



家長教師會會訊

2024年4月 第三十六期



第二十屆家長教師會週年大會

2023-2024家教會幹事

職務	幹事姓名	班別
培育	胡智慧(副主席)	CL6D
	吳秀珊	CL4D
	李沛璇	CL5D
文書	陳秀娥(主席)	P4D
	鄭苑姬	CL6D
	俞文芊	P1B
	陳雲彪	CL1A
壁報	趙翠儀	CL3A
	周淑婷	CL2D
	陳玉婷	CL1D
總務	梁偉業	CL3C
	黃鍾衡	P6A
	歐陽偉棠	CL2D
編輯 (會訊)/ (網頁)	陳詠甄	CL2D
	陳家寶	P4B
	許穎灝	CL4D
康樂	趙穎欣	CL5C
	崔浩然	CL5B
	劉美	P3D

主席的話

陳秀娥

本人參與鮑思高粵華小學家長教師會已踏入第四年，承蒙校長、老師及家長對本人的支持及信任，給予機會讓本人擔任第二十屆家教會主席，本人會繼續與各位幹事攜手合作，凝聚力量，構建家長及學校溝通的橋樑，共同發揮「家校合作」的精神。

隨著疫情過後，澳門社會發展恢復向好，本年度家教會可以順利舉辦各類型的親子活動，增進親子相處及互動時刻，建立親密的親子關係。本年度家教會已完成的活動有親子同樂日、親子講座「做您孩子的知心友」；在這幾個月會繼續舉辦各級的親子活動、家教會足球訓練班、親子平衡工作坊--「培養家庭面對挑戰的彈性」、親子講座「子女沉迷上網及打機怎樣好」、親子大旅行等等。

在此衷心地感謝家教會各位幹事，他們付出時間及努力協助家教會各項事務，讓每項活動得以順利進行。在未來的日子，希望各位家長積極參與及支持本校家教會活動，共同締造健康及活力的校園，讓孩子們得到全面的發展。最後，本人謹代表家教會各成員，祝大家身體健康！家庭幸福！



活動日期	活動名稱
2023/09/23	第二十屆家長教師會遴選
2023/10/07	第二十屆家長教師會週年大會
2023/10/15	家教會足球訓練班(10月至6月)
2023/11/25	小二參觀通訊博物館
2023/12/02	親子同樂日
2024/02/03	親子講座-做您孩子的知心友
2024/03/09	小三參觀健康生活教育園地
2024/03/16	小四參觀司法警察學校
2024/04/06	小五參觀充充電之旅
2024/04/13	親子平衡工作坊
2024/04/20	小一參觀路氹城生態保護區
2024/05/11	親子講座-子女沉迷上網及打機怎樣好
2024/05/18	小六參觀海關船隊
待定	親子大旅行
待定	畢業花花束工作坊
待定	舊校服回收及轉贈活動

第二十屆家長教師會遴選



親子講座

做您孩子的知心友

李沛璇



鮑思高粵華小學家長教師會於2024年2月3日舉行了「做您孩子的知心友」家長講座。是次講座感謝教育及青年發展局安排心聆家庭教育及輔導中心特約心理輔導員黃嘉琪女士到校為家長及教師進行分享。當天講座的反應熱烈，共有約90人參與。

每位家長都希望可以跟子女建立良好的親子關係，可是，子女踏入小學階段後，家長與子女經常會因學業及管教的問題而發生衝突，破壞了親子關係。是次講座中，講者黃女士分享了與孩子溝通的要素及建議，助家長跟子女建立平行親子亦友的關係。

講座的內容豐富，想跟大家分享以下要點：

辨識毒性教養言語並以同理心相待

家長與子女溝通時，需懂得辨識毒性教養言語，避免使用判斷性、比較性、推卸及威脅性的話語，有助避免出言時令子女受傷。使用客觀的言語並加以同理心相待，有助平穩子女的情緒，讓他們的情緒得以舒緩及感受得到理解。當情緒妥善疏理，受傷的自尊予以重視後，孩子便能卸下防衛。這時才跟他們談事情，並把教導變成啟發性思考，更容易滿足彼此的期望。家長常與子女保持雙向對話，能有效地建立親密互信的關係。

