

# 偕同

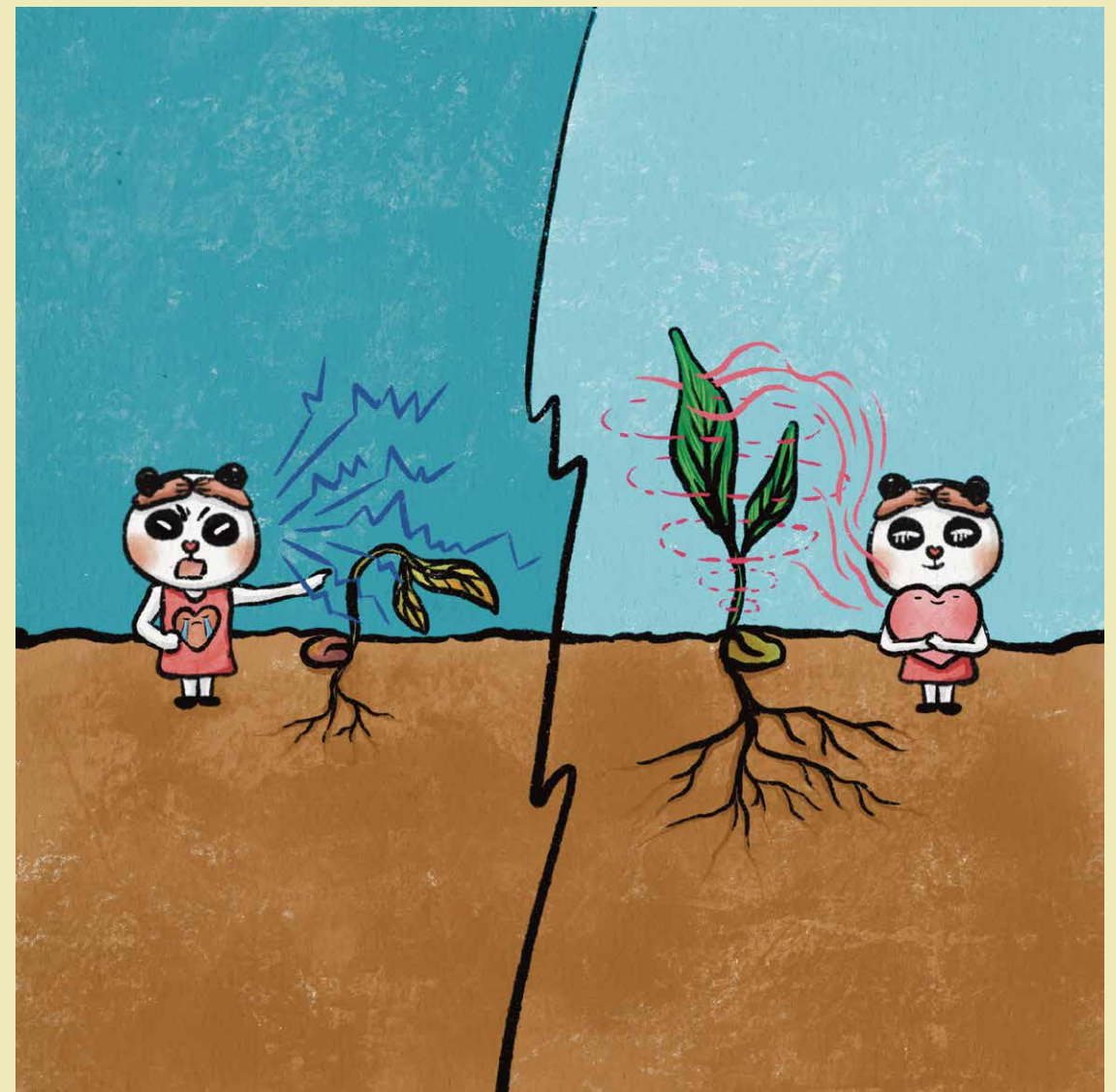
Haai<sup>4</sup> Tung<sup>4</sup>

45

2025  
十月

保護兒童教育 | 守護心靈 · 茁壯成長  
教養專題 | 社交禮儀

抽獎 | 讀者獎勵計劃  
小遊戲 | 連連看



# 偕同

—— 陪伴家長與孩子，彼此支持成長同行。  
—— 同創共聚的空間，享受暖心親子時光。

## 目錄

01

抽獎

讀者獎勵計劃

09-14

教養專題

社交禮儀

15

小遊戲

連連看

02-08  
保護兒童  
教育

守護心靈·茁壯成長



想取得《偕同》電子版季刊，讀者可掃描二維碼瀏覽計劃網站，於「最新刊物」一欄下載。

《偕同》電子版季刊於一、四、七、十月的十五號出版，內容包括教養專題、親子訪談、互動遊戲及不定期的抽獎活動，讓家長可以輕鬆地接收親子教養資訊，陪伴孩子成長。

如需索取印刷版《偕同》，請與貴校愛孩子駐校社工聯絡。

《偕同》電子報 2025年10月第四十五期

策劃及編輯：胡潔明 陳嘉慧 許詠彤 陳美如 李倩明 曾穎欣 李軍儀 周穎婷

