



關愛 澳門大學附屬應用學校 家長教師會

第廿二期 會訊

聯絡我們：pta@asum.edu.mo

網址：www.asum.edu.mo

出版日期：2022年8月

會長的話

育兒路上一一起成長

奧地利心理學家阿德勒曾經說過：“幸運的人一生都被童年治癒，而不幸的人一生都在治癒童年”。也就是說一個人在童年時期不完整、不幸福，又或曾經有過陰影或不幸，那麼這種陰影或不幸給孩子造成與帶來的心理創傷，將會一直伴隨到成年，有的人甚至要用一生去治癒。

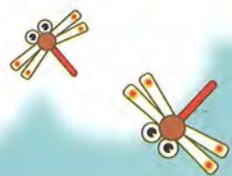
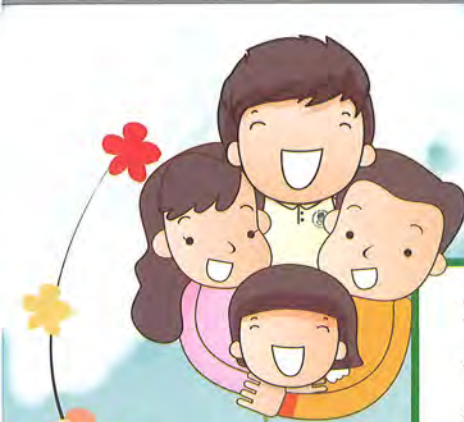
家庭教育最大的悲哀，就是用盡全力卻養不出感恩的孩子，而是一個“巨嬰”。如果夥伴們總是抱著把孩子捧在手裏怕摔了，含在嘴裏怕化了的心態去對待孩子，給孩子無微不至的關懷，長久下去可能會親手把孩子推向痛苦的深淵。最後，受害者不僅僅是孩子，更是我們自己。每個孩子在成長的過程中，都要自己去經歷一些困難和挫折，如果我們非要代勞，那麼我們替他走的路，日後都會成為他掉進去的坑。各位，為了不養出“巨嬰”，必須要儘早對孩子放手，捨得讓孩子多吃點苦頭。這種讓孩子感到無比舒適的愛，其實就是一個“陷阱”。孩子一旦陷進去，就很難再走出來，很難掌控自己未來的人生！

父母最大的罪惡，就是過度保護孩子



1、孩子不吃苦，這個世界會讓他吃苦。愛孩子，保護孩子，是所有動物的本能。但父母過度的保護，讓孩子一點苦都不吃，當孩子獨自去面對世界時，吃到的將是一顆“苦果”。孩子就像一棵樹，只有在其成長的過程中不斷修剪，樹木才能長的挺拔。如果，因為不忍心，就不去剪掉橫生的旁支，任其瘋長，早晚世界會以一種更殘酷的方式幫他剪掉。父母給孩子打造出來一個無菌的環境，最後只會讓孩子變成一個廢物。“愛之太殷，憂之太勤”，孩子就會養成任性、驕狂的習性，甚至走上歧途。

2、不讓孩子吃苦，他會讓你吃苦。許多夥伴分不清愛與溺愛，“愛的本質是要給孩子自由、寬容、欣賞，而溺愛的本質則是過度保護和管制。”各位無微不至的愛到底有多可怕？孩子長大後與家庭決裂的根源歸結於父母的“過度關愛”。“寵狗上灶，寵子不孝”，不讓孩子吃苦，最終孩子會讓我們吃苦的。



關愛

3、有底線的寬容就是不負責的縱容。時下很多夥伴對待孩子所犯的過錯，何嘗不是在沒有底線地寬容，其實這就是在縱惡的過程。如果我們對孩子犯下的錯誤無限寬容，不教孩子什麼叫規矩，不培養孩子的敬畏之心，那麼只會縱容孩子犯更大的錯。有人說，家長的縱容比孩子犯錯本身更有害。孩子犯錯，要及時糾正，在原則問題上絕不能輕易對孩子讓步。還沒成年之時，我們就有責任教育孩子什麼能做，什麼不能做，什麼是對，什麼是錯。父母應當從小給孩子立規矩，禁止孩子做一些違反規矩，違法亂紀的事情。各位，不想害孩子就別對他太好。盧梭曾經說過：“你知道運用什麼方法，一定可以使你的孩子成為不幸的人嗎？這個方法就是對他百依百順。”所以，如果你不想害了孩子，就不要竭盡全力去滿足他的要求，這不是對他好，而是在慢慢毀掉他。真正有遠見父母，有時要帶著點絕情。

