

基督教宣道會宣基小學（坪石）

2023 年度上學期

給 SK2 家庭的家書（一）

「如今常存的有信，有望，有愛，這三樣，其中最大的是愛」

聖經哥林多前書 13 章 13 節



親愛的 SK2 家長：（鼓勵與孩子一起閱讀）

作為一間基督教學校，我們深信向學生傳遞基督的愛是建立學生正向生命價值觀和減輕心理壓力的重要途徑。記得以前曾在不同場合向學生和家長介紹《五種愛的言語》（Five Love Languages）一書，這書是著名基督徒輔導員蓋瑞·巧門（Dr. Gary Chapman）透過多年輔導的經驗寫出，提出了五種不同表達愛的方式，包括：一，「肯定的言語」、二，「精心的時刻」、三，「親密的接觸」、四，「真心的禮物」和五，「服務的行動」。鼓勵家長與孩子一同觀看影片，再次重溫內容 <https://www.youtube.com/watch?v=rUmZSShKTIE>，並透過運用這些愛的言語，營造一個充滿溫暖和關懷的家校環境，以減少學生、師長和家人所面臨的心理壓力。

經歷整整三年的疫情，雖說一切經已復常，但社會環境的急劇轉變以及家庭經濟上的持續下行，讓很多學生們無論於生活上或學習上，都感到不適應，並累積了很多無形壓力。為此，SK2 自復常後便新增了一項新措施；每逢考試前，向家長學生們發出一份「雞髀通告」，用以表達出師長們想於考試前夕，為學生們「加油！加餸！加力量！」。大部份學生對於午餐加「餸」雞髀十分興奮，有些學生特意跑來跟我說：

「校長，我好想快些到考試，因為有雞髀食。」

「校長，下次可否不吃鹵水雞髀，我喜歡食炸雞。」

「校長，我不喜歡吃肉，我可不可以將雞髀帶回家給媽媽吃？」



也有些家長在通告的回覆欄留言：

「感謝學校對小朋友的關愛，令到孩子們溫飽，有力量去應付考試。」

「感謝學校一直鼓勵孩子，不要少看這隻雞髀，他們都可以開心一整天！甚至過後日子都仍然提起，分享給親朋戚友知道他們學校有多好。」

「感謝學校的安排，孩子很開心，她說吃雞髀那一天，大家都好興奮，好有氣氛。」

相信在考試前能為學生「加餸」，也是「精心的時刻」所預備的一份「真心的禮物」。

陪伴的時間十分重要。作為校長，我會刻意安排，邀請全校學生輪流到校長室共膳，透過與學生們真誠的交談，傾聽他們的心聲。這樣的陪伴時間不但能建立親密的信任關係，讓他們感受到被理解和接納，更重要的是，讓他們知道有人願意與他們同行，共同面對困難！



每次共膳後，我會為學生送上小卡片，記下這段美好的共膳回憶，也藉著卡片寫下鼓勵和「肯定的言語」去肯定他們的努力和成就。透過這樣的表達，可以讓學生們感受到自己的生命價值和被肯定的重要性。

學校亦會在考試前為全校學生送上四支新鉛筆，讓學生裝備好自己，手握著師長們的鼓勵，有信心去迎接每一天的考試！



學校的教育工作，從來都是「愛的教育」，讓我們還原基本步，一起學習及實踐「愛的言語」，將愛傳遞給每一個學生，讓他們滿有愛的力量去面對人生種種挑戰。

「愛裡沒有懼怕，愛既完全，就把懼怕除去，因為懼怕裡含著刑罰；懼怕的人在愛裡未得完全。我們愛，因為神先愛我們。」

聖經約翰一書 4:18、19

深切期盼家校同心同行，學習透過上「五種愛的言語」，共同在香港這個以經濟效益掛帥的城市中創造一個充滿溫暖和關懷的家校環境，為孩子、師長、家長們帶來一點點正能量、一點點生命改變！

祝願

SK2 每個家庭，常感恩，活出愛！

基督教宣道會宣基小學（坪石）

區詠恩校長

二零二三年十二月一日

給 SK2 家庭的家書（一）家長分享及回應

（全校 168 位學生，收到 143 位家長回應）回應截至 2023 年 12 月 8 日

本人頃接第 H(001)號通告，已知悉有關給 SK2 家庭的家書（一）。

本人和孩子已觀看「五種愛的言語」影片，願意和家人一起學習及實踐愛的言語。（最少別選一項，可別多項。）

肯定的言語 (Words of Affirmation)	112 (78%)
精心的時刻 (Quality Time)	71 (50%)
親密的接觸 (Physical Touch)	84 (59%)
真心的禮物 (Receiving Gifts)	65 (45%)
服務的行動 (Acts of Service)	77 (54%)