封面插圖、漫畫設計：TMY Illustration

設計及排版：方諾琳

編 審：鄧慧恩、黃芷聆、黎嘉欣

香港聖公會福利協會有限公司

愛·孩子 — 學前單位社工服務

電話：2111 2055 (九龍城) / 3594 6633 (屯門) / 3751 2507 (葵青)

地址：九龍城農圃道18號地下高層 7A-7B號舖 / 屯門屯喜路2號屯門栢麗廣場26樓2618室 / 新界葵涌青山公路416號葵星中心商場地下低層37-41號舖

偕：原讀為「佳」，亦可讀作「孩」，服務以孩子為本，因而命名。

# 讀者獎勵計劃

為了提升讀者對本刊內容之認識和了解，鼓勵讀者完成「社交禮儀」篇章的三個小遊戲（第10至12頁），即有機會獲得禮物一份。

參加方法：



方法 1 為完成遊戲的頁面拍下照片，透過Whatsapp發送至電話：5193 9481，發送成功後將會收到確認訊息。

或

方法 2 向駐校社工展示完成遊戲之頁數，並得到確認。



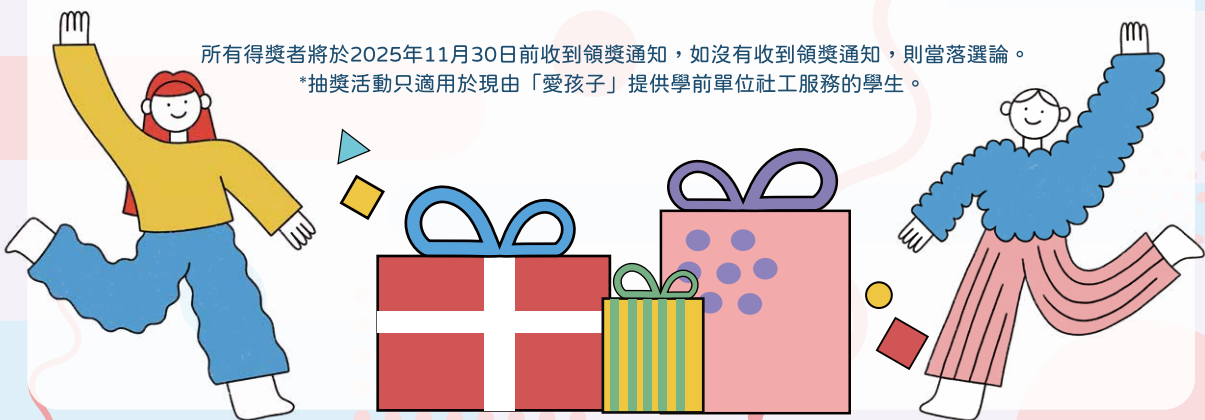
(款式隨機派發)

