



# 天循報

Tin Shui Wai Methodist Primary School

<http://www.tswmps.edu.hk/>

A1新聞·校內·天循·五年級

請參加

## 家長義工

今天出版一大張·非賣品

25  
星期六

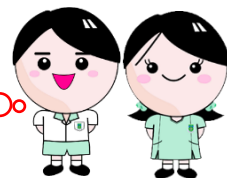
2018年8月

### 五年級老師

老師姓名	興趣
莫麗霞老師	A. 旅行
梁健寧老師	B. 聽音樂
謝世亨老師	C. 打手球
丘妮欣老師	D. 水上運動
姚韻芝老師	E. 遊山玩水
吳寶儀老師	F. 行山
李宛茵老師	G. 發掘美食
譚盼望老師	H. 與愛犬郊遊
李德威老師	I. 聽日文歌
鍾宛真老師	J. 逛街購物
陳桂枝老師	K. 讀電影原著
莫玉翹姑娘	L. 談天說地



猜一猜五年級老師的興趣是哪樣？猜中的話可找老師換禮物啊！



活動預告

### 親子伴讀計劃

面試：9月4/6日早上  
工作坊：9月12日  
13:30-15:00

### 家長義工培訓

9月5日  
9:00-12:00

### 健體日

9月7日早上

\*各項活動詳情將於稍後公佈

### 「從小開始」 幼小銜接簡介會

9月15日下午

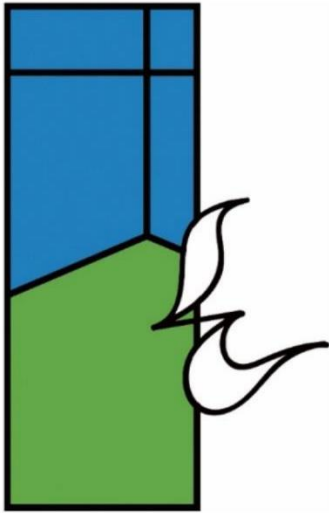
### 公益金 便服日

10月5日

### 中小學一條龍 陸運會暨遊戲日

10月8日 (P4-6)  
10月10日 (P1-6)

## 誠意邀請：循道衛理聯合教會天水圍堂



聚會安排	聚會時間	地點	對象
主日崇拜	早堂：上午十時正 午堂：上午十一時十五分	禮堂	任何人士
聖餐主日	每月第二主日崇拜內	禮堂	任何人士
少年主日學	主日上午十一時十五分	305、306、307室	中一至中六
兒童主日學	主日上午十一時十五分（地下集合）	親子閱讀室、G02、205室、小禮堂	幼稚園、小學生
樂聚坊	每月第一、三主日下午二時十五分	G02室	親子家庭
馬利亞團	逢週五上午九時三十分	G17室	婦女
保羅團	逢週四上午十時正	G02室	長者
Youth Union	青年區：逢週六晚上七時三十分（小禮堂）		大專至職青
	少青區：上午十一時十五分（305、306、307室）		中一至中六
	天苗區：逢週六下午二時正（親子室、G02室）		小學至中學生

# 專題分享：如何建立孩子的正向思考

目標對孩子的成長十分重要，當孩子方向清晰、目標明確，有助孩子成長。簡單的說，就是透過協助孩子找出具體可達成之目標（正向的結果）與在過程中會遇到的困境（負向阻礙）。透過兩者進行比較，逐步縮減這中間的差距，並且設定執行計劃，一步步達成：



1. 願望：  
首先，邀請孩子一起討論他目前最想達到的願望（目標），這個願望必須符合兩個要求：第一，必須是與家庭或學校生活有關；第二，是短暫時間內（幾周或幾個月）就可以達成的。在這兩個要求內，透過

親子討論訂出其自主的願望，就算是達成此第一步驟。〔目標具體〕



2. 結果：  
接下來，我們要和孩子一起開始想像，如果真能達到這個願望將會有什麼很棒的結果會發生呢？這個步驟要重視真實性。在共同想像之後，留下

幾分鐘的時間，讓孩子自己思考並再重複想像最棒的結果。〔喜愛結果〕

3. 阻礙：  
待孩子了解他自己的願望與可能的好結果之後，下一步驟就是要孩子



明白『天下沒有白吃的午餐』、『沒有不進戰場就有將軍可以當』。所以要開始思考，現況和他的願望和目標達成之間可能會有什麼阻礙？在討論之後，一樣的留給孩子幾分鐘的時間去整理他可能面對最重要的阻礙是什麼，並且在想像之後，把阻礙清楚地寫下來。〔建立現實感〕

4. 計畫：  
這步驟的重點是具體的計劃克服阻礙的方式。可以使用逐條列出的方式來處理，譬如，我們在白紙上畫上兩個欄位，一邊寫上「假如我遇到的阻礙是...」另一邊則寫上「然後我就...」。「假如」這一欄填上剛剛所列的可能阻礙，「然後」這欄則協助孩子一起進行腦力激盪，寫下可克服的具體方法，並鼓勵孩子執行之。〔問題面對〕



這個策略也可以保護孩子在實踐的過程中，遇到挫折時，發展較樂觀的觀點，讓我們不被打倒，持續實踐下去的動機。