

01. 牙齒健檢完成~

本週已完成牙齒健檢，回條中若有齲齒狀況，請家長抽空務必再次去牙科，檢查進行後續治療協助喔！

02. 畢業旅行滿滿美好回憶~

此次學校帶著大班孩子們出發，一路上嘻嘻哈哈笑聲到了飯店，欣賞非洲音樂會演出，樂園裡的遊樂設施遊玩，雖然天空不作美一下子有雨下子沒雨，輕便雨衣穿了又脫，脫了又穿澆不熄孩子們的熱情與開心，回到飯店享用晚餐後接著又去步道探險驚喜又有趣，遊戲島樂園玩得孩子們都捨不得回房間睡覺，洗澡前的家長視訊開心得合不攏嘴，洗澡過程中也是一直再說著當日活動的有趣，第一次跟爸媽分開自己獨立睡覺和同學老師一起的感覺真的很不一樣，隔天自助早餐孩子們自己選擇自己想吃的餐點，有禮貌回到座位上享用著早餐，鸚鵡巡禮活動孩子們覺得牠好有趣，接著樂園遊玩第二天的人比第一天還多，排隊足足排了 1 個小半終於輪到我們時，卻因為體驗狐獴時間要到，詢問孩子們意見，孩子們想去體驗狐獴，所以放棄了蒸汽小火車，此時下起大雨孩子們拖著腳步，但心裡開心的還想玩，狐獴體驗飼養員教導如何訓練狐獴聽指令及餵食，孩子們一開始看見牠的食物是麵包蟲都深呼吸一下，後來知道是用鑷子夾麵包蟲心理的擔心石頭就放下了，回程下午茶饗食天地放鬆地享用下午茶點；結束了兩天一夜充實、快樂、美好的兩天~

03. 6 月戶外教學預告

養樂多工廠

日期:114 年 6 月 20 日

地址:桃園市中壢區自強一路 4 號

04. 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。

05. 好文分享~這種「責備方式」，正在悄悄傷害你和孩子的關係

「責備」並不一定是壞事，但還是有一些「不該出現的責備方式」。

最不該出現的，莫過於意氣用事，將情緒發洩在孩子身上。

絕對不能為了宣洩自己的負面情緒而責罵孩子。在商業上，對下屬可以「責備」和「叮囑」，但「發脾氣」是絕對不能做的事情。在歐美國家，人們普遍認為無法控制情緒的人不成熟，不適合擔任管理職位。心煩意亂時，任何人都無法冷靜判斷事情。

想要徹底控管情緒確實十分困難，正因為如此，才會有這麼多關於憤怒管理的觀念與情緒控制的書籍。我希望各位記住下面這句話：

不要受到個人情緒擺布，出言傷害孩子。

舉例來說，當你坐在客廳煩惱工作或人際關係的問題時，一旁年紀還小的兄弟檔突然吵了起來□□

如果是平常，看到兄弟倆吵架，你可能不至於嚴厲斥責。

偏偏當下你正因為其他事情而煩躁不已，結果就忍不住破口大罵：「安靜！別為了那一點小事吵架好不好！」這顯然是將自己的負面情緒發洩在孩子身上。孩子被這麼一罵，搞不好會被那惡狠狠的語氣嚇到哭出來。嚴格來說，這根本不是責備，只是亂發脾氣罷了。這種「亂發脾氣」的否定，會造成親子關係的裂痕，讓孩子愈來愈膽怯。長期累積下來，孩子恐怕再也無法敞開自己的心房，只會察言觀色，試圖討好父母。我們要留意自己當下的情緒，不要受到個人情緒擺布，出言傷害孩子。各位也看過某些爸媽罵孩子的聲音遠比孩子吵鬧的聲音來得大吧？

面對孩子，可以有目的地「責罵」，但不能情緒性地「發脾氣」。

不要瞬間反應，先「聽」再說

可以有目的地「責罵」，但千萬不能情緒性地「發脾氣」。道理我們都懂，實際做起來卻沒那麼簡單。我要提醒各位：**碰上令你產生負面情緒的事情時，「不要瞬間反應」。**當你發現孩子拿油性筆在牆上大肆塗鴉，是不是很有可能當場理智線斷裂，開口痛罵孩子一頓？此時，請試著給自己三秒鐘，喘口氣，緩和情緒。

給自己喘口氣的時間，就能避免情緒瞬間爆發。那麼，接下來要怎麼做？

接下來，請讓自己習慣「平心靜氣地聽孩子說話」。

換成商業情境，這就相當於「先聽下屬怎麼說」的傾聽技巧。過去在業務員的圈子裡，都是由業務員先向客戶介紹產品的性能；然而，現在「先傾聽並了解客戶的需求」才是常識。有趣的是，很多優秀的業務經理明明很懂得傾聽客戶的心聲，不知何故，卻不會聆聽下屬的意見，總是自己先開口。上司可能是認為自己經驗豐富，或希望下屬快點成長的念頭太過強烈，結果反而忽視了「傾聽」。

前面提到，溝通可以分成「表達」、「傾聽」、「討論」三種類型。

理想的溝通順序應該是這樣：

「傾聽」→「討論」→「表達」。

或是：

「傾聽」→「表達」→「討論」。

無論哪一種，都是先從「傾聽」開始。

怒火平息後，請先從「傾聽」開始溝通。

希望各位都養成這樣的習慣。

《[不否定的教養練習](#)》 林健