4、有一種愛叫放手。這個世界上所有的愛都以聚合為目的，只有一種愛以分離為目的，那就是父母對孩子的愛，父母真正成功的愛，就是讓孩子儘早作為一個獨立的個體從你的生命中分離出去，這種分離越早，你就越成功。只有放手，讓孩子脫離“父母”這個舒適圈，他才能見識更廣闊的天空，才會有更高的視野、更大的格局。否則，孩子的人生，只是重複我們的人生。明智的家長，應學會放手，在五光十色的人生中，我們只需要站在孩子身旁，與他肩並肩，陪伴他們走過精彩的一程。我們給孩子最深沉的愛，是放手，不放手的父母，養不出有出息的孩子！

最好的教育莫過於感染，最好的管理莫過於示範

1、要求孩子做到的，自己首先做到。孩子的品格和習慣都源於父母。最好的家庭教育，不是說給孩子聽，而是做給孩子看。

2、家有閱讀的習慣。孩子的書卷氣，只能由家庭的書香氣薰陶。而家庭是否充滿書香氣，取決於父母是熱愛閱讀。這裡的熱愛，不是一時，而是一世；不是偶爾，而是終生。

3、不把自己的意願強加給孩子。每一個孩子都是一個獨立的個體，不是父母的複製品。企圖迫使孩子成為第二個自己的家長是愚昧的。

4、有經常和孩子談心的習慣。教育是心心相印的藝術。成為孩子知心的朋友，既是教育的條件，也是教育成功的標誌。若父母每天和孩子有“一席話”（談心）的時間，站在孩子的角度思考問題，這樣才能贏得孩子的信任。而當孩子給你說悄悄話的時候，你的教育就開始走向成功了。



關愛

5、至少有一項共同愛好。教育就是陪伴，就是傾聽，就是不知不覺走進心坎裏。多一項和孩子的共同愛好，就多了一條通往孩子心靈的道路。相反，如果你從不和孩子共讀一本書，從不和孩子一起上網，從不和孩子一起踢球，從不和孩子同追一部電視劇，從不和孩子一起做一件彼此都感到有趣的事……對不起，你就失去了和孩子溝通的有效管道。當然，也失去了為人父母的樂趣。

6、真誠給孩子認錯道歉。沒有人不犯錯誤，做父母的也不例外。關鍵是知道自己犯了錯之後的態度，就是最好的家庭教育，因為孩子正看著我們呢！如果你百般掩飾，找藉口為自己辯解，就是在教育孩子文過飾非；如果你惱羞成怒，斥責指出你錯誤的孩子，你就是在教育孩子強詞奪理。唯一正確的態度是：誠實認錯了，請求原諒！

7、不把大人的仇恨播進孩子的心靈。夫妻之間的親密感情不應僅僅被看成是兩個人之間的愛，其實這種愛同時也是一種無聲而有效的家庭情感教育。當然，夫妻之間難免也會鬧彗扭甚至發生衝突，問題是雙方都不要去爭搶孩子的感情世界，逼著孩子“選邊站隊”，更不應該給孩子灌輸仇恨。這是一種非常可貴的愛的教育。

8、關心孩子的身體勝過其學習成績。孩子的睡眠時間比學習時間重要，孩子成績優，身體棒，當然最好不過，但有時候不可得兼，非要你二選一，你選什麼？“幸福比優秀更重要！”而幸福的載體只能是健康的身體。

9、不施暴力和冷暴力。所謂不施“暴力”就是不打孩子，這點恐怕很多父母難以做到。但衝動中打孩子而且事後很懊悔，與打孩子打得理直氣壯，是不一樣的。我們要儘量做到不打孩子，因為在拳頭下長大的孩子只能崇尚暴力。更值得注意的是，有時候“冷暴力”更重過體罰，比如損害孩子自尊心的斥責——尤其是大庭廣眾之下的斥責，有甚於打孩子，因為這傷害的是心靈。

10、要求孩子做家務。有的孩子在學校是三好生，但在家裡可能“飯來張口衣來伸手”，因為現在的孩子普遍不做家務。愛是一種責任，對孩子的愛就是對孩子負責任；同樣，愛的教育就是責任感的教育，而責任感的培養始於做家務。許多父母以孩子學習忙為由不許孩子做家務，但如果孩子不會家務，缺乏對他人的責任感，成績再好也不是一個完整的人。

