



東華三院辛亥年總理中學

2014-2015年度家長教師會通訊

地址：香港新界屯門湖景村

電話：2464 5220

電郵：mail@shd.edu.hk

校長的話——家長的管教模式

周慶中校長



最近認識一位單親媽媽，她獨力撫養兩名子女，平日在酒樓做侍應，需要長時間工作。兩名子女已升讀中學，媽媽說最辛苦的階段是子女讀小學時，既要操心他們的起居飲食，又要兼顧他們的學業。難得的是兩名兒女在學校成績總是名列前茅，談吐舉止斯文，哥哥精於籃球，妹妹則強於音樂，憑外表，看不出他們是缺乏家長照顧的少年。

那天他們媽媽放假，有機會和他們一家相處，發覺他們的關係並非我想像般疏離。媽媽平時很主動與子女聊天，一方面關心他們的學校生活，同時也會分享自己工作上的苦與樂。哥哥說開學初，學校有很多課外活動，接著的兩個星期會稍晚回家，媽媽對此頗有意見，所以與哥哥一起商討回家的時間。媽媽說話時語帶鼓勵，討論時亦有退讓，但原則底線清晰，最後敲定了哥哥夜歸的時限。在母子對話間，我知道原來媽媽會在午休時，致電回家了解子女的情況，並提醒他們應注意的生活細節。

這情景不期然令我想起兩個研究：早年香港做過一個管教子女的研究，發現雙職父母定期透過電話督導子女的學習及日常生活，子女能具備較好的抗拒誘惑能力，減少誤入歧途的機會，學業成績也較出色。

心理學家Maccoby & Martin 和Baumrind把家長的管教模式歸納為四類：

管教模式	特徵
1. 放任型 (Permissive)	父母盡量滿足子女物質上的需要，有求必應，對子女的行為會寬鬆處理，要求很低，任由他們「自由發揮」。
2. 忽略型 (Neglecting)	父母可能因為太忙而忽略了子女各方面的需要，與子女缺乏溝通，放棄管控，對子女成長的要求完全不理會。
3. 權威型 (Authoritarian)	父母是家庭的權威，子女必須惟命是從，他們對子女有高度的要求和管控，但與子女缺乏良好的溝通，更少在情感上給予他們鼓勵和支持。
4. 恩威型 (Authoritative)	父母恩威並施，他們與子女有良好的溝通，也常有合理的要求，能在適當的時候給予足夠的支持和鼓勵，故此子女多聽話聽教，兩代關係良好。

我有兩個發現：第一，原來良好的管教模式不一定是中產人士的專利。第二，現代家長不易為，單親雙職家長在育兒方面雖有難處，但也不是沒有辦法。

你的管教模式屬於那一類？那一類的管教模式最好？

2013-2014會務報告

家長教師會副主席羅李惠明女士

校長、各位老師、各位家長、各位同學：

各位好！我加入東華三院辛亥年總理中學家長教師會已有三個年頭，與大家共同渡過了豐盛而有意義的時光。

回想三年的工作，家教會如常舉辦各項不同類型的活動，如親子旅行、辛亥家校迎春晚會、家長也敬師和舊課本買賣等。以上各項活動均有賴各位家長義工的積極投入，並表達你寶貴的意見，使我們可改善不足。

今年家教會加入了多位新成員，充滿活力，人脈網絡龐大，為家教會增添了新氣象。

展望在未來一年，我和新一屆的各委員將「全力以赴，做到最好」，希望能與學生、家長和學校加強溝通，關注學校的發展，支援學校提高教育質素與及投入校方舉辦之活動。希望各位家長能繼續支持和參與，共同努力邁向更成功的一年。

最後，本人衷心感謝大家一直對「辛亥」家教會的支持和信任，也感謝各委員無私、熱心和積極的付出和貢獻。就讓我們繼續同心攜手，共創關愛和喜樂的「辛亥」校園。



學校合作好，子女成材易！

成功之鑰——ABC方程式

葉存楫副校長



「臉書」創辦人朱克伯格、「阿里巴巴」教主馬雲、韓國小天王金秀賢、香港御用大律師余若薇……一個個響噹噹被譽為成功的人士。究竟他們「成功」的法門在哪裡？坊間探討成功的書籍多如汗牛充棟，令人眼花撩亂，現本人「化繁為簡」，推介成功的方程式——ABC。試試以此鑰匙進入「成功」的大門！

