

01. 衛教宣導~兒童視力保健

(一)營養均衡，尤其維他命 A、B 等之補充。

(二)幼兒時即應每年由眼科醫師檢查，若發現弱視、斜視、近視等問題，應提早治療避免延誤時機。

(三)兒童好動，在嬉戲之間眼球受傷，常造成無法彌補的遺憾，因此呼籲做到下列各點以減少眼睛傷害。

1. 避免使用尖銳的物品或玩具。
2. 避免讓兒童玩鞭炮等爆炸物。
3. 不慎噴到化學製劑應立即使用大量清水清洗，並馬上送醫。
4. 眼球若不慎外傷，應尋找有手術設備之醫院或診所診治，錯過寶貴治療時機，視力恢復機會將大大減少。

02. 健康牙齒保健~牙齒健檢塗氟預告

對象:大、中、小、幼幼班

到園診所:寰宇數位牙醫診所

日期:114年3月20日星期四

同意塗氟者 3/19(三)攜帶健保卡和兒童手冊(需過卡作業於 3/21 歸還)

03. 品德教育~我是禮貌小達人

陸續看見家長分享孩子在家禮貌行為，請持續聯絡本中禮貌寶寶卡喔!在校老師也持續宣導對長輩有禮貌行為；學校小禮物等著寶貝換取。

04. 班級教學觀摩會預告~

對象:大、中、小班 (幼幼班年齡較小不適合)

日期:114年3月25日星期二

時間:早上 9:30 - 11:00

請家們把日期留給學校喔!期待您的參與~

05. 四月份美語電話教學時間預告

4/1(二)大、中班、小班

※電話教學若有漏接，請回撥電話:03-4511122 晚上 6:30~8:30。

PS.撥打電話至家中無人接聽時，美語電聯老師當天以 Call 2 次為限，請家長務必配合。

06. 好文分享~小孩在外都很乖，回家脾氣卻很壞！五步驟化解衝突的親子溝通術

小孩為何在外都很乖，回家脾氣都很壞？是什麼原因，讓孩子反差這麼大？是家裡磁場不對，還是管教不夠嚴，才讓他們才騎到大人頭上來？

這樣的孩子通常有幾個特徵：

- 1、不能被大人批評
- 2、特別針對媽媽生氣
- 3、在家都大吼大叫
- 4、在家都很多意見

破解孩子生氣「哭點」，孩子的情緒問題就少一點！

當孩子在對爸媽大吼大叫時，心裡其實是想讓你知道他的感受及想法，遇到很多事情常有自己的順序及意見，但是他表達不出來或是用錯表達方式，反而讓大人更不能理解他們鬧情緒的原因。

常常一邊發脾氣一邊觀察大人的反應，不停的哭鬧，有時其實只是要吸引大人的注意，孩子在操弄哭鬧的背後，是有目的、有企圖的；可能是想要你陪玩、放下手邊的工作，想要你更瞭解我….

化解親子衝突溝通法五步驟

第一步：阻止自己的批評及攻擊

研究發現，父母面對孩子犯錯時，如果是激烈、負面的回應，孩子長大情緒更差、更沒有自信學習；相反的，如果家長的反應是積極正向、具有建設性，孩子長大才有辦法內化和反省自己的行為。當孩子惹你生氣或者是犯了錯誤的時候，因為父母的一氣之下，打了孩子，效果往往是孩子不明白自己哪裡犯了錯誤，而且可能滋生叛逆心理。

第二步：協助表達，講出孩子的感受

孩子會急著想讓你知道他的感受及想法。在教養語言上，要明確地告訴他：「好，我知道了、聽到了，你現在是不是覺得……」

表達就是要把自己的感情說出來，因為不說出來，誰也無法了解你的想法，不懂正確表達的孩子，通常只能靠宣洩情緒來表達自我、抒發自己的無助感，對情緒發展亦有不良的影響。

當孩子兇爸媽 他在想這個：

**我有情緒、我有需求
希望你關心，了解我**

我不知道
該怎麼說

我只能用
哭鬧引人注意

孩子對大人發脾氣，教養第一步

阻止自己的批評及攻擊

否定行為 不要否定孩子

你那是什麼態度
你讓我失望透了

孩子對大人發脾氣，教養第二步

協助表達，講出感受

我知道你在生氣
我知道你收不完玩具在生氣

減少無助感

孩子對大人發脾氣，教養第二步

114/3/14

協助表達，講出感受

我知道你在生氣

我知道你收不完玩具在生氣

減少無助感

別給時間或禁止哭的壓力。

對較大的小孩可做雙向的情緒溝通。從孩子表達情緒時，可多加入自己對情緒處理的看法及建議（怎麼做可能會更好），讓孩子有主動思考及判斷的機會。

第四步：教孩子正確表達挫折

父母可以提醒孩子，但不要教訓孩子。父母可以和孩子講清道理，讓孩子懂得某種行為可能帶來的後果。當孩子出現某種不良行為的時候，父母可以提醒他，但不要教訓他，因為過失所造成的後果將會給孩子適當的教訓，讓親子溝通間能有多一點彈性，多點軟性溝通，會比命令更有效。

第五步：教孩子正確表達挫折

孩子的同理已開始成熟，對孩子要談道理、也要談感情。例如：「你這樣讓媽媽好難過哦，你這樣一直生氣、一直哭，我也會很難過。」用感情的教育，去轉移負向的情緒。當他觀察到：我的情緒會影響到別人情緒的變化，這叫作「講理也談情」，就是同理心發展的重要階段。擅用同理心溝通法，轉移孩子的負向情緒！

透過語言表達及練習，教孩子說出：「你，不要打斷他，當他說出來時再引導及

孩子對大人發脾氣，教養第三步

我是來陪你想辦法的

你先哭完，不要急著說
我都有在聽你說

讓孩子學冷靜

孩子對大人發脾氣，教養第四步

教孩子正確表達挫折

- ▲你可以哭但不能打媽媽
- ▲你可以去房間生氣，但不能砸東西
- ▲你可以說不要，但是不能吼叫

孩子對大人發脾氣，教養第五步

教孩子感受到媽媽受傷

你剛才很兇，我有些難過
你說「討厭媽媽」是真的嗎？

引導孩子道歉及修正

天才領袖感覺統合兒童發展中心