11、沒有不良嗜好。曾在孩子中做過一個問卷調查：“你最希望你的爸爸媽媽克服的缺點是什麼？”答案有：“吸煙”“說髒話”“打罵人”“酗酒”“賭博”“沉迷網遊”……凡此種種，應該是父母最不希望孩子染上的嗜好，但有的父母們已經沉迷其中而不能自拔了。為了讓孩子成為一個純良正直的人，請從自己做起。





關愛

12、允許孩子不出類拔萃。親友的孩子上了清華，便擔心自己的孩子是否能夠上北大。因為攀比，便有了憂慮、糾結、焦煩，而這一切便轉化為對孩子的苛求；更要命的是，這種情緒會不知不覺傳染給孩子，於是孩子便失去了天真無邪的快樂。任何時代，傑出人物總是寥若晨星，為什麼不允許孩子做一個普通而幸福的人呢？

13、接納孩子的個別差異。哈佛大學心理學家迦納認為每個人都擁有多種不同的智能，雖強弱各異，若給予適當的鼓勵、充實和指導，事實上每個人都有能力使所有智能發展到一個適當的水準，並在學習、工作和生活上展現出來。若我們對孩子的要求，過於完美，孩子因此很累。問題是不完美才是常態。如果你非要讓孩子完美，請你用對孩子的標準來要求自己，請問你夠完美嗎？

14、尊重孩子的隱私。父母對孩子許多心靈侵犯，往往都是打著“我是為你好”的旗號，比如未經允許看孩子的日記，翻孩子的書包，偷聽孩子的電話，查看孩子的微信聊天……其實孩子未必真有什麼不得了的“秘密”，只不過是漸漸長大的他們想獨享一份心靈自由罷了。如果父母發自內心地尊重孩子，孩子也許會把你當作朋友而主動向你敞開心扉。

15、和孩子一起成長。我們的心智比孩子成熟，但我們的心靈不如孩子純潔；孩子們比成人更富想像力和有著“初生牛犢”的勇氣，但他們往往幼稚而脆弱。雙方都需要成長和學習，彼此都可以為師。最好的家庭教育，就是父母和孩子心靈的互相感染、互相影響、互相欣賞……最後達到親子的共同成長。

好父母的標準肯定不只上述這些，因為從根本上說，家庭教育的主要任務不是傳授知識，而是培養人品。好父母跟社經地位和文憑沒有必然聯繫，因為父母自身的善良、真誠和勤勞，就是對孩子最好的感染；我想強調，善良最美，做人第一。良好的家庭教育，能賦予一個人積極的情緒，健全的性格，堅強的內心，以及堅實的心理基礎，讓他堅韌、不屈、經得起折騰，具備更強大的生命能量，能夠充分抵擋人生路上的坑坑窪窪、波波折折、風風雨雨以及各種艱難險阻。

親愛的夥伴們，學無止境，誠願與大家共勉。

會長
盧蘭馨
2022年初夏



關愛

澳大附校慶祝創校廿四周年

澳門大學附屬應用學校早前舉辦校園建設日，慶祝創校廿四周年系列活動。當日早上澳大附校全體教職員生在學校操場舉行莊嚴的升旗禮，盧蘭馨校長致詞時表示：附校二十三年來取得可喜的成績，因而獲得各界人士的好評，甚至揚名於國內外。應感恩各前輩校長，全體親師生職工，在自己的崗位上忘我投身，開拓進取，勇挑重擔，為學校的發展奉獻自己的青春和心力，充分展現出附校人的創業精神和堅持拼搏的作風，成為澳大附校歷史的見證，是每一個用心過的附校人的成就和回憶。特意選定在校園建設日逐步啟用厚德樓，希望過一個值得附校人欣喜和銘記的名符其實的校園建設日，師生站在擴建後的校園裏，高五十米的厚德樓就在大家眼前，附校持續發展的起點就在大家腳下，在整裝待發的此刻，期望附校人珍惜所擁有的，全心全意地投入學習和工作，善用這個的得來不易的教學環境，建構各自壯麗的人生。附校未來的發展，絕對是需要靠所有附校人整體的智慧與團結，勇敢地向目標邁開步伐，以更高的標準來自我期許，以及高度的意志與信心共同打造一所精品學校，以成就附校辦學的梦想。