先照顧自己的需要

「愛之深，責之切」，家長在教養時，很容易會動怒。有時候，我們更會錯誤解釋他們的行為，令我們出現更多的負面情緒，造成「毒性溝通」。黃女士分享了一個知心友之道：家長需先陪伴自己，照顧自己的需要，從自己的身體反應開始察覺情緒。在子女面前先自我管理情緒，不但能與子女善意溝通，也能為子女在情緒控制方面立下一個好榜樣。當家長被觸怒時，可先離開現場冷靜一下，使用物理降溫或做運動散心。當雙方的情緒冷靜下來才處理事情，就更得心應手了。

講座中，黃女士提及子女並不是「不會」，而是「還未學會」。她更指出人類的大腦在25歲才發展完成的。這讓我深深反思了自己如何對待孩子的學習過程。回想子女年幼學走路時，大家可會因重覆教導及子女不斷跌倒而對他責備或感到氣餒嗎？那時的我們能以包容的心對待學習中的孩子，並加以鼓勵。讓我們回復之前的態度，貼近孩子，彎腰與他們同行，包容孩子在學習道路上的不斷經驗犯錯之餘，讓教導變成啟發，給他們機會從失敗中自我調整，並自行發現學習及解決的方法吧！



親子同樂日

2023/12/2

12月2日，本校家教會在學校的協助下，舉辦了一年一度的「親子同樂日」活動，今年的主題是「愛國愛澳」，設有六個年級的攤位和學校德育組的攤位，各級幹事及老師設計多款遊戲，增強學生對國家及基本法的認識，有效地推動愛國愛澳的教育，加強學生對國家和澳門的歸屬感。活動得以成功進行，很感謝各位家長的支持，陪伴子女到校參加此活動，增進親子快樂時光。在此很感謝校監、校長、各位副校、主任及老師、家教會各位幹事、各級的義工家長、童軍及工友，當然還有當日出席的學生及家長，有賴大家的合作及支持，令今屆親子同樂日能順利舉行。

