



鯉魚門循道衛理幼稚園家校合作會

鯉魚門循道衛理幼稚園 家校合作會

網 址：<http://www.lymmkg.edu.hk>

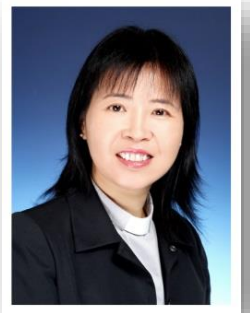
E-mail：lymmkg016@lymmkg.edu.hk

會 訊

第四十九期

2022年7月刊(非賣品)

培養正向情緒及思維



常存希望，樂觀生活

香港人已抗疫兩年多了，不少人說生活數十年也從來沒見過這樣的景況，感到好像活在一個大逆境中，看不到將來。我們不要小看缺乏希望的重要性，因嚴重缺乏的話，可以形成絕望的心態，這與抑鬱，甚至自殺傾向很有關係。而根據正向心理學家斯奈德(Charles Richard Snyder, 1994)的希望理論(Hope Theory)，「希望」被定義為「人對於達成理想目標所抱持的正向知覺」，即是相信自己能找到邁向理想目標的途徑，並且能激勵自己有動力去實踐。西方有一句諺語：「悲觀者在每個機會裡看到困難，樂觀者在每個困難裡看到機會」。

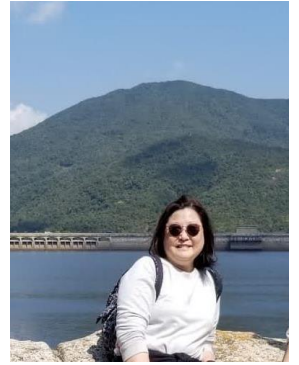
正向心理學指出，樂觀不是一種感覺，而是一種以特定的模式去解釋事件發生的原因，特別是解釋失敗或成功事件。當身處逆境時，樂觀者比較少以「長嗟短嘆」和「坐困愁城」的心境去面對事情。相反，他們較懂得用積極心態去採取必要的措施，扭轉逆勢中帶來的困境，從而尋找出路。

作為成人的我們，可以培育樂觀和希望的傾向去面對人生的逆境，但假如我們從小學習，便可用更積極的心態面對人生日後種種逆境，因童年的經驗往往可影響我們一生，而其中父母的角色對培育兒童的希望和樂觀感尤其重要。

聖經經常提到，倚靠上帝成為人面對逆境時最大的盼望，在患難的處境中可培育出更美好的品格，如羅馬書 5 章 3-5 節指出，「就是在患難中也是歡歡喜喜的，因為知道患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望，盼望不至於落空，因為上帝的愛，已藉著所賜給我們的聖靈，澆灌在我們心裏。」箴言 17 章 22 節提及「喜樂的心能治好疾病；憂傷的靈使骨頭枯乾。」願我們也能在困難的處境中知道我們可依靠的是大有能力及愛我們的主，祂能賜我們盼望及喜樂！



顧問
劉德愛校長



正向思維就在身邊

在 2021-2024 三年的學校發展計劃鎖定「從繪本故事出發，以戲劇切入，促進情緒表達能力，啟發健康心靈成長」。這與正向思維有什麼關係呢？大家試想想，如何令孩子健康心靈成長？

首先，要孩子懂得情緒表達的能力，而情緒表達有正負兩面；又通過什麼工具和方法把這麼抽象的東西教給孩子？身為教師或家長，當然選擇正面的情緒表達，例如：說故事、做運動、安靜角、心聲角、情緒表…這些方法目的就是引導孩子表達出來，最重要是給予他們有正向的價值觀和態度，再以行動實踐。

所以，正向思維就在身邊，校園和家裡的人是十分重要的。我們一句說話的讚賞，一個溫柔眼神的示意，一個簡單的微笑，輕輕的擁抱，大大化解孩子的負面情緒，他們付予信任，將不安說出來或以身體言語表達，我們就可以將正面的想法或事例與孩子分享，幫助他們建立健康心靈：多點愛、多點體諒、多點勇氣、多點包容，多點忍耐…積少成多，日後成長充滿希望正能量的人，面對逆境自強，不怕困難的未來社會棟樑。