接著，勉勵同學要時刻感恩厚德樓的建成及啟用。

該校為感謝澳門建築項目顧問有限公司團隊的精心設計和嚴謹監理，特向蔡田田主理建築師致送同學親手製作的厚德樓紙雕模型以作存念。

隨後中、小學全體同學分批進入厚德樓九、十樓嚮往堂，聆聽盧校長以“驚艷附校”為題去闡述厚德樓的構思、設計理念及各樓層功能與特色。冀望透過“以設計點亮教育，以教育設計未來”，為同學創造出合乎人體工學、美學和心理感受的學習環境。中、小、幼同學還分組在厚德樓進行實地參觀，讓全體同學對厚德樓有深入了解，在場師生員工掌聲不絕，情緒高漲、激動、興奮。參觀活動結束後，中學部隨即舉行“校園建設日徵文活動”，小學部以“童看附校新篇章”為主題，進行畫作及標語設計活動，幼稚園則舉行“校園建設日遊戲活動”。整日活動在有序、溫馨及熱鬧的氣氛下圓滿完成。

學校期望透過上述活動，增加全體教職員生對學校的認識和歸屬感，共同履行“尊重關愛、陪伴成長”的承諾，逐步實現“成就優質全人培育，塑造時代公民領袖”的辦學夢想。





迷茫



關愛

迷茫，這應該是許多澳門學生、家長、市民在疫情反復中的的心情了

“為什麼還不上課？”

“怎麼又放暑假了？”

“什麼時候開學？”

“澳門還有病毒嗎？”

家裏兩個小姐妹的“十萬個為什麼？”最近有點單調了。

“我也不知道。。。 ”很無奈，我答不上來。還是趕緊轉移下話題，一起來溫書並預習吧。

才坐下沒一會兒，姐姐指著常識課本上的圖問我，“這個女孩子錯在哪里？”

圖中見一個小女孩急沖沖地走入校園，我努力把腦子活動了一下，說道“應該是快遲到了吧，沒為自己規劃好時間”。不過心裏沒底，趕緊翻到答案頁一看——震驚，居然是“沒帶口罩入學校”！頓時有種哭笑不得的感覺，既是感慨教材的與時俱進，又是感歎“莫不是以後口罩與書包校服一起成為學生返校的必需品？”。

這“相見不相識，相識不相見”莫非就成了這個時代的寫照？

上學的日子是斷斷續續的，在不可預知的停課日子裏，公園謝絕入內，圖書館閉門藏書，同學好友間更難得一聚。這麼一個特殊的時期已“常態化”近2年了，不知這段“學在網上、玩無去處”的童年會對小姐妹的成長有怎麼樣的影響？

家長們為此迷茫，既為孩子的課業，更為自身、為澳門的前途迷茫。政府不斷地收緊社區防疫，要求每一個可疑的案例都“抓”到醫院去驗核酸，除了咳嗽感冒外，腹瀉、乏力等等統統不能放過。市民們惶惶不可終日，有病不敢到私家看醫生，自己經營的診所，生意也因此一落千丈。不過身為醫務工作者，希波拉底的誓言烙刻心中，我們一直在學的、在做的，就是怎麼去幫助救治他人，無論是生理上還是心理上！在經歷了第一輪混亂的全民核檢後，我們更是第一時間表達了希望志願參與政府全民核酸檢測的工作。

看著爸爸在忙著點擊手機報名核酸檢測醫務志願者，妹妹很不解地問我，“媽媽不已經在醫院幫忙別人做核酸檢查了嗎？為什麼你還要去呀？是醫院不夠人了麼？”

夠人嗎？是否差我一個也不差，多我一個也不多呢？



關愛

妹妹才4歲，不過我希望她可以認識到這個社會是需要“眾人拾柴火焰高”的。一個人的逃避也許可以靜悄悄，但只有更多人的參與才能聚集更多的熱情和期望。生活不易，無論是學習還是工作，百分百的熱情投入和努力追求的都就是一個盼頭、十分踏實。人的一生起起伏伏，跌宕不平，在個人、家庭乃至社會都陷入低谷的時候，會有迷茫，會有狂躁。我們只有學會承認它，正視它，看透它，才能越過它！穿越這迷霧，那這些經歷就都是成長的一部分。

疫情下，父母“被迫”要與子女們更多地相處。這麼豐裕的親子時間裏，是否做到“吾日三省吾身”就尤為重要。擁抱了孩子的歡笑，看到了孩子的不足，可更要看到自己的缺欠。我很慚愧，脾氣上還是控制的不好，輔導功課時輕易就大小聲，吼孩子。。。而孩子們就像一面鏡子，把我的失態映得一清二楚。所以，趕緊道歉，調整好自己的心態，反省自身，並再次默默感謝和感慨教務工作者的不易呀。

