

大崙通訊

105 年 3 月號

榮譽榜

校 長：高德生
主 編：溫舒敏
協 編：范慧美 劉得梭 黃添營
校 對：王家珍
發 行：105 年 3 月

- ◎ 賀本校榮獲桃園市 104 年度特殊教育實地評鑑特優。
- ◎ 賀本校莊秀雲老師及卓漢綸、卓羽臻兩位同學共同參加「2016 台灣燈會在桃園—全國花燈競賽」，榮獲親子組佳作。
- ◎ 賀本校五年戊班卓訓加同學參加 105 年桃園市中小學聯合運動大會，榮獲國小男生乙組 100 公尺第七名，同時感謝葉志倫老師平日辛勤指導。
- ◎ 小桃子樂園 104 年 11、12 月份網路藝文創作活動獲獎名單

獲獎項目	作品名稱	獲獎學生
童詩創作高年級組佳作	天涼好個秋	六丁蘇勁愷
童詩創作高年級組佳作	逛菜市場	六丁梁 程

感謝有您

- ◎ 感謝林惠貞女士捐資興學造福弱勢學子，捐款新台幣 5,000 元。
- ◎ 感謝劉瑞馨女士捐資興學造福弱勢學子，捐款新台幣 1,000 元。

- ◎ 104 學年度寒假作業優良名單

班級	姓 名			班級	姓 名		
一甲	邱禹禎	曾悅涵	謝宗翰	四丙	呂庭榛	吳瑋庭	謝宜娟
一乙	李雅婷	黃柏瑋	黃俊霖	四丁	吳睿杰	邱禾研	黃鈺萱
一丙	鍾曉丞	梁芷甯	林昀蓁	四戊	詹欣鋁	宋俊諺	詹澄璇
一丁	邱苡瑄	王羿凱	吳禹萱	五甲	吳樹豫	溫嘉柔	邱郁晴
二甲	邱詩婷	宋亞霓	彭俊彥	五乙	張文杰	羅昱捷	梁芯瑜
二乙	韓妤姍	吳佳芸	黃義仁	五丙	楊婕妤	許鈞凌	詹妤晨
二丙	曾慶玫	楊育瑄	詹子杰	五丁	卓漢綸	蕭詩諭	楊萱甯
二丁	黃昱晨	張晏慈	謝語喬	五戊	詹雅涵	王詩涵	梁妤婕
二戊	曾莉淋	鄭宇翔	吳立暘	五己	張譽霆	呂昱嫻	丁子真
三甲	梁若琪	王曜廷	江謝昱欣	六甲	郭丞寧	游律晏	吳佳瑜
三乙	郭彩雯	呂秉憲	邱郁嬭	六乙	袁 歡	賴文琪	呂紹銘
三丙	吳庭安	洪紹鈞	潘鈺潔	六丙	吳子尚	謝承安	黃逸苓
三丁	邱愷竑	詹益安	鍾沁縈	六丁	楊語婕	張林凱	張逸雯
四甲	林敬婷	黃亭靜	邱苡容	六戊	胡詩敏	劉昀真	徐宇辰
四乙	王心菱	劉佩宜	邱禹彤	六己	許幸瑜	王兆歆	胡孟筑

活動預告

- ◎ 學校將於 3 月 11 日（星期五）晚上 7 時起辦理親職教育講座，特別邀請親職教育作家徐權鼎先生主講，講題：跟著十二年國教向前行—影響孩子一生的教育方法，誠摯邀請家長能撥冗參加。
- ◎ 本學期辦理一、三、五年級校外教學參觀活動，以拓展學生的學習視野：

年級	辦理日期	地 點
一	4 月 26 日（星期二）	老頭擺生態休閒農場
三	4 月 26 日（星期二）	小人國遊樂區
五	3 月 22 日（星期二）	十三行考古文化村

小心養出媽寶兒(上)

