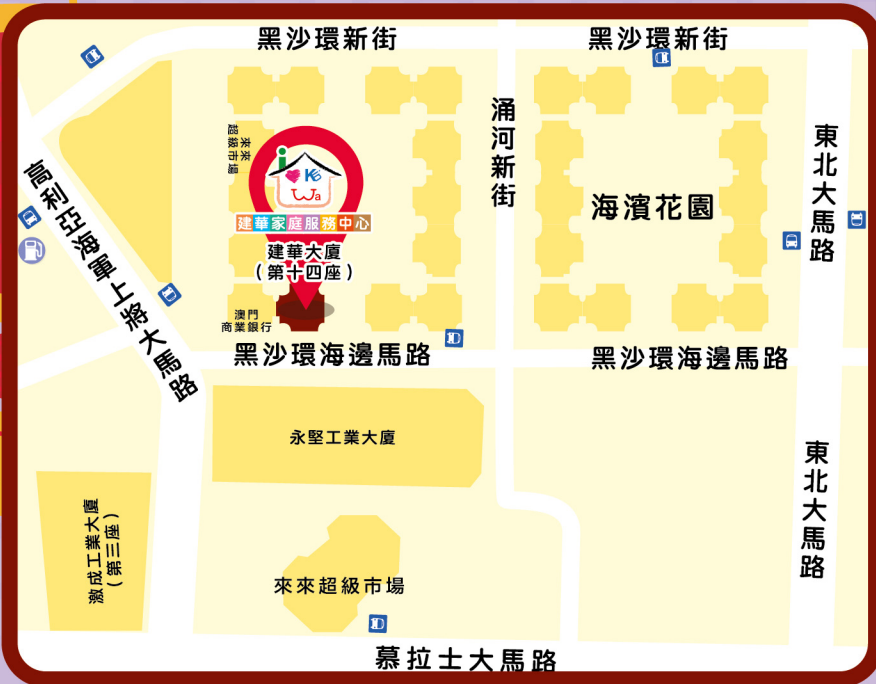




聯絡方法

🏠 澳門黑沙環海邊馬路建華大廈
十四座地下C舖

☎ 2845 2769 / 2845 4036

📠 2845 2700

✉ kinwa@mmss.org.mo

🌐 www.mmss.org.mo



f 澳門循道衛理建華家庭服務中心



📷 MMSSKINWA



歡迎掃描中心微信
mmsskinwa



澳門特別行政區政府
社會工作局
GOVERNO DA RAEM
INSTITUTO DE ACÇÃO SOCIAL

資助部分活動經費



澳門循道衛理聯合教會社會服務處
建華家庭服務中心

Secção de Serviço Social da Igreja Metodista de Macau
Centro de Apoio À Família "KIN WA"

小樹苗

家庭成長園地
活動小冊子



2026年
1月 - 3月
第20期

對象

已加入
「小樹苗家庭成長園地」
之家庭

所有班組及活動
2025年12月8日至16日期間
接受電話/網上登記，後抽籤，再繳費。
(中心職員會聯絡中籤者報名)

掃描QR CODE
網上登記
班組及活動



支持環保，善用資源，如重複收到此刊物或不適用，請贈予您的摯愛親朋或適合人士，謝謝！

第20期

目

錄

2026年
1月至3月

- P.3 中心簡介
- P.5 小樹苗家長資源閣
- P.7 「JOY」種小樹苗親職計劃2026
- P.9 家庭生活教育
- P.11 Think Bright導思有法
- P.13 專題分享
- P.14 「DIR Floortime」地板時間-家長工作坊
- P.15 同・童學教室
- P.16 兒童認知小組
- P.17 跨專業密集式訓練課程×親職支援服務
- P.19 家長工作坊
- P.20 社工訓練小組
- P.22 兒童興趣班
- p.23 分享站
- P.25 報名方式及注意事項
- P.26 惡劣天氣安排

『小樹苗』家庭成長園地。除了定期的兒童/親子/家庭活動及班組外，我們也提供家長諮詢及輔導服務。如遇到個人壓力、夫妻相處或彼此在教養上出現差異，育兒及教養疑問等，歡迎親臨本中心或致電與我們聯絡。



