

\*家長如有任何問題，或育兒心得想和大家分享，歡迎電郵給我們。

電郵：tkpschools@gmail.com

## 安慰孩子 注意痛點

應。有時普通的問候如「痛不痛」，就會令孩子的注意力聚焦在皮膚上，結果就愈想愈痛，情緒反應就隨之而來。另外，如果孩子右腦效能較強，在跌倒時會傾向在意別人的看法，面子問題或會令孩子暫時未能面對養育者的安慰，愈安慰情緒愈大。如果孩子在每次跌倒後都要面對責罵或懲罰，孩子的不安感或會加劇他們的情緒反應。如果孩子把跌倒歸因受別人的牽累，那麼情緒反應就可能來自惱怒。

腦神經科學理論歸理論，安撫孩子的情緒仍是處理的總方向。令孩子感到安全和被理解的例句很多，其中「媽媽一直在，可以隨時過來」既能提供安全感，又能留有空間讓孩子自主。在孩子跌倒後鼓勵他站起來，有助孩子聚焦在解決事情，而非着眼過去的「跌」和當刻的「痛」。只是孩子特性各異，「大反應」的原因不同，處理方法焦點各異。以上例子僅供參考，希望家長能透過以上的解說，找出最適合協助自己孩子跨過情緒不安的方法。

## 2022年「4·23 世界閱讀日創作比賽」—— 「書香滿溢·喜閱六十」 獲獎同學閱讀書籍巡迴展

日期：2022年12月8日至12月31日

時間：上午9時—晚上8時

地點：香港仔公共圖書館

電話：2921 1056

## 學與教博覽2022

內容：精選主題包括元宇宙於教育的應用、價值觀教育、身心靈健康、大灣區創新教育、STEM和AI教育、未來教育及閱讀素養。逾270場的主題演講、公開示範課、研討會和成品展示會；場內更設有超過350個展位。

對象：學校領導、不同學習領域的教師、升學及就業輔導主任、訓輔教師、圖書館主任、學校支援人員等

主辦機構：香港教育城

日期及時間：

2022年12月7日及12月8日：上午10時至傍晚6時；

12月9日：上午10時至下午5時

地點：灣仔博覽道1號香港會議展覽中心3CDE展覽廳

詳情：[www.ltexpo.com.hk/LTE/zh-hant/](http://www.ltexpo.com.hk/LTE/zh-hant/)

少訊園地

12

少訊帶你認識祖國

Teen 財有道

14

富養之「度」

戲有益

14

推理題

小廚佳餚

15

麻油栗子雞飯 秋冬暖胃養身

家長指引

16

親子 MORE 天倫 貓爸與小貓

製作：大公報港聞部

記者：湯嘉平 鍾怡 張凱晴 蘇薇

編輯：呂俊明 杜樂民

美術：蕭潔景 邱斌玲 王彩洋

圖片：大公報攝影組、教育組、部分由受訪者提供

督印：大公報（香港）有限公司

電郵：tkpschools@gmail.com 傳真：2834 5104

地址：香港仔田灣海旁道七號興偉中心三樓「大公報教育組」

### Facebook

群組： 賬號：



教育佳



教育佳

### 歡迎來稿

《教育佳》欄目向公眾開放，歡迎小讀者向特別欄目「小作家特別計劃」提供作文，向「學生園地」提供畫作，或投稿至「家長信箱」提問、交流及分享心得。

投稿要求：發郵件至tkpschools@gmail.com，請註明投稿欄目+姓名+學校（「家長信箱」除外）+支票寄送地址，部分欄目將奉薄酬。