本人想與校長和 SK2 家長們分享好點子；我和孩子是如何學習及實踐「愛的言語」？
(自由填寫)

- ☺ 日日擁抱，晚晚談心，鼓勵支持，加油打氣！
- ☺ 尊老愛幼，尊師重教
- ☺ 和別人說多點「加油」
- ☺ I will always be with u
- ☺ 多啲聊天
- ☺ 每天找出孩子值得欣賞的地方，說出肯定和讚美的言語。
- ☺ 經常肯定他
- ☺ 我和孩子一起觀看有趣的貓貓影片，一起笑！
- ☺ 直接表達，例如：媽媽好掛住你！
- ☺ 誠懇道歉都是對孩子的重視和愛，相對他們都會更加尊重你、敬愛你。
- ☺ 有時說話不能令他們明白，無傷大雅之下，唯有讓我們一起跌跌碰碰，互相扶持。我覺得愛要感受到的。
- ☺ 把聽到、看到、感受到愛嘅一些說話記下來，再在家庭的群組中互相分享。又或者把這些字句寫出來，放入小箱中儲存起來。當失意或情緒低落的時候，把字句打開細味，便可以感受愛的力量。
- ☺ 我們和孩子相處方式多數說出肯定他的良好行為，多互相擁抱，多說出對對方愛的想法和令他明白一家人每個角色不同的重要性，使孩子學習責任心及同理心。希望他無論發生任何事，都知道家人愛護和關心他，使他能穩定情緒和安全感。大家加油！！
- ☺ 別人幫助你的时候要跟人们说谢谢。
- ☺ 愛可以係言語，愛可以係行動
- ☺ 一個擁抱、一句慰問都可以將心裏的千言萬語，愛再不言中。
- ☺ 感恩女儿在有爱的学校成長

- ☺ 多謝校長一直的教導及多謝 SK2 家長們協助學校的學生處理各種事情，謝謝你們的愛
- ☺ 孩子呀！不經不覺我們吵吵鬧鬧的踏入 11 年了，你的進步和能力，還比媽媽同年的時候快很多很多呀！從未當媽媽的我，也由因為要湊你所以才懂如何當一個女兒，幸好有你的創意讓我更懂當年的我缺了什麼，傷的是什麼！這樣我才懂如何醫好我內心的自己，謝謝你呀小醫生。

有關學生與校長午膳的「精心時刻」（請填寫意向）

本人的子女已和校長午膳，不需再相約午膳。	42 (29%)
本人的子女已和校長午膳，但想再相約午膳。	57 (40%)
本人的子女未曾和校長午膳，想相約校長午膳。	26 (18%)
本人的子女未曾和校長午膳，但不想相約校長午膳。	18 (13%)

本人已閱畢「給 SK2 家庭的家書（一）」，有以下肯定／鼓勵／意見／查詢：
（自由填寫）

- ☺ 希望孩子有發奮動力
- ☺ SK2 加油
- ☺ 感謝學校安排
- ☺ 謝謝校長抽空陪伴孩子聊天和午膳
- ☺ 欣賞
- ☺ 第六個年頭了，可認同 SK2 校園內的師長和學生都十分親善和有禮！孩子在這裏讀書覺得很開心！
- ☺ 感謝學校可以讓學生與師長一起進行午膳
- ☺ 愛的表達的確有很多種，有時在困難之中，更能夠突顯愛的重要。希望大家也不要以為孩子年紀少，將生活的擔子隱藏；反過來可以嘗試與他們一起分享，一起商量解決辦法，與他們同行，也是一種對孩子的肯定和尊重。
- ☺ 謝謝分享
- ☺ 不經不覺這六年小學生活快要結束了，不只孩子作為家長都萬般不捨。非常感謝學校上下每一位老師和員工，你們一樣願意為孩子付出五種良好的言語作為一個好榜樣。我的孩子在這個充滿愛的校園學習，使他慢慢地成長了不少，內心充滿喜樂和感恩。孩子在小學階段學習的良好基礎，成為他人生及以後永遠不忘的回憶。謝謝宣基！上下一心令孩子打造一個美好的童年好回憶。萬般感激！
- ☺ 加油
- ☺ 肯定係將最好的給小朋友
- ☺ 校長，你與小女午膳之後，給她很大的鼓勵，沒有那麼膽小了，做事有自信，勇於挑戰就事物。感謝校長對小孩的關心，令她充滿信心。
- ☺ 感恩學校對孩子的關愛