中心開放時間

星期一至星期五

上午10:30 - 下午06:30

星期六

上午09:30 - 下午05:30

逢星期日及公眾假期休息



以下節日，中心暫停開放，
敬請留意！

1月1日	(星期四)	元旦
2月17日	(星期二)	農曆正月初一
2月18日	(星期三)	農曆正月初二
2月19日	(星期四)	農曆正月初三



建華家庭服務中心

中心簡介

澳門循道衛理聯合教會社會服務處建華家庭服務中心為一所基督教服務機構，於1989年開始為本澳居民提供服務，並於1997年4月遷入黑沙環。

本中心服務透過以家庭為核心，以更整全及適切的服務回應各家庭的需要，陪伴各家庭一同成長，並與社區合作，攜手為本澳市民建構健康及積極人生。

小樹苗

特殊學習需要兒童家庭支援



服務簡介

當家長發現子女在成長發展或學習能力方面出現差異，都會感到擔心及焦慮，在照顧及管教子女時均承受著很大的心理壓力。因此，本服務是讓家長在情緒、資源、管教及訓練等方面得到支援，使其能減輕家長的心理負擔並協助子女健康愉快地成長。

服務項目

家長諮詢及輔導服務
家長資源閣
社工訓練小組*
親子小組/活動*

早期初步辨識及轉介
家長專題講座*
密集式訓練*
專業訓練*

註：有*是需要收費的項目
經濟援助或社會融和計劃受益家庭，可減免部分活動費用。

服務內容

★早期初步辨識及轉介

初步辨識有需要的兒童及其發展需要，為家庭提供合適的資源轉介。

★家庭生活教育

提供不同類型的親子活動，鞏固家庭親密關係，與子女一同成長。

★家長支援計劃

舉辦不同類型的家長講座，認識兒童成長歷程、行為表現及其學習需要，同時為家庭成員就照顧及教養子女或個人需要上提供管教技巧及情緒支援。

★兒童成長訓練及活動

透過訓練活動增強兒童各方面的能力，以更掌握並融入家庭及學校的日常生活。

★專業訓練*

由治療師為兒童提供個別訓練/小組，針對兒童需要作出訓練。

服務對象

- ★ 被評估為有特殊需要之0-3歲幼兒及其家庭；
- ★ 懷疑有特殊需要之0-6歲兒童及其家庭。

跨專業團隊

- ★ 註冊社工
- ★ 註冊言語治療師
- ★ 註冊職業治療師
- ★ 專業幼兒教育導師

申請辦法

填妥《服務申請表格》及兒童近照乙張（證件相），連同相關評估報告（如適用）文件副本一併提交至本中心，將有社工聯絡家庭預約進行初步辨識。

地址：澳門黑沙環海邊馬路建華大廈十四座地下C舖
電話：2845 2769 / 2845 4036
傳真：2845 2700



Tell the Story 的教具是讓幼兒學習故事排序，內設有五個小故事，而每個故事由四張卡片組成。幼兒可先觀察卡片，判斷故事的情節，然後將卡片按先後次序排列，藉此訓練幼兒的邏輯思維。當幼兒完成排序後，可以翻看卡片的背面自行檢查答案，因為每張卡片上都分別印有一至四個不同形態的圖點，代表故事的開首和結尾。完成排序後，幼兒可嘗試以口語的方法將故事描述出來，提升表達能力。



「小樹苗」家庭成長園地 - 家長資源閣，提供訓練圖卡、認知拼板、桌遊、兒童繪本及家長參考書籍等，供親子借用。小樹苗家庭可多善用資源閣的素材，回家一起進行居家練習、家庭遊戲及親子共讀。每次可借用2週(可選2款)，費用全免。

有適合不同年齡兒童的家用教材及訓練工具，可按兒童的需要及程度選擇合適的教具。如有需要，也可以找我們姑娘/姐姐推介書本或教具喔！

「JOY種小樹苗」 親職計劃2026

「JOY種小樹苗計劃」，為特殊學習需要兒童之家庭策劃及設計不同主題的居家訓練內容和教材，與親子一起在學習中成長，深受小樹苗家庭歡迎。

本年度將延續計劃概念，每三個月為一期，除了原有的主題教具、教學卡外，計劃加入了**親子互動冊**，鼓勵家長可以與孩子在訓練後一同總結學習經驗，而本年度亦增設**親子正向互動卡**，期望能運用計劃內的主題教具，以及教學卡內詳細的教學指引，讓家長學習居家訓練技巧，親職管教資訊，成為孩子的導師。

教材套內容：每期主題教具、教學卡、互動冊、親子正向互動卡、資源閣主題推薦

對象：已加入小樹苗之家庭(如未加入之家庭，歡迎聯絡我們申請服務)