每校設三位得獎者，如成功答對的參加人數多於三人，本刊將會以抽籤形式選出得獎者。

活動截止日期為2025年11月15日。

所有得獎者將於2025年11月30日前收到領獎通知，如沒有收到領獎通知，則當落選論。

\*抽獎活動只適用於現由「愛孩子」提供學前單位社工服務的學生。



# 保護兒童劇場

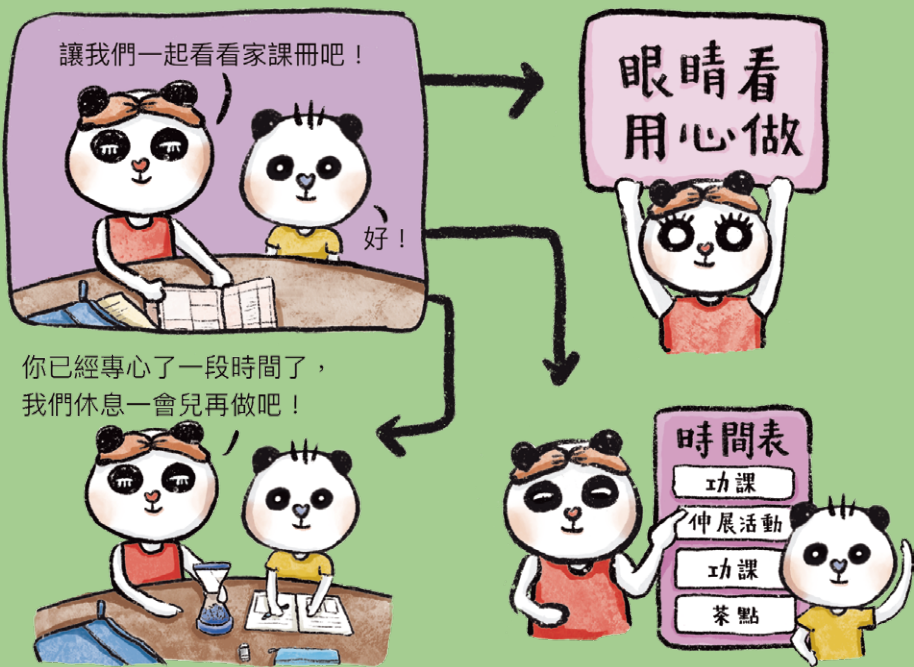
## 主題 | 守護心靈·茁壯成長

家長是孩子的情緒老師，正向的家庭互動有助建立孩子心理健康的基石。鼓勵讀者們討論故事中的親子互動，探索一下家長與孩子的心理變化，以及對彼此之影響。

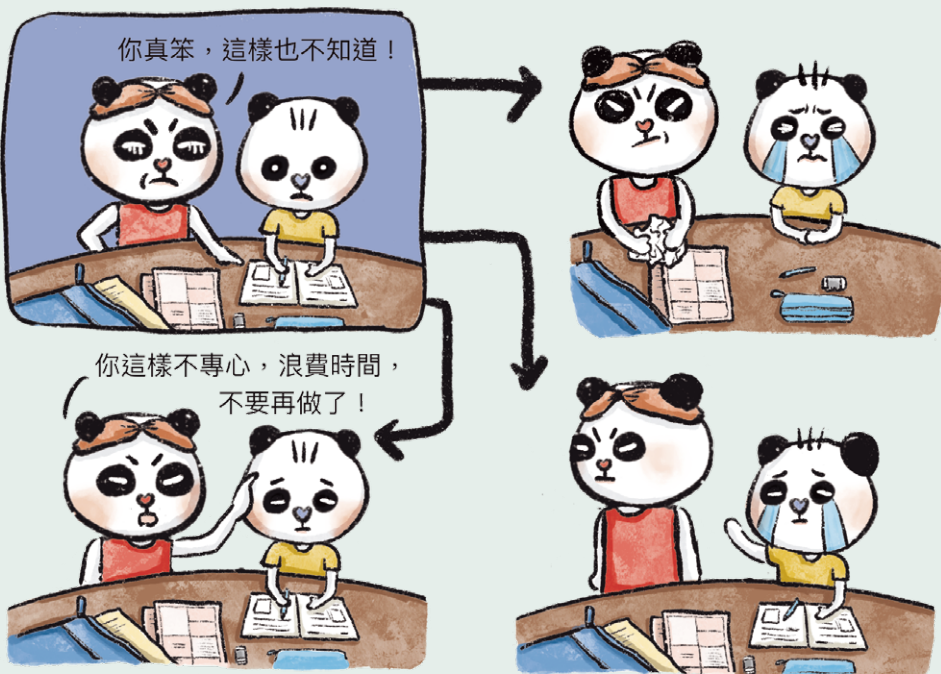


許多家長迷失在教養的分岔路上。  
 正所謂，「愛之深，責之切」，家長們其實都是在乎孩子的，但當孩子的表現和行為不如預期時，家長們不同的情緒、態度和言辭，會為孩子的心理健康帶來不同的變化，對親子相處也會有不同的結局。

### 結局一



### 結局二



理解和包容能讓孩子感到被愛和支持

我認為教育孩子是不罵不成材。

我無法接受孩子的不合作，我很生氣！

我有時控制不了自己，會狠狠地罵孩子。

家長有時都會感到無助，我有其他方法嗎？

### 責罵和忽略卻讓孩子



### 感到痛苦和孤獨

我真沒用，我很笨！

我學習的表現差，媽媽便不愛我……

我明天上學時不知如何向老師解釋我的功課破爛了。

我不喜歡媽媽，她常常罵我。

### 責罵和忽略讓孩子感到恐懼和孤單

## 關顧 心理健康的重要

家長對孩子的學習表現有要求是正常不過的事，但需要留意孩子的心理健康發展同樣不容忽視。良好的心理健康是孩子學習與成長不可或缺的基礎。孩子如能保持正向的情緒，懂得調整壓力，才能以更佳的狀態去迎接每天的新挑戰，建立快樂的童年。

### ? 家長如何協助孩子保持心理健康?

- 時常以愛與關懷陪伴孩子，創造安全感及歸屬感