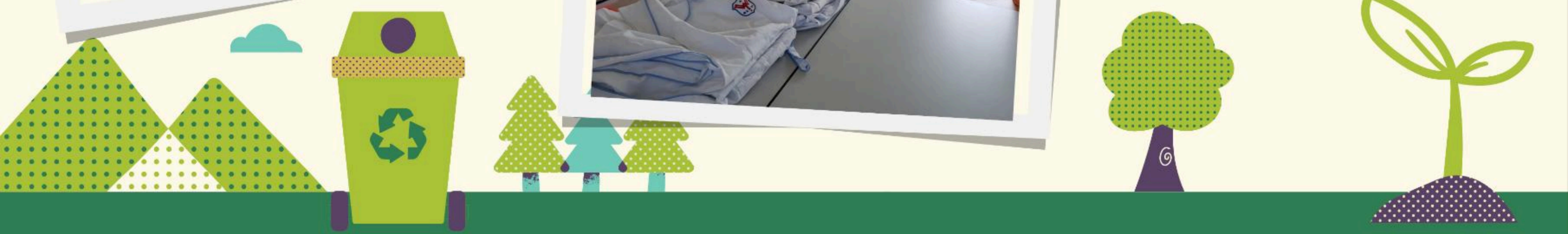


親子同樂日



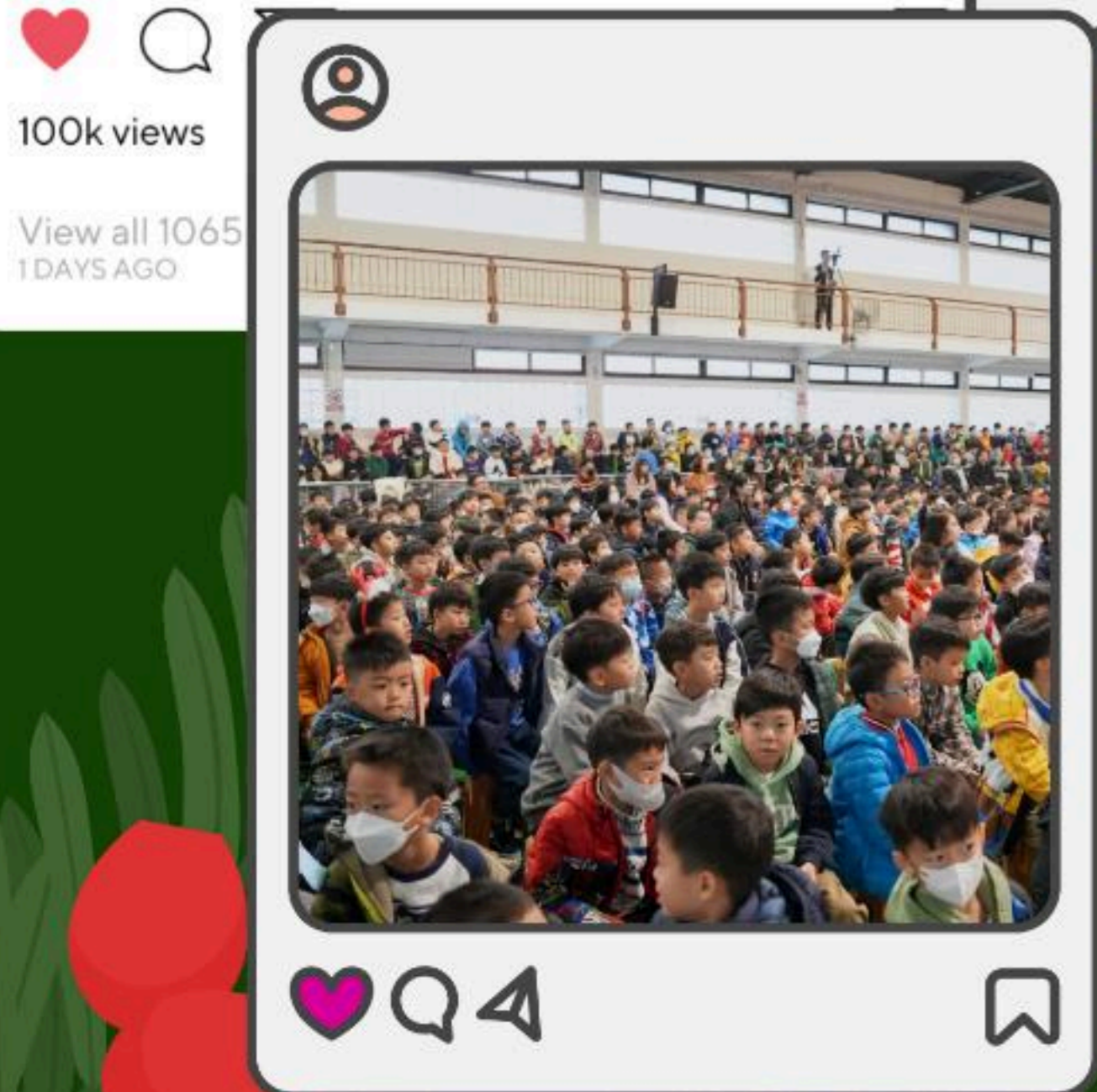
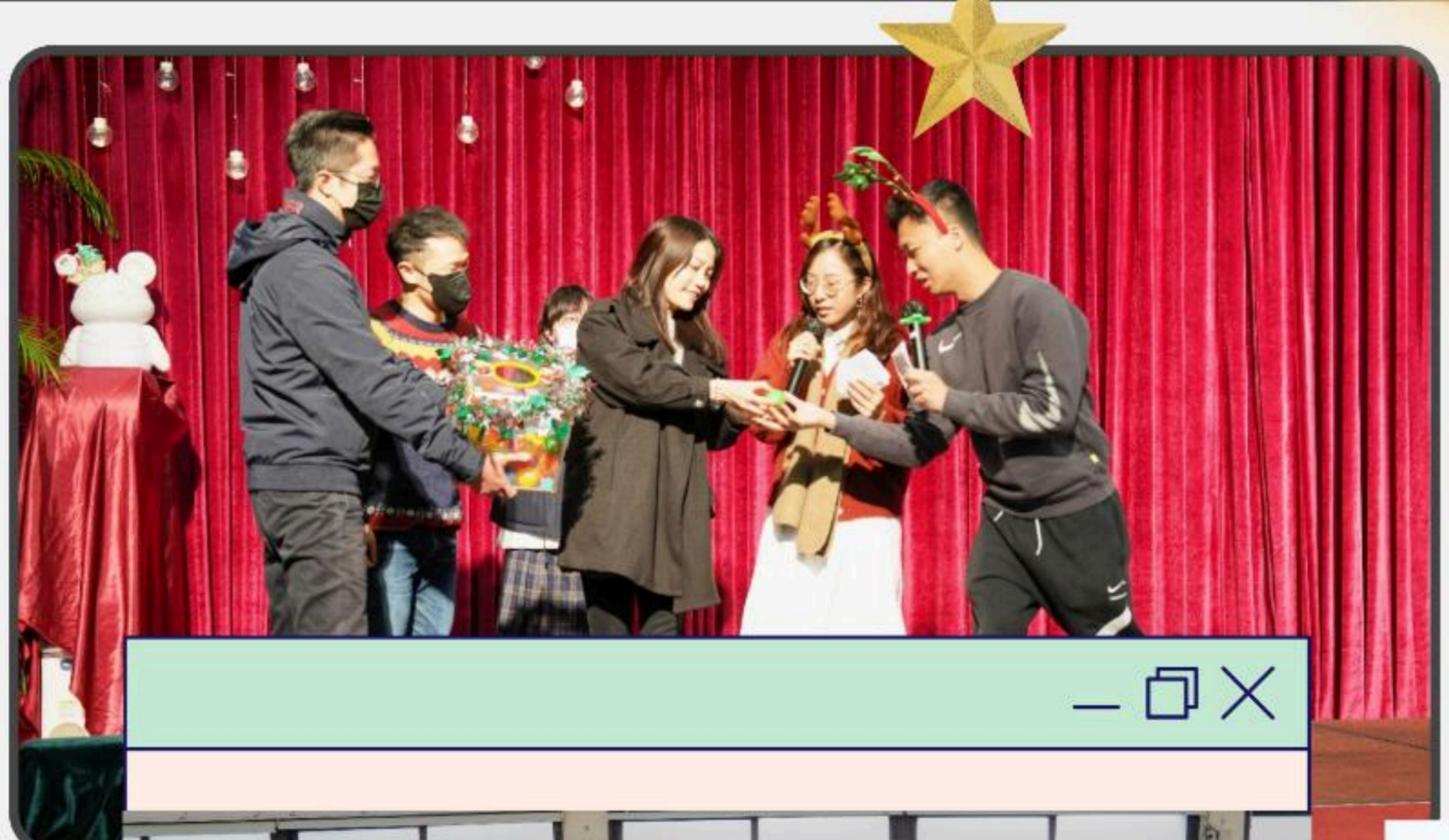
舊校服 回收及轉贈活動

2023/07/19



聖誕祈禱會及慶祝活動

2023/12/19



粵華中學家長教師會
邀請本校家長教師會出席春茗活動
2024.2.25



2023-2024
家教會足球訓練班



鮑思高粵華小學家長教師會會訊
督印：余碧鳳校長
編輯委員會：陳家樂副校長、陳秀娥、胡智慧、許穎灝、陳詠甄、陳家寶。
網站：www.dbyw.edu.mo