費用：\$120/期

教材套的內容涵括以下內容：



認知



肌力



解難能力



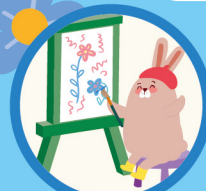
語言理解及表達



情緒社交



創意想像



專注力



家庭生活教育

2026年1-3月教材套登記期由即日起至12月31日，
有興趣家長可立即掃碼登記！



第十五期

5歲或以下兒童教材套內容

活動編號：HT2601

包括：認知、社交、肌力(大小肌肉)、
專注力、語言理解及表達



5歲或以上兒童教材套內容

活動編號：HT2602

包括：社交、創意想像、肌力(大小肌肉)、
專注力、語言理解及表達



完成練習後，可以運用**親子互動冊**與孩子一同總結學習經驗，累積一定次數可親臨中心換領**小禮物**以作鼓勵喔！

「身體的秘密」

— 性教育親子工作坊

活動編號：SN2604

- 目的：**透過工作坊活動、親子互動讓兒童學習及認識自己的身體部位，以及學會如何保護自己，同時讓家長學習如何與兒童展開性教育。
- 內容：**繪本故事、小組遊戲及親子互動。
- 對象：**親子(3歲至4歲12個月兒童及其**父或母**)
- 名額：**6對
- 日期：**1月25日(星期日)
- 時間：**10:00-11:15
- 地點：**本中心
- 費用：**\$80/對、\$100/父母二人同行
- 社工：**吳姑娘
- 備註：**參加及出席活動之成人必須為兒童之**父或母**，否則不接受報名。

「我的身體很重要」

— 性教育親子工作坊

活動編號：SN2605

- 目的：**藉著親子探索及認識身體部位，瞭解到男女身體的差異及自主權，提升兒童的自我保護意識，並支援家長與子女一同面對性教育議題。
- 內容：**遊戲互動、繪本共讀及手工等。
- 對象：**親子(5歲或以上兒童及其**父或母**)
- 名額：**6對
- 日期：**1月25日(星期日)
- 時間：**11:45-13:00
- 地點：**本中心
- 費用：**\$80/對、\$100/父母二人同行
- 社工：**吳姑娘
- 備註：**當日出席之成人必須為兒童之**父或母**，否則不接受報名。



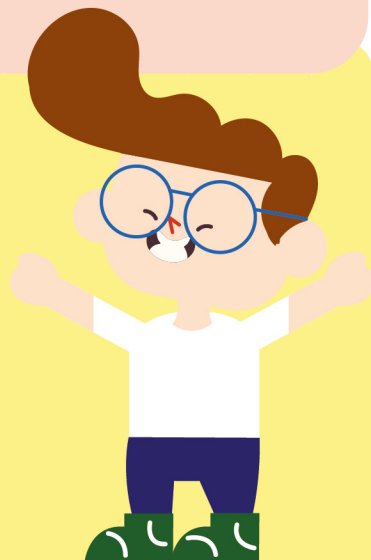
THINK BRIGHT

導思有法 - 簡介

由香港協康會專業團隊研發一套以實證為本 (evidence-based)、並顧及本地文化特色 (culturally appropriate) 的「Think Bright 導思有法」訓練課程。認證人員會運用動態評估導引教學手法，掌握兒童的思維情緒，配合適切的導引，積極地啟發兒童思考、鼓勵他們表達所思所想，學習積極面對挑戰和解決問題。幫助認知及語言發展方面較緩慢的學前兒童，能夠在邏輯思維和解難能力上有進一步的提升，並且具備應付挑戰的信心。

理論基礎

Think Bright 的理論源自Vygotsky的貼近發展區的教學理念，並參考Feuerstein的導引學習和Tzuriel的動態評估理論作研究基礎，再在香港本地化調適，而我們亦會依據澳門本土文化、生活習性及表達用語上作調適，更利於在澳生活及就學的兒童。過程中，學習者可獲得正面的回饋和支持性的引導，使學習成為一種正面、自發、充滿鼓勵的內在滿足的活動。



訓練目標

Think Bright 教材以貼近生活的圖卡活動，讓兒童在遊戲中自然提升思維能力！

如何讓兒童更有思考力？

透過「找朋友」、「排故事」、「奇怪的圖畫」等有趣教材，以提升兒童的：

類比
思維

情境
理解

歸納與
邏輯推理

觀察與
表達能力

THINK BRIGHT 導思有法 幼兒高階思維個別訓練課程

報名詳情

內容	課前評估及家長面談—(1節@1小時) 幼兒高階思維個別訓練課程—(12節@50分鐘)
報名	先登記參加，工作人員會按順序聯絡報名
對象	4歲至6歲12個月兒童；正就讀幼稚園之學童， 對在認知及語言發展方面有輕微遲緩的學童
費用	\$1900/位 (包括1節課前評估及12節個別訓練課程)