- 耐心傾聽孩子的想法和感受
- 保持正向的親子溝通
- 多鼓勵和讚賞孩子



當孩子得到良好的心理健康時：

- 孩子的專注力、學習動機及自信心得以提升
- 在面對挑戰時，能保持積極樂觀的態度，勇於克服，享受學習的過程
- 敢於嘗試探索世界
- 與人有正面的溝通及互動，建立穩定的社交能力
- 減少不恰當的行為



## 提升 心理健康的方法

在繁忙的生活中，家長維護自己的心理健康同樣重要，這不僅能幫助家長照顧自己，還能更有效地支持孩子的心理健康。



### 1. 嘗試持續運動



- 將運動納入日常生活，無需高強度，從簡單的活動開始。
- 可以與孩子一起進行親子運動，如：打羽毛球、跑步或騎自行車等，不僅能強身健體，還能增進親子關係。

### 2. 擁抱大自然療癒的力量



- 重視戶外時間，吸收維生素 D，能有效提升心理健康。
- 與孩子一起到公園或海灘玩耍，促進親子互動，也能呼吸新鮮空氣。

### 3. 增進睡眠品質



- 充足的睡眠對身心健康尤關重要。
- 避免睡前使用電子產品，幫助自己放鬆，提升睡眠質量。
- 與孩子一起建立在睡前進行放鬆活動的習慣，如：共同閱讀故事書，促進良好的睡眠氛圍。



### 4. 進行正向的家庭活動



- 製造親子時光，可以在家與孩子一起玩桌上遊戲或卡牌遊戲，能增進家庭成員之間的交流與互動，還能帶來歡笑，減輕壓力。

- ✓ 孩子健康成長發展
- ✓ 營造快樂家庭氛圍
- ✓ 建立和諧的夫婦和親子關係



## !! 保護兒童資訊站 !!

保護兒童免受傷害／虐待既是兒童的權利，亦是兒童的父母／監護人、照顧者和社會的責任。我們冀望兒童在一個安全、關懷、友善及非暴力的環境下成長，有利其身心健康的發展。相反，若兒童的身心安全及健康被忽略或傷害，有機會為他們帶來身體、情緒、社交等發展方面的影響。施虐者亦有機會需要負上刑事責任。