總務

崔藹彤老師

每一個人在生命當中都會遇到不同的困難和挫折，永遠不會只有順境、也不會總是一帆風順，這就是人生。而當我們遇到困難和挫折的時候，應該以甚麼的態度去面對呢？這是非常重要的！

幼稚園是幼兒踏入學習旅程的第一個階段，而幼兒階段的幼兒亦是培養良好品格和態度的黃金時期，因此我們必須從幼兒小時候開始便引導他們如何正面積極面對困難及將來人生中的每個挑戰。

而要培養幼兒正向情緒思維和當遇到困難時迎難而上的能力，家長和學校的角色都是非常重要。身教重於言教，所以無論是家長或是老師都應該以身作則去教育幼兒。

在家長方面，建議家長在日常生活中，當看到幼兒有做得好或有進步的地方時，應多讚賞幼兒，並具體說明幼兒做得好或有進步的地方，因為這樣可以增加幼兒的自信心，而另一方面亦可讓幼兒更清楚了解到自己的長處。此外，在日常之中亦可多觀察幼兒並發掘幼兒的長處和潛能，幫助他們建立自信心和正面的情緒，從而幫助他們能夠以正向積極的態度去面對生活中的困難、挑戰，甚至失敗。

幼兒在成長過程之中，總會遇上很多的困難、挑戰，甚至失敗。若家長和老師在日常生活中多應用正向教育，透過潛移默化，慢慢地培養和灌輸，相信幼兒也必定會從中得到正面的影響，而他們所學習到的正向思維亦會伴隨著他們一生。

就讓我們一同努力，透過家校合作共同培養幼兒正向的思維情緒，提升其抗逆能力，幫助他們以正面積極的態度去面對生活中的種種挑戰和困難。即使將來當幼兒面對困難和逆境，他們亦能以正向積極快樂的心態迎難而上。



近年社會動盪、疫情反覆、工作轉變、經濟壓力、家人相處、不斷停課、子女學業，種種的因素無形中牽動著每個人的心情，情緒和健康。我們害怕失敗、討厭跌倒，那些慘痛的回憶，往往在腦海中揮之不去，繼而影響我們未來的每一個選擇和決定。因此，大腦面對任何事情都容易想到最悲慘的情況，都會想盡辦法避免，久而久之，我們便忘了以正向角度面對人生。

所以，我們應以正面情緒及思維參與社交發展及健康發展。大家都知道生活悲喜，卻不是每個人都能坦然面對。容易產生負面情緒的人，生活中的小小細節，便能使他翻天覆地，容易把所有事情算在手上，衰運當頭，也常會以過去不快的經驗來看待現在，消極地生活。

相反，擁有正向思維和正能量的人，當快樂來臨時，他能盡情享受，遇到重大挫折、危機或棘手挑戰時，只會鼓勵自己「辦法總比困難多，一定可以應付」，用積極的態度，正向的情緒，增加動力，解決危機。

總括而言，正面情緒及思維對我們的腦部發展、身體健康、心理質素、社交生活都很重要，有相輔相成的擴展好處。



今次疫情真的令我感受良多，所有的生活方式都因疫情而改變了。小朋友不能上學又不能出外玩耍，他們難免會有點情緒上的問題。我們作為家長，就是要有耐性地陪伴子女一起用正面的態度去面對逆境困難，家長是一個非常重要的角色，只要家長能夠以積極正面的態度教育子女，相信子女一定也能輕鬆愉快地渡過難關。在此我有一個小小的分享，我家每晚都有一個小習慣，就是我們一家三口每晚臨睡前都會互相分享心事，彼此訴說大家所遇到生活上的事情和感受，我覺得這個習慣對小朋友的情緒發展非常好，可以令小朋友懂得表達自己的需要和感受，也能從表達的過程中感受到愛與接納。只要能夠培養小朋友管理良好的情緒，讓他們能夠開懷地表達自己的想法和需要，從而感受到愛與被愛，才能夠在逆境或順境裡都懂得關懷別人，發揮愛己及人的精神，共勉之。