活動編號：SN2612

Think Bright
導思有法認證人員

卡姐姐/楊姑娘/珊姑娘

備註

課前評估後如幼兒未合適參與是次訓練課程，工作員會再按需要推薦其他合適幼兒的訓練課。



註冊社工：珊姑娘

DIR Floortime 地板時間是甚麼？

DIR模式由 Stanley Greenspan 博士提出，強調三個關鍵組成部分：

D- Developmental 發展能力

這方面著重於情緒和認知的發展階段。它認同兒童在特定的發展里程碑上取得進展，而干預應該針對他們目前的程度提供支援。

I- Individual Difference 個體差異

承認每個兒童獨特的感官處理方式和個人需求。瞭解兒童的具體特徵，例如他們的感官偏好和情緒反應，對於提供有效的支援至關重要。

R- Relationships 關係和情感互動模式

以關係為基礎，強調兒童與遊戲夥伴之間的情感連結和互動的重要性。建立堅固、有教養的關係可營造一個安全的環境，讓兒童可以探索、學習和發展社交情緒技能。

DIR強調以「情感關係」為基礎，主張尊重兒童，認可他們的獨特及個人需求，同時按個體差異營造讓他們感到安全和被理解的環境。以增強兒童與人的親密感覺及捕捉兒童的情感需要，增加兒童與人互動的動機；提升兒童與人的互動能力，幫助兒童發展認知、語言、思維及社交等能力。而在培養一個支持性的環境中，相信父母是重要的基石，全心全意地與兒童一起進入「地板時間」，能夠讓我們打開與兒童的溝通之門，並建立親密的關係，這是在兒童發展中最關鍵的一環。

本年度每期季刊會與小樹苗家庭分享一個DIR Floortime 地板時間主題，如有興趣瞭解更多家庭可與我們聯絡。

參考資料：1. 協康會<<樂在地板時間>> 2.The Children's Centre 3. www.floortime.org

DIR FLOORTIME

地板時間 - 家長工作坊

活動編號：SN2611

家長專題
工作坊

目的：透過工作坊認識「地板時間」，包括三個關鍵D.I.R.為何？以及兒童六個功能性情緒發展里程碑(Functional Emotional Developmental Milestones)。一起嘗試發現孩子在發展上的個體差異，瞭解當中影響著孩子的困難，並學習如何透過留意孩子的情緒反應、觀察他/她細微的表達訊息，從中找到亮點真正接近孩子，建立「情感」的交流及互動機會。

內容：主題分享、互動體驗。

對象：家長(育有特殊學習需要兒童之家長)

額：12位

期：3月29日(星期日)

間：10:30-12:00

點：本中心

用：\$80/位、\$100/父母二人同行

註：家長工作坊期間同場設有兒童活動進行，家長可於報名時一同為兒童報名，名額有限，額滿即止。

工：珊姑娘 (ICDL DIRFloortime® 201 認證；完成 ICEEFT EFT 國際認證情緒取向治療訓練)





三至四歲的孩子充滿好奇心，熱衷於探索和學習。除了愛與關懷、合理的限制與管教外，孩子也需要你的引導和鼓勵，才可讓他發展和實踐新的能力。這個階段的孩子會花很多時間嘗試理解身邊的事物，亦因為好奇心的驅使，孩子會不停地發問。孩子的抽象邏輯推理能力仍未完全發展，所以他們只能理解一些簡單而具體的答案，家長亦不需期望自己全都懂得回答，只須告訴孩子一起找答案，這樣做不但有助增進孩子的知識，同時亦可教導他們學習的方法。

家長可以做的：

每天抽時間
跟孩子單獨
談話

跟孩子談天
時要耐心聆
聽他要說的
話

回答他的發
問和向他提
問，促進他
在學習及語
言能力的發
展

幫助他用語
言來表達自
己的情緒和
需要

每天和孩子
一起閱讀，
和他討論故
事人物和感
受，也告訴
他你欣賞或
贊同的

教他新的詞
彙，並在
他的說話中
添加字詞，
豐富他的詞
彙和加長他
所說的句子

利用日常生
活中的事物
教他抽象概
念，如分辨
大小、顏色
和數目等

鼓勵他獨立
照顧自己

讓孩子做簡
單及能力所
及的家務

讓孩子作簡
單的選擇

多讓他跟別
的孩子或成
人玩耍

和孩子玩扮
演遊戲，讓
他作主角

鼓勵孩子每
天運動，以
增強體魄

帶孩子到不
同的環境，
如公園、圖
書館、博物
館等，讓他
探索和學習

*以上資料取自香港特別行政區政府衛生署

兒童認知小組

活動編號：SN2602

目的：

心理學家皮亞傑(Piaget)曾提出遊戲可以反映「兒童發展的層次」，透過互動遊戲、綜合活動等，提升兒童基礎認知及概念等，加強兒童類化能力，並能夠應用在生活及學習當中。

