

01. 好寶寶宣導—上學時間提醒[不遲到]

天氣轉為暖和了，是訓練早起的好時機，希望孩子 8:30 前到校，讓小朋友有更充分的早晨時光。長期觀察下來，發現準時上學，好處真不少，世懿期待家長們正視「長期遲到的壞習慣」，學校無論多麼努力宣導，總是會遇到一些小困擾，無論效果多麼慢，只要開始做，就會有改善，為了孩子們好，大家一同努力吧！

02. 衛教宣導~牙刷更新的重要性

牙刷多久換一次才符合健康概念呢？牙科醫生建議，牙刷應每月或至少 2 個月更新！變形或未更新的牙刷，除了容易讓口腔疾病惡化之外，甚至可能引起急性扁桃腺發炎、咽喉炎等疾病，小心因此而危及健康。

03. 即將換季囉！

自 5/12(一)起開始換季了，家長可以依照寶貝個人體質做更換，或是在夏季服外加一件薄外套。週一、五穿夏季運動服，謝謝配合！

04. 母親節節慶朝會暨春季野餐相關活動預告

母親節即將來臨，世懿將於 5/9(五)早上朝會時間，透過老師戲劇表演方式，呈現母親節的意義，教導孩子回到家中對媽媽表達感恩！同時，老師們將帶領孩子們親身體驗母親懷孕期間，挺著肚子生活的種種不便與辛苦，透過一日媽媽親體驗，深刻感受母親的辛勞與對孩子的付出，同時在這充滿溫馨的季節裡讓孩子們跟著春天的腳步於校園內進行春季野餐！敬請期待~

1. 春季野餐時間：5/9(五)早上 10:00~11:00。

2. 請為孩子準備一人份野餐食物即可，避免浪費。

3. 此活動為校內節慶教學活動，當天家長不必餐與。

05. 親子旅遊木柵活動

一年一度親子旅遊團開跑囉！旅行的意義，不見得是去了哪裡，而是和誰一起。旅行的節目，未必要安排的緊湊，重點是能讓心靈喘口氣。牽起家人的手，走出門。來一趟春日微旅行吧！歡迎家庭成員一起參與。

地點：木柵動物園

日期：5/16(五)

06. 畢業典禮預告

今年畢業典禮將於花田盛事築夢莊園舉辦，時間訂於 114 年 7 月 25 日(五)下午舉行喔！參與的班級為大、中班（小、幼班不參與），當天表演的小朋友，會有租借衣服的配合，屆時會有相關租衣費用。

07.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。

在平常的時候就可以增加與孩子間的情緒分享，透過語言表達及練習，教孩子說出：「你的感覺，我的感覺？」一定要給孩子聆聽的機會，不要打斷他，當他說出來時再引導及解決問題。

第三步：讓孩子學習冷靜，引導思考給孩子最大的安慰，當孩子正在情緒當下，告訴孩子，哭沒關係，有爸爸媽媽陪，哭完了再說，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！