首先，「A」代表Attitude，即態度。很多研究皆指出，積極的人生態度實為成功之不二法門。如朱克伯格所言：「人與人之間只有很小的差異，但是這種很小的差異卻造成了巨大的差異。這種很小的差異就是：你具備的心態是積極，抑或是消極的；而巨大的差異就是成功或者失敗。」這話一語中的，說明了積極的態度，是達致成功的最主要因素。

另一個「A」的含意是Adversary Adaptation，解作在逆境中如何自處。這便牽涉及成功學的AQ (Adversity Quotient) 逆境商數的概念。很多學者指出，提高這商數的法子，便是擁有樂觀的心態。但我們又如何可以在逆境中，能樂觀地直面困難呢？這便與「B」Brainpower，積極的思考有關了。

所謂Brainpower，即要我們在生活中充滿希望。美國前總統羅斯福曾說：「我們可以失去一切，但不能失去希望。」正說明這道理。物理學家愛因斯坦曾言：「我們應消除失望的思想垃圾。」可見英雄所見略同。「希望」能使我們保持鬥志及保持動力，在困境中熬下去。

最後，所謂的「C」，便是——Creation，即創造。我們不應僅僅停留在正確的態度或樂觀的思想，更重要的是能以行動實踐我們的理想，其中最關鍵的，便是我們要打敗懶惰這敵人。拿破崙曾說：「懶惰是成功的公敵，好運是不會降臨在懶骨頭身上的。」這話正對懶惰者有當頭棒喝的效果。

總而言之，成功的鑰匙不難取得——我們應擁有積極的學習態度，遇到難題時能樂觀面對，對前景充滿希望；而更重要的是我們能坐言起行，以行動實踐我們的理想。

希望我們能以這把鑰匙，開啟成功之門，邁向成功的康莊大道。

第十六屆家長教師會執行委員會名單

職位	家長委員	教師委員
主席	林耀華先生	—
副主席	羅李惠明女士	黃慕貞老師
司庫	黃陳玉貞女士	鄭傳媛老師
秘書	潘蔡逸榕女士	羅健裕老師
康樂	羅呂蘭玉女士	周幹賢老師
聯絡	向林桂鳳女士	李國坤副校長
總務	林陳麗芳女士	陳一欣老師、王艷玲老師

家長教師會2013-2014年度收支結算表

收入		支出	
2012-2013年度結餘	70,252.40	親子綠色之旅費用	6,000.00
會費(2013-2014)	18,440.00	新春掛飾手工藝班材料及導師費	1,378.20
東華三院教師活動津貼	5000.00	盆菜宴費用	38,239.70
親子綠色之旅報名費	3,080.00	親子保齡球班租場費及獎品	1,673.50
新春掛飾手工藝班報名費	90.00	家長也敬師	3,153.00
盆菜宴報名費	14,230.00	家長聚一聚	344.80
親子保齡球班報名費	310.00	家長校長全接觸	813.50
健康舞班報名費	240.00	健康舞班導師費	3,300.00
總額	111,642.40	家長教師會進步獎學金	2,200.00
		花圈	500.00
		家長委員活動津貼	470.00
		雜項	423.70
		總額	58,496.40
		餘額	53,146.00