是高處的，是低處的，是別的受造之物，都不能叫我們與神的愛隔絕；這愛是在我們的主耶穌耶穌裡的。(羅馬書 8:39)





轉眼就已經三年了，女兒馬上就要畢業，可能因疫情關係，感覺就像還未開始就已經結束了。回想這三年間，香港及整個地球實在發生太多事情……

有相當一部份時間裏，女兒未能正常地上學，未能正常地做體適能，未能正常地跟同學玩耍交流，有時網課，有時回幼稚園，學習進度、學習態度、學習心情都難免有所影響。而同時，因在家工作關係，家人相處時間比正常多（應該是好事，有時感覺是壞事），容易出現磨擦，父母、父子、父女、母子、母女、兄妹之間，有時都會出現火花或者火冒三丈，我自己沒有什麼真知灼見，不過，經歷多了，看書學習一下，又偶然想起校長曾經說過的話，發覺只要自己願意多點耐性（我會強迫自己練習），教他們也要學會多點耐性、多點關心、多點愛，其實好多問題都可以解決，小朋友會感受到的。你如何他們將如何，我要繼續努力學習如何當一個爸爸！生活我們改變不了，世界我們改變不了，自己的心情，子女的心情還是可以改變的。

28/5『信望愛表達藝術治療(2)---心懷希「望」家長工作坊』



「我參加這次活動，心情特別激動、緊張、後來做花時慢慢心情越來越放鬆、快樂、非常感動，謝謝你們安排這次活動給我們家長參加。」

下午低乙班羅浩銘家長

「這次活動令我學會更多道理和知識。」

下午低甲班張承熙/張承殷家長

「心情舒暢、有成就感。」

上午幼兒乙班吳子琳家長/上午高乙班吳曉琳家長

「很輕鬆的，很專注的做一件事，令人感覺好平靜，好幸福。」

上午高甲班陳靖淇家長



「觸動你的只需一句說話。」

下午幼兒乙班許立軒家長

「很开心，本次活動讓我很放鬆，很有感觸，愛惜自己，才能更好地愛身邊的人。」

全日高班陳子睿家長

「感覺很放鬆，有靜下來的時間，作品也很漂亮，謝謝導師、校長和老師。」

上午幼兒甲班李悅晴家長





「今天好開心能夠參與是次活動，好感動，也發現自己原來都很喜歡花的。」
上午高乙班錢頌恩家長

「老師們有心了！好溫暖！好感動！」

下午幼兒甲班張佑慈/下午幼兒乙班張佑殷家長

「有堅定不移的信心，才有盼望的人生。」

上午幼兒乙班張希妍家長

「今天通過這次活動，用心體會到配合耐性、毅力與決心，一直努力向前衝，感受輕鬆，戴上皇冠充滿自信。」

上午低甲班林曉明家長

「今天完成了用花做的皇冠，當戴上頭的那一刻，感到很滿足！」

上午低乙班顏晞喬家長



9/7 信望愛表達藝術治療(3)---『「讓愛流動」酒精墨水畫家長工作坊』



下午幼兒乙班
許立軒家長

「沒有什麼藝術細胞的自己，亦能做出屬於自己的作品！」

今次來到「信、望、愛」的第三課，每一課都有驚喜的心情，謝謝你們！



上午高甲班
林以芯家長

很開心可以完成一個漂亮的作品。



上午低乙班
顏晞喬家長

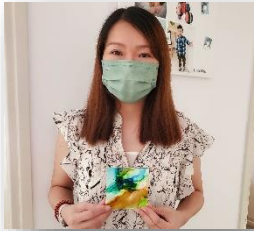




很開心可以學習到很多東西!