### Q1：何謂傷害／虐待兒童？

A1：根據《保護兒童免受虐待- 多專業合作程序指引》，虐待兒童是指**對18歲以下人士作出危害或損害其身心健康發展的行為，或因不作出某行為以致兒童的身心健康發展受危害或損害**，包括利用本身與兒童之間權力差異的特殊地位(如：年齡、身分、知識、組織形式)，使兒童處於一個易受傷害的境況而作出的。

### Q2：傷害／虐待兒童的具體行為是什麼？

- A2：
- 身體傷害／虐待**：對兒童使用暴力或以其他方式令兒童身體受傷或痛苦。
  - 性侵犯**：強逼或誘使兒童參與性活動，以對兒童作出性方面的利用或侵犯。
  - 疏忽照顧**：嚴重或重複地忽視兒童的基本需要，例如必需的飲食、衣服、住所、醫療、教育等，以致危害或損害兒童的健康或發展。
  - 心理傷害／虐待**：危害或損害兒童身心健康的重複性行為或照顧者與兒童之間的相處模式；或極端行為，包括：忽視兒童的情感需要、藐視、恐嚇兒童等。

### Q3：如果孩子不小心受傷了，會不會被當成虐兒？

A3：非因兒童的負責人的疏忽照顧而導致的意外受傷一般不屬虐兒。但作為兒童的照顧者，**有責任為兒童提供適切的照顧及保護**，以免他們受到直接或間接的傷害。如孩子受傷，需因應傷勢情況，盡快尋求醫生的診斷或治療。

家長遇到育兒壓力或困難，應主動尋求支援，例如聯絡學校社工或尋求綜合家庭服務中心的協助，以保障子女安全及健康成長。

**《強制舉報虐待兒童條例》將於2026年1月20日正式生效。**

條例旨在及早識別及介入嚴重虐待兒童個案，達致保護兒童的政策目標。下期出版之《偕同》將會詳述更多，請密切留意！

# 社交禮儀



家長會否目擊或經歷孩子於公園玩耍時出現插隊、不願與其他小朋友分享玩具等情況？又有否於乘坐公共交通時，發現孩子把雙腳放於座位上或圍着扶手杆轉圈嬉戲等情況？不論於家中、學校、公園、公共交通工具或其他公眾場合中，遵守社交禮儀屬尊重他人的良好行為，能給予他人留下好印象，亦有助建立社交關係。



### 甚麼是社交禮儀？



社交禮儀是指孩子在與他人互動時應遵守的行為準則和應具備的社交技巧，包括：表達問候與感謝、分享、等待輪候，以及遵守規則和適當地情緒表達等。不同的場合，如於：餐廳、交通工具、與人遊戲時亦有相應的社交禮儀。培養孩子的社交禮儀有助於其學習尊重自己及他人、於社交中建立良好形象，並提升社交能力。

鼓勵家長於日常生活中引導孩子理解不同場合的社交禮儀，並讓孩子理解良好及不合宜行為的具體表現，以正面語句提醒孩子，及說明規則與後果，讓孩子學習如何遵守不同場合的社交禮儀。當然，父母是孩子的學習對象，因此鼓勵父母以身作則教導孩子良好行為。

# 交通禮儀



小遊戲：請仔細觀察圖片，圈出圖中不當的社交行為。(可圈多於一項)