相信光，心裏裝著光，我要好好擺正心態，左手妹妹，右手姐姐，牽著她們一起往前走，走向光的方向，走出這片迷茫。

辛丑年秋，疫情雜感

蕭嘉偉



讚美的力量

李計蓮

孔子說：三人行必有我師！我們常常看到別人的優點，擇其善者而從之，其不善者而改之！同樣，看看我們身邊親愛的孩子，也會有閃閃發光的地方，值得我們去欣賞，去學習！

每個孩子的成長，都傾注了家長無盡的愛和心血。當孩子蹣跚學步，呀呀學語時，他經歷了無數次的嘗試和失敗，他要有足夠的勇敢和堅強，才能學會這看似簡單的生存技能！

我家四個寶貝，性格各異，各有千秋！陪伴他們成長的過程，我就像是在進修不同的課程。孩子們在學業上有熱愛閱讀的，有熱愛數學的，有喜歡科學實驗的，還有喜歡電腦課的，業餘愛好也是五花八門，有的喜歡音樂，有的喜歡畫畫，有的喜歡運動，還有喜歡手工製作的，我多希望自己能有分身術，分多幾個媽媽陪在孩子身邊，陪她們一起學習，一起成長，一起去完成孩子心中的夢想！



在孩子依賴和需要父母的年紀，家長要多欣賞和讚美孩子的優點，這種來自家人的認可和讚美，會讓孩子充滿自信和力量！為他將來擁有充盈的人生，打下堅實的基礎！我常常誇獎孩子，毫不吝嗇語言上的讚美，後來我發現，讚美彷彿有一種神奇的力量，他真的會讓孩子變得越來越好，越來越優秀！

某天清晨，我被一陣雜亂無章的鋼琴聲吵醒，我走出房間，看到孩子小小的身影，坐在鋼琴前，自我陶醉的亂彈著鋼琴。我本想去制止他，轉念一想不能打消了孩子熱愛鋼琴的積極性，於是換了一種方式，去讚美他手指的靈活和對鋼琴的天賦。聽完我的讚美，孩子眼睛裏閃著明亮的光問我：真的嗎？媽媽，我想學鋼琴！那一刻，我感受到讚美的力量，後來，這個小傢伙的確把鋼琴課程學的很好，今年九歲的他，已取得鋼琴五級證書！他有一個美好的目標，就是將來可以像朗朗一樣在舞臺上表演鋼琴演奏！

還有早幾年，讓我頭疼的孩子們打架的問題，四個孩子一起，想做到不打架很難，一打起來還常常是群架，哭的哭，鬧的鬧，場面一度失控！面對這種情況，出於父母的本能，會率先保護最小的孩子，批評大的孩子，那大的孩子就覺得你不公平啊？後來為了彰顯公平，父母先瞭解打架的原因，試圖給出一個公正的裁決，但是孩子們個個振振有詞，都覺得自己最有道理！事實證明，以上方法都不好用，只能另辟蹊徑！最後，我還是用誇獎的方法，改變了這種亂打架的局面！你也許覺得好笑，孩子打架怎麼誇呢，實在是太讓人為難了！因為有一次我發現小朋友要動手打架前，是先有警告的，比如「我數三下，你把東西還給我」，這時候我就趕緊出面制止這一觸即發的戰爭！我對大的孩子說：寶貝，你學會了忍耐，真有做哥哥（姐姐）的風範，媽媽很高興！忍一時風平浪靜，退一步海闊天空！我覺得你能控制住自己的情緒，能包容一下弟弟，你做的很好！這時候大的哥哥姐姐也不好意思再繼續和弟弟打架了！後來我在平日不打架的時候，也會經常這樣讚美哥哥姐姐的大度寬容，慢慢的，孩子們真的是很少再打架了，家中一派和諧安定的景象！

疫情宅家期間，讓我有更多的時間去關注孩子的成長，走進孩子的世界，充分瞭解她們的脾氣性格，瞭解她們的興趣愛好，知道她們優點和缺點，優點要表揚，缺點要糾正。正所謂“玉不琢，不成器”，讚美是將孩子的優點放大，讓孩子學會自我修身，父母對孩子發自內心的讚美，如春雨般沁潤著孩子的心田，讓孩子更加健康、自信、陽光的茁壯成長！



驚艷附校
之
用設計點亮教育，以教育設計未來



2022-04-21
表揚日



關愛



第一次家長晚會
2021-09-01



第一次家長晚會
2021-11-05

第二次家長晚會
2021-11-12



2022-01-08
第一次親師生
懇談日



2022-04-23

第二次親師生 懇談日



關愛