難題：<家中有一位青春期的女孩經常故意說一些激怒家人的話>

要根治孩子的壞習慣，家長可以參考以下做法：

背後的成因及目的	佐證
學回來的	<ul style="list-style-type: none"> ● 家人之間/同輩之間/電視節目/街頭巷尾是否會以「說反話」、「指桑罵槐」、「死不認錯」、「激將法」等負面或婉轉的方式溝通？
不懂得以正面積極的方法表達	<ul style="list-style-type: none"> ● 如果孩子想得到關心時，她是否懂得直接說：我想你陪著我，或是我想你跟我出去？ ● 如果不用「激怒人」的方式，她是否懂得以正面積極的方法表達嗎？(不要以為孩子一定懂得這樣表達，如果家中沒有成人刻意的教導，或沒有成人作出親身的示範，孩子真的可能不懂得如何說出自己的意見和感受。) ● 家人是否常常以「不要」、「不好」來下命令，並較少具體的教導她「正確地處理」問題的步驟呢？
不善於管理自己的情緒	<ul style="list-style-type: none"> ● 孩子做出這行為前，家中是否曾發生一些令他不滿的事？ ● 孩子以此行為來表達自己的不滿/憤怒/被不公平對待的感受？
得到好處的策略	<ul style="list-style-type: none"> ● 當孩子使人憤怒後，是否能即時滿足了他自己發洩的需要？ ● 當孩子使人憤怒後，家長是否就會讓步，孩子可以減少了原本要做的功課數目嗎？ ● 家人會否減少了「煩她」的時間，增加了孩子自由自在的空間？
自卑的保護網	<ul style="list-style-type: none"> ● 孩子其他方面做得好嗎？成績可以嗎？是否有其他的強項是可以自豪的？與同學相處得好嗎？ ● 孩子是否以「兇」來保護自己的自卑心靈，是否在以「兇」來逃避面對自己的「不可愛」或「不聰明」、或「不成功」的弱點呢？
先解決一些「先天」的阻礙	<ul style="list-style-type: none"> ● 停止「說反話」、「指桑罵槐」、「死不認錯」、「激將法」、「爭辯」等說話方式 ● 停止「命令」 ● 停止「比較」 ● 停止「不是獎就是罰」的習慣 ● 停止縱容的習慣 ● 如有衝突發生，先平伏大家的情緒，再說話
之後再來「固本」	<ul style="list-style-type: none"> ● 教導孩子用「正面」及「積極」的方法表達自己的需要 ● 幫助孩子發掘自己的強項及潛能 ● 幫助接納孩子的「暫時不足」、「暫時未成功」、「暫時未能發揮」 ● 多接納孩子自己的決定，如果要否決她的選擇時，要即時告訴她原因 ● 讓孩子明白家長的對正確要求的「堅持態度」
衝突發生時的即要「除病」	<ul style="list-style-type: none"> ● 先瞭解一下孩子的心事，分享她當時的想法 ● 協助孩子作出理性的思考 ● 直接告訴她：家人非常愛她「整個人」，但非常不喜歡她「說一些話使家人憤怒」這個「行為」 ● 教導她應用什麼字句說出自己的需要及感受 ● 告訴孩子：為了幫助她更有信心改過，所以與他訂合約 ● 用非物質的獎勵，例如如果一日之內都能「正面」地與人溝通，即可以自主安排一項她喜歡的活動 ● 用即時及她「著緊」的事作「後果承擔」，例如訂合約後她又重施故技時，要她自己面壁，安靜十五分鐘，或不可看最喜歡的電視節目等。 ● 堅持要求孩子完成自己未完成的責任

第十六屆家長教師會會員大會



每年的家長教師會都增添了新面孔，感謝家長、老師對學校辦學的支持。

會後，我們移師教室，先聽聽班主任的意見，再回家與小朋友溝通。



我們請來了護士，主持笑瑜伽工作坊，講解這運動背後的理念。



禮堂坐滿了家長，這是一年一度，盛大的第十六屆家長教師會會員大會。



互動時間到了，大家聽過理論後，付諸實踐吧！笑著做瑜伽。

家長校董選舉

所有選票都經過家教會家長委員的監察及核對。



2014年3月31日為家長校董選舉日，這屆的家長校董任期將由2014年9月10日至2016年9月9日。



周慶中校長與家教會林耀華主席親自參加點票工作。



點票時間到了，先由老師分成小組，倒出箱中所有選票，認真點票。

親子綠色之旅

林村

探訪林村的客人你好！為愛護樹木，請在許願樹寶牒寫上姓名和願望，參拜後綁在樹旁木架上。



寫寶牒啦！先寫姓名、出生日期、地址，然後認真寫上心願，祝福自己願望成真。

旅行路上還有抽獎遊戲，嘩！中獎了！謝謝家教會委員們給我們帶來獎品。



鄉村菜館裏，美食佳肴、歡聲笑語，來！我們以茶代酒，「將進酒，杯莫停！」

龍躍頭文物徑



鄧族龍族原籍江西吉水。鄧族與宋朝皇室淵源最深，龍躍頭為新界鄧氏聚居之地。宋室皇姬幼年南逃時隱姓埋名，鄧氏男子把她帶回家中撫養，皇姬長大後，委身下嫁恩公之子，加入錦田鄧室家族，其後人居於此地。