## 交通禮儀小錦囊



輕聲交談，  
避免發出可能刺激到  
他人的響亮聲音。



把雙腳放好，  
學習正確的坐姿。



在月台排隊等候，待列車  
到達，先讓車上乘客落車  
，再緩慢上車。



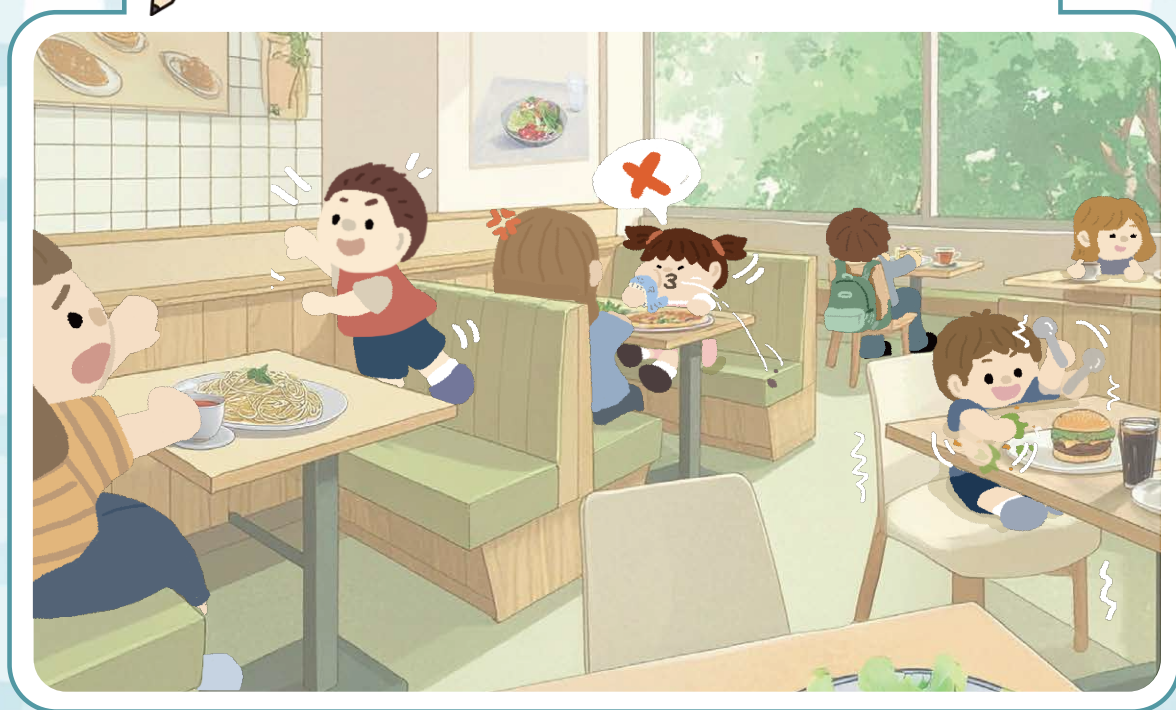
： 卷尾

# 餐廳禮儀

# 遊戲禮儀

 小遊戲：請仔細觀察圖片，圈出圖中不當的社交行為。(可圈多於一項)

 小遊戲：請仔細觀察圖片，圈出圖中不當的社交行為。(可圈多於一項)