作者：邱錦玉

生活中常遇到這樣的難題：孩子忘東忘西、抱怨老師同學……這時若幫助孩子怕養成倚賴，忽視又怕孩子處理不來，該怎麼處理最恰當？

檢視 1 當孩子有困擾找你時，你是何種反應？

當孩子帶著情緒困擾來分享時，請先避開以下可能阻礙親子溝通的回應方式：

聞雞起舞：爸媽把孩子的情緒當成自己的，深恐孩子不高興，總是隨侍在側、過度捍衛保護，想為孩子開闢一條無憂無慮的康莊大道。如：「同學怎麼可以冤枉你，我去幫你說！」「作業這麼多，我要跟老師反應一下……」「我叫爸爸別吃，這都留給你。」

無關緊要：爸媽也許太忙碌疏於照料、對孩子缺少關懷，或認為孩子不會有什麼大不了的事，以至於輕忽孩子的感受；當孩子表現沮喪、難過時，多半輕鬆回應，很少伸出援手，如：「那有什麼好難過！」「你想太多了吧！」「那也沒什麼嘛，不要小題大作！」

諄諄教誨：當孩子覺得不公平、委屈的時候，爸媽常以道德勸說回應：「你比較懂事，就讓他一點嘛！」「吃虧就是佔便宜」「大人不記小人過」……這樣的回應不是絕對不好或不可以，但如果變成固定模式，孩子可能會認為，爸媽嫌我愛計較，錯都在我，漸漸的就沒有意願跟父母傾吐心事了。

威嚇斥責：當孩子缺乏能力、勇氣，表現氣餒時，爸媽以命令、責備或威嚇，來要求孩子停止害怕、哭泣的懦弱行為，要孩子立即振作精神、沉穩應對（尤其是對男孩）。如：「哭有什麼用？」「哭能解決問題嗎？」「快去做你該做的事，別在這裡浪費時間。」

心口不一：爸媽不直接鼓勵、修正或教導孩子，而是以開玩笑、譏諷或貶抑的方式來激孩子，如：「班上沒人才了嗎？怎麼會選你當幹部？」「很厲害嘛，這麼會頂嘴！」「哪個天才，只會吃飯不會收碗筷？」事實上，這種拐彎抹角的說話方式，誰聽起來都很不舒服。

以上幾種對話模式，都會讓孩子關上跟父母溝通的大門。

檢視 2 2 個步驟，確認孩子是否需要幫忙。

當孩爸媽展現理解、接納，孩子就可以在信任和安全感的基础上，自在分享心理的話。

步驟 1：以「反映式傾聽」探索孩子的內在情緒

例如：孩子開心的展示作品，爸媽可以回應：「你很滿意自己的作品啊！」；孩子表達不希望好同學搬家，爸媽可以回應：「你捨不得和○○○分開……」如果孩子跟父母聊一聊、分享感受之後，心情變好了，也不再多說，就表示孩子只是「說說而已」，爸媽可以「聽聽就好」，不需做後續處理。

步驟 2：以「引導討論」確認孩子的困擾並協助解決

如果傾聽後發現孩子陷在困擾中，那麼，就需要和孩子一起走解決問題的歷程。就怕孩子的行為還沒造成客觀上的困擾，爸媽就不以為意，忽略了關懷，例如：孩子說他都交不到朋友，爸媽就直接給建議：「同學不理你就算了，下課時自己看書嘛！」「沒人吵你，樂得清閒不也挺好的嗎？」殊不知，孩子孤單的處境，可能成為日後鬱悶的因素。所以，多理解狀況，看看是孩子可以自行處理，或者需要父母指導社交技巧、協助找到適用方法，才能實際改善交不到朋友的困境。

【專家解讀】

面對孩子的情緒，爸媽需要保留自我檢視的空間，看看自己是否「過度投射」：如果孩子只是發發牢騷，爸媽卻忍不住想補償或干預，這起心動念就很值得好好釐清。「孩子真的有困擾嗎？」「何以自己如此在乎？」「到底自己在煩惱、困擾什麼？」如果發現是自己在投射過去類似被忽略或被欺負的成長印記，可以藉此向從前的傷痛好好告別，避免將過去的人事物轉移到孩子現在的場景。