下午低甲班
張承熙/張承殷
家長



上午高甲班
劉彥匡家長

創作過程有趣，亦十分輕鬆。隨意讓墨水和酒精流動，效果出乎意料，和孩子的成長一樣，有無限可能性!

開心!滿足!多謝老師、導師的付出!



下午幼兒甲班/
下午幼兒乙班
張佑慈/張佑殷
家長



一連3次「信望愛表達藝術治療」家長工作坊已經完成，所有參與工作坊之家長都十分讚賞「循道衛理觀塘社會服務處」社工導師用心的指導，活動亦能幫助家長身心得到舒鬆，從而讓他們重建正向的思維及情緒，再次感謝「循道衛理觀塘社會服務處」社工導師團隊與本園合辦「信望愛表達藝術治療」系列的活動。





三年前洛謙剛踏進校園的情景仍歷歷在目，轉眼已畢業了！感謝校長，主任和老師們對洛謙的關愛與教導。幼稚園是孩子們人生的第一所學校，是他們接受啟蒙教育的地方，也是培養他們健康成長的樂園。從洛謙三歲半走進校園一刻，到見證著他這三年間的變化，我們切身感受到他的進步。學校讓洛謙成為一位勇於接受挑戰、學懂分享及尊重、亦能主動了解別人需要及關愛別人的小男孩！



大家好！我是上午高乙班麥蒞嫻的家長，六年前我的大女兒芷瑄很幸運選進了鯉魚門循道衛理幼稚園、同樣幸運的妹妹蒞嫻也在三年前順利的進入這個充滿愛的循道衛理大家庭。

記得三年前我拉著女兒的手進入校園的時候，她很害羞、不敢說話，也不敢和同學玩。時間過得很快，轉眼孩子在幼稚園已度過了精彩的三年時間，三年前她還什麼都不懂，什麼都不會的小孩子，經過老師的培養和教育、關心和鼓勵，讓她在興趣中學習，現如今，她已成為一個具有多方面本領的小大人了。這三年讓她在幼稚園裡接受了新知識，學識字、節目表演、做遊戲、做手工、等等……豐富的活動令她在幼稚園生活多姿多彩！在這我向所有辛勤付出的老師們表示深深的感謝！老師們辛苦了！

孩子們即將畢業，就要結束給予她們無限溫暖、無限關懷的幼稚園生活，此時有很多的不捨，不捨得離開疼愛她們、關心和照顧她們的老師，也捨不得離開幫助她和喜歡她的同學 小夥伴們。幼稚園的歡樂是無限的，也是最難忘的！孩子們馬上就要進入另一個新天地，一個更加獨立自主的學習天地（小學）希望所有的一切都順利！也會用心努力的走好每一步，不辜負老師多年的細心教導。

作為家長我想再次對鯉魚門循道衛理幼稚園的校長領導和所有老師表示感謝！並祝我們鯉魚門循道衛理幼稚園越來越好！祝願所有小朋友們 快樂、幸福、平安！也期望小朋友們能很快踏上更大、更寬、更高的人生舞台！



6月18日，相信是家長們和小朋友們期待已久的日子，因為K3的小朋友準備畢業了，快將升小一。我們很感謝老師們悉心地教導，不停地和小朋友綵排，才有了這場精彩絕倫的畢業禮。小朋友在這場畢業禮中各展所長，每一個表演都令人印象深刻。最令人難忘的是畢業禮中播放的小朋友們的畢業心聲，十分有心思，感動的同時也察覺到他們真的成長了很多。我們很感謝學校所有老師們在這三年裡，給予小朋友一個友愛愉快的學習環境。他們在這裏學習到的一切，將會一生受用！在此，祝願鯉魚門循道衛理幼稚園的老師們一切順利，身體健康，繼續用愛心培育幼苗，並祝各位畢業的小朋友，學業有成。