## 餐廳禮儀小錦囊

## 遊戲禮儀小錦囊



在公共場合用餐時應該坐好，尊重別人，輕聲說話。避免做出危險的動作。



正確地使用餐具吃飯，不浪費食物。



遇到不喜歡的食物時，應禮貌地用說話表達。



遵守遊戲規則和玩法。



耐心等待，輪流參與遊戲。



學習與人合作，禮貌地表達所想，例如：「我想...可以嗎？」



： 卷長



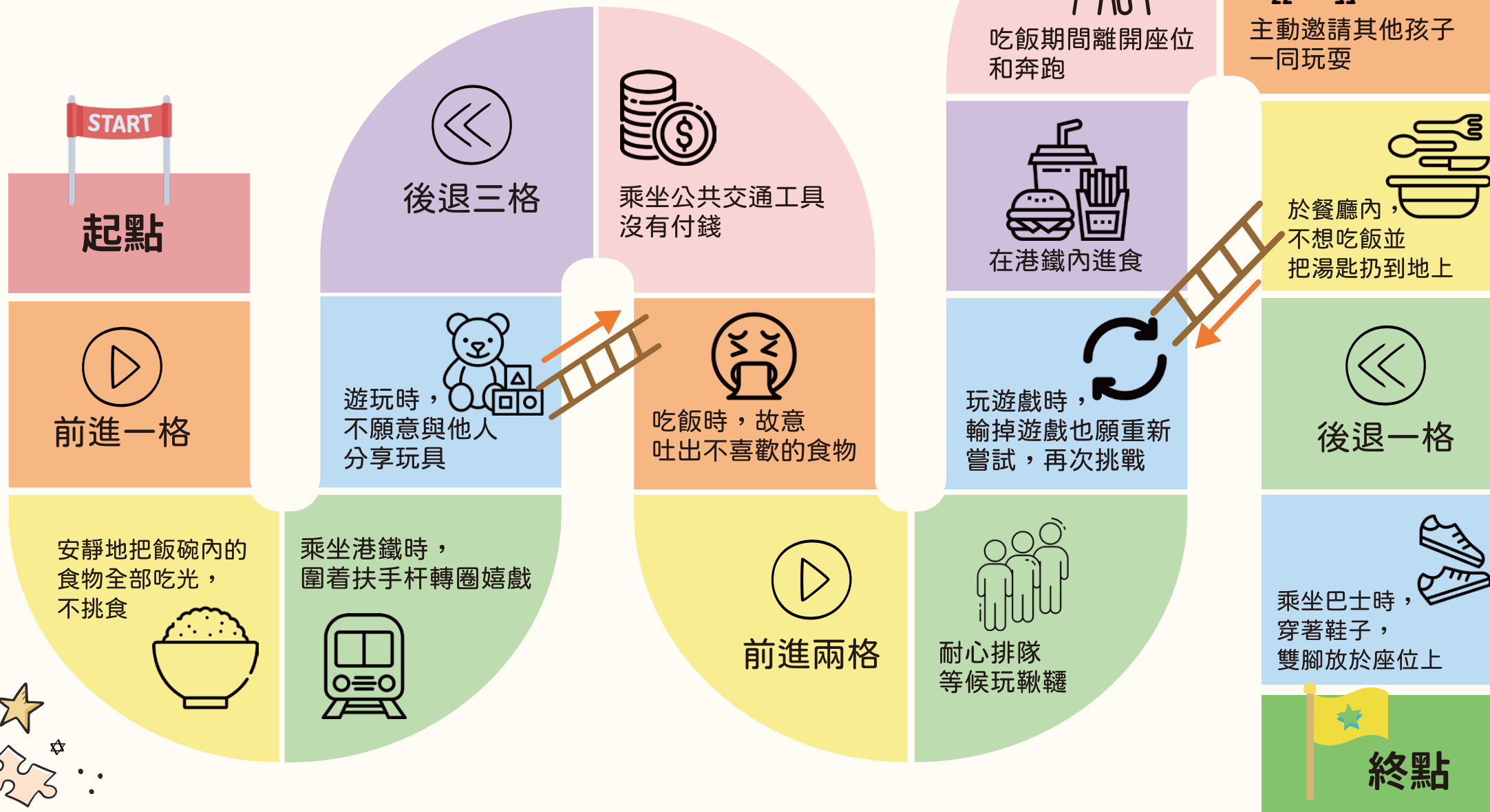
： 卷長

# 棋盤遊戲

學習了以上三個場合的社交禮儀後，請家長及孩子共同參與以下棋盤遊戲，可一同討論如何將禮儀技巧應用於日常生活中。

**遊戲玩法：**

- 每位玩家自行準備一個代表的標示物，放置於起點，並準備一顆骰子。
- 每名玩家輪流擲骰，並根據骰上的數字前進。
- 如標示物到達之格內出現「前進/後退/樓梯」的指示，請根據指示，移到相應的格數。
- 如標示物到達之格內出現「社交情景」，玩家需回答該情景中的人物行為是否合適。答對可前進一格，答錯則後退一格。
- 最快到達終點的玩家獲勝，期間鼓勵孩子多留意遊戲的禮儀，家長亦可在旁提醒。