這典型的中國傳統建築，名為「松嶺鄧公祠」，供奉的就是皇室夫婦的神位，宋朝二世祖稅院郡馬鄧惟汲及皇姑趙氏。

鄧氏後人開村立業，分遷鄰地，成為今日「五圍六村」。其圍門及圍牆，甚至村內部分民居至今仍保存原來風貌。

嘉道理農場



孩子們，你們看過真實的小肥豬嗎？這真叫「肥肥白白」呢！牠可是珍貴的本土哺乳動物。

空氣中漂浮著負離子，清新怡神，此處翠林環抱，這是山谷間的嘉道理農場。



辛亥家校新春晚會盆菜宴



宴開35席，場面盛大的辛亥新春盆菜宴。



是夜燈火通明，人聲鼎沸，我們與親愛的父母、兄弟姊妹、老師、同學一起慶祝馬年的來到。



小組合唱真精采，英文歌、中文歌，難不倒辛亥學子。



抽獎時間到了，林耀華主席為大家抽「枱獎」，人人有份，多開心！



美妙的夜晚，我們與父母、老師、同學、兄弟姊妹一起品嚐熱騰騰的圍村盆菜。



家長執委與校長們宣佈新春晚宴開始，長輩們為同學們獻上了新春的祝賀。校長贊助金豬，寓意大家全年順境。



熱鬧的音樂，色彩繽紛的畫面，這是我們屢創佳績的舞蹈表演。

家長教師會學業進步獎



家長、老師和所有學業進步獎得主拍照，願大家百尺竿頭，更進一步！

家長代表頒發學業進步獎給本學期學業猛進的同學。包容與鼓勵，尊重與關愛，難以擺脫羞澀靦腆的學子，將勇敢走向一個更大的舞台。



家長也敬師

禮物準備好了，全都送給我們勤懇盡責，勞心勞力的老師。



周校長代表全體老師接受家長們送給學校的水果籃。



「家校合作好，子女成材易」，大清早，家長們與老師們一起拍張照，紀念今天的「家長也敬師」活動。

親子保齡球



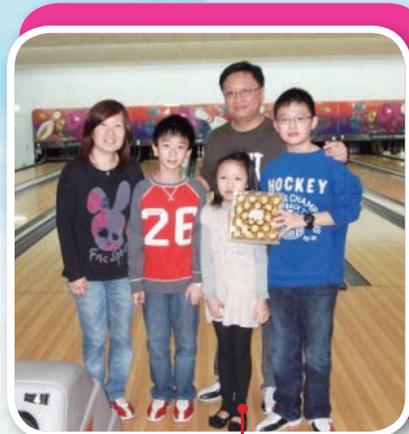
我們與父母、老師、兄弟姊妹一起走進美樂保齡球場。



今天的比賽可是有計分的，我要努力一點，希望比去年進步！



哇！拋出去了。噢！中了！得分！



兩位好朋友相約參加比賽，兩家的家庭成員伴隨左右，好幸福！

家長校長全接觸



孩子們正在上課，校長與家長們見面，為學校全人教育的理念交換意見。

感謝家長們購買的小食，校長也用心準備了家鄉小食：潮式炸蝦棗及紅酒燉啤梨，令一眾大快朵頤。



討論完小朋友學習、社交方面的情況，一起品嚐食物吧！

賀年掛飾手工藝班



這是我們的製成品，材料100%是舊利是封，再由人手製造。這是孔雀開屏掛飾。



運用舊利是封變廢為寶，保護環境，家長們做的是元宵花燈。

健康集体舞



家長們在五樓活動室認真跟隨導師學習健康集體舞，務求增強心肺功能及體能。

家長聚一聚



要了解孩子，就要先了解他們的思路及喜好，駐校社工為家長們提供建議。

食物部供應商會議

大家對小食部供應商有何建議呢？我們集合各方意見，希望提供更好的服務。



訂購校服



這是校服商的到校服務，同學可以在舒適的環境裏量訂做新校服。

舊課本買賣



為保護環境而減少用紙。歡迎光臨各年級的舊課本買賣市場。各科的英文課本及中文課本，哪本適合你？價格在原價之四折以下，心動吧！



買賣雙方自行交涉，討價還價，你們有三小時可以慢慢比較、挑選。



賣家們，每人先找一個位置坐下，把舊課本擺開，舊課本買賣將準時開始。