時間過得很快，一轉眼，我的兩個小朋友(21-22年施梓欣，19-20年施梓朗)都在老師的悉心栽培和指導下成長。回想起剛進幼稚園的小豆丁，在老師的無限耐心和循循善誘下，看到明顯的進步。畢業禮中，劉校長從學校的成就談到天氣轉變引致的濕疹問題，可以看到校長事無大小的無私奉獻和對小孩子的關懷，體現了從心出發，以愛走進孩子的心道理。作為家長，我會繼續陪伴小孩努力成長，一起學到老，活到老，感恩認識了鯉魚門循道衛理幼稚園，感謝各位老師的努力和關顧。



還記得大家姐幼稚園畢業那天，劉校長拉着哇哇大哭的二家姐小手，我們開玩笑說：「劉校長一定要收這個大喊包了。」一笑已經是弟弟峻熙畢業了。感恩三姐弟在劉校長和老師的悉心教導下學習了很多知識和建立了良好的品格，善於發現、表達自己的感受。感恩我們家長也有機會參加學校的親子講座和親子活動，令我們一家獲益良多，沉浸在愛的擁抱中……深感欣慰！

在此祝願劉校長榮休後生活愉快、身體健康，也祝福鯉魚門循道衛理幼稚園繼續作育英才，主恩常在！





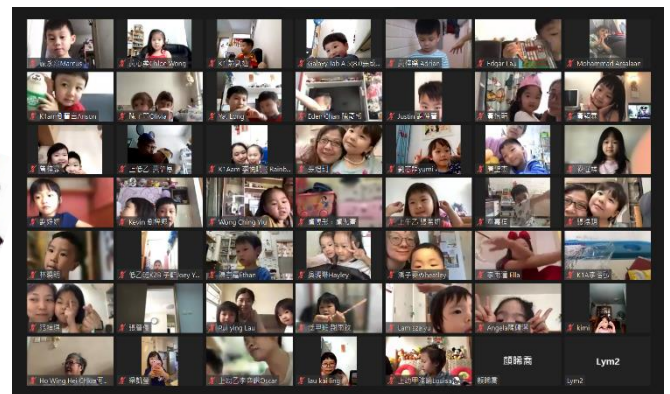
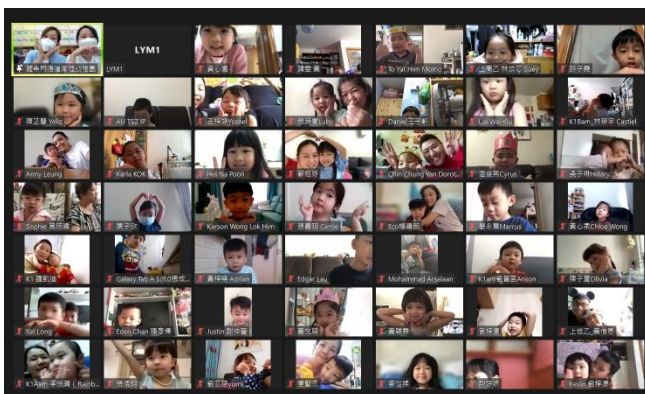
6/5 「4, 5, 6 月份 ZOOM 網上互動生日會」



上午幼兒班／低班／高班



下午幼兒班／低班／高班／全日高班



由於疫情關係，是次生日會亦以 ZOOM 的形式進行，大部分家長也陪同幼兒一起參與。活動中，老師與幼兒一起唱詩歌，分享「勇敢」有關的故事，也一起進行小遊戲。適逢母親節就快到，老師亦分享了一首有關母親節的兒歌，說出「送給母親的話」，讓幼兒從說話中，學習表達對母親的愛。盼望幼兒慶祝生日之餘，亦能學習感謝爸爸、媽媽及家人對他們的愛與關懷。





18/6 第二十屆畢業典禮表演花絮





感謝天父的帶領和保守，第二十屆畢業典禮已於 6 月 18 日順利完成。高班小朋友在老師悉心的教導及努力練習後，每一位小朋友亦表現得十分精彩，展現他們的學習成果！當天除了頒發畢業証書之外，以短片回顧小朋友由幼兒班至高班這三年的校園生活相片，家長們也十分感動！祝願小朋友升讀小學後，能繼續努力學習，勇敢面對未來的挑戰及困難！