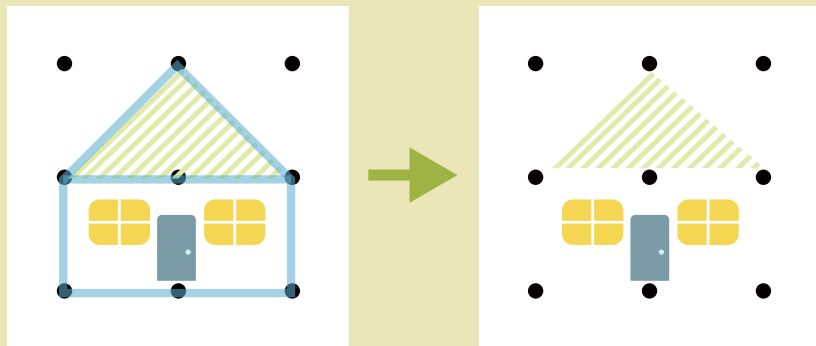


# 連連看

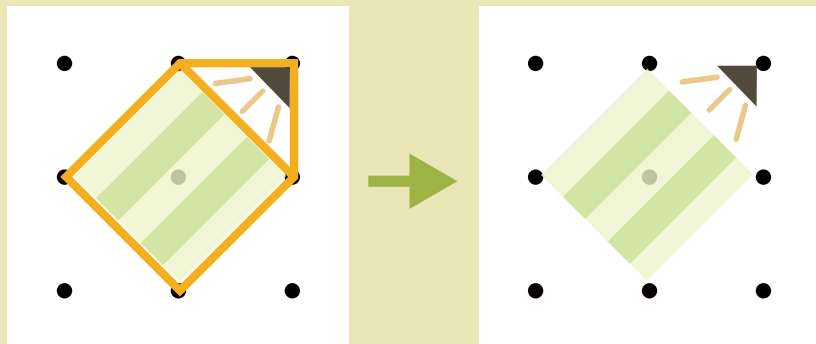
大家一起來畫圖吧！

根據範例，在旁邊方格內再畫一次，有助提升孩子的專注力和模仿能力。

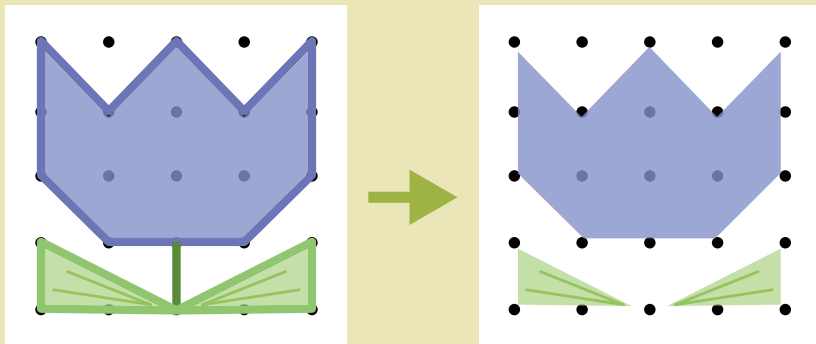
範例



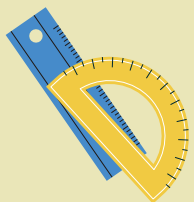
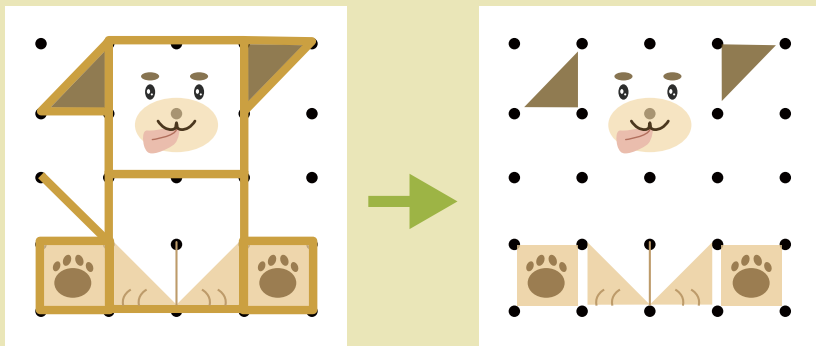
範例



範例



範例



## 45期偕同問卷

