關新年的鑄本故事，最後一同合作印年畫。過程中祖輩與幼兒分享製作年畫的喜悅，更把新年的喜樂及福氣帶回家與家人分享，同時也將年畫送給區內人士，在新一年送上美好的祝福。

禮賢會區屬幼兒教育單位

禮賢會荔景幼兒園	2742 1714	上水禮賢會幼稚園	2673 2929
禮賢會順天幼兒園	2790 2765	樂富禮賢會幼稚園	2336 4705
禮賢會元朗幼兒園	2445 6306	葵盛禮賢會幼稚園	2406 1029
禮賢會樂富幼兒園	2338 0538	幼兒教育總辦事處	2708 5802
禮賢會新蒲崗幼兒園	2326 1336		