30/6 2021-22 下學期結業禮





在疫情底下，感謝天父保守下學期結業禮於 6 月 30 日順利完成，幼兒班及低班小朋友於 5 月開始復課，他們只有一個月的時間練習表演節目，每位幼兒很享受當天的表演，展現自己的努力成果！願天父繼續看顧每一位小朋友，在新的學年努力學習，成為主所喜悅的好孩子，爸爸媽媽所愛的好兒女！





30/6 高班祝福禮



「高班祝福禮」於6月30日順利完成。是日由鯉魚門堂堂主任鍾鳳霞牧師分享「智慧之道」訊息，透過訊息分享，讓家長學習怎樣才是真正愛自己的兒女。願慈愛的天父，祝福每一位家長及小朋友，在新的里程中，常在主的愛中，彼此勉勵、學習成長。



家長義工，謝謝您們！

5 月份

家長義工 	上午	張希妍 吳子琳 麥蒞嫻
	下午	黃樂曦 湛浩謙 湛諾芯

6 月份

家長義工 	上午	張希妍 盧泓憲/盧曉彤 吳子琳 章嘉桓 楊子軒 王子軒 謝仲晉 林苡芯 麥蒞嫻 溫俊熙 郭恩語
	下午	黃樂曦 王嘉傑 張佑慈/張佑殷 陳栢僑 李明穗/李建霆 張承殷/張承熙 陳正軒 譚靖嵐 湛浩謙 湛諾芯 吳樂唯 何雯蕙

7 月份

家長義工 	上午	張希妍 吳子琳 楊子軒 王子軒 郭恩語 黃悅萌
	下午	王嘉傑 許立軒 張承殷/張承熙 李明穗/李建霆 湛浩謙 何雯蕙 周峻熙

(家長義工名單截至 7 月 21 日)

到校之家長義工已注射疫苗三針或出示當日快速測試的陰性結果，謹此感謝家長義工與學校的配合，令籌備課程需要及進行學生/家長活動得以順行推行，衷心感謝您們！



活動預告

日期	活動
2022 年 8 月 15 日至 19 日	ZOOM / 實體家訪
2022 年 8 月 27 日	K1-K3 家長會
2022 年 8 月 29 日至 31 日	K1 新生適應週 K2-K3 ZOOM 適應課
2022 年 9 月 1 日	新學年度開課日



編印：鯉魚門循道衛理幼稚園家校合作會
(版權所有，未經許可不得翻印)

快來投稿吧!

把你們的寶貴經驗，給予我們一同閱歷、感受和分享，彼此互勉互勵。大家與孩子一同成長，做一個優質的父母。

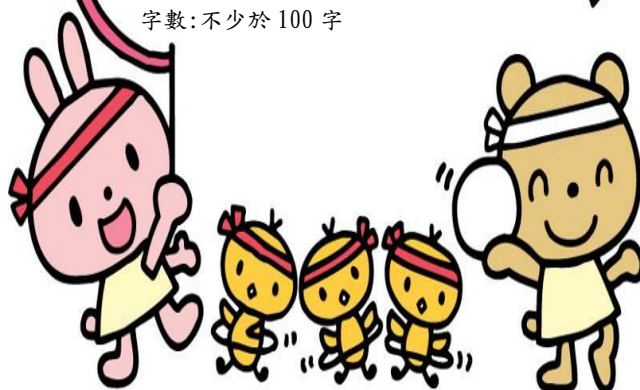
交稿件日期：每月 10 號前

交稿方法：來信或電郵致

lymmkg016@lymmkg.edu.hk

內容：家長可自由選取題目，刊登與否，以編輯委員會通知為實。

字數：不少於 100 字



鯉魚門循道衛理幼稚園

九龍觀塘鯉魚門邨第三座鯉興樓地下

印刷品