內容：

互動遊戲、認知練習、小組任務

對象：

3歲至4歲6個月兒童

名額：

4位

日期：

1月3日至2月7日（逢星期六）；共6節

時間：

10:30-11:30

地點：

本中心

費用：

\$600/位

導師：

卡姐姐

課程導師簡介：

- 具幼兒教育學士學位及相關幼兒教育經驗
- 蒙特梭利幼兒教學法資格
- Think Bright導思有法-幼兒高階思維認證
- DIRFloortime® 101 認證

跨專業密集式訓練課程x親職支援服務

教學理念

- **本課程融合結構化教學**(TEACCH: Treatment and Education of Autistic & Related Communication handicapped Children) 運用自閉症兒童的溝通特徵及學習模式，透過結構化的學習環境及視覺策略，有系統地提升兒童的學習能力。
- **個別化學習計劃** 集合社工、家長及其他專業人員，按兒童的認知、言語表達、自理、社交能力，針對兒童的個別需要，為他們度身訂造學習目標，以提供適切及個別化的教學方案。
- **以兒童為本** 針對五大訓練範疇，包括日常生活、感官、數學、語文及自然探索，協助兒童在成長的敏感期內，透過多感官的學習環境及豐富的教材，循序漸進地獲得全面的發展。
- **以家長為夥伴** 透過為兒童訂立個別訓練計劃及協助家長將訓練延伸至家中，有系統地提升兒童的能力及家長的訓練技巧。

課程內容

- **由資深社工設計課程內容** 訓練內容採用結構化教學法，並融入由跨專業團隊設計的訓練元素，協助兒童全面提升社交溝通、情緒控制、自理、大小肌肉、口肌、學前概念及學習能力。
- **每天二小時三十分鐘的密集式訓練流程。**

每節2.5小時

主 題	內 容
點 名	☐ 打招呼、點名
大肌肉訓練或專業訓練小組(註一)	☐ 大肌肉、身體協調及動作模仿能力訓練
自理訓練+小休	☐ 自理訓練包括如廁、洗手及進飲
個人工作時段 或 個別一對一訓練	☐ 由工作員為每位兒童訂立個人訓練計劃，透過結構化的學習環境及視覺策略，提升兒童的學習能力如專注力及安坐能力，以及在五大訓練範疇包括小肌及寫前訓練、理解表達、社交、感知肌能、學前概念等
餐桌禮儀訓練	☐ 餐桌禮儀、進食及社交溝通訓練
自理訓練+小休	☐ 自理訓練包括如廁、洗手及進飲
小組專題訓練 或 故事時段	☐ 由跨專業團隊設計的小組專題訓練，透過感知肌能、圖工、體育活動、社交遊戲、音樂等活動提升兒童的情緒管理、社交溝通、遊戲技巧及專注力 ☐ 透過故事時段，提升兒童的理解、表達及互聯專注能力

註一：專業訓練小組：逢(星期二)三節45分鐘言語治療師訓練小組；逢(星期四)三節45分鐘職業治療師訓練小組
註二：上述課程流程或按需要變動，中心不會另行通知參加者

跨專業團隊

本訓練課程由資深社工設計，於課程中加入不同的專業之元素，讓兒童得到更多專業之訓練；

- 職業治療師** 豐富兒童的感覺經驗及提升動作表現能力。
- 言語治療師** 設計社交溝通活動及口肌訓練，課程按個別兒童訓練需要；以提升參加者之語言表達能力。
- 註冊社工** 為兒童度身訂造個人教育計劃及設計課程內容，重點提升兒童整體學習能力，並為本訓練課程之執行者，帶領小組訓練。

跨專業密集式訓練

報名詳情

時 段：2026年3月9日-3月13日 (生活自理篇)
2026年3月16日-3月20日 (行為秩序篇)
2026年3月23日-3月27日 (理解表達篇)
逢星期一至五；9:00-11:30

地 點：本中心

名 額：4個家庭

對 象：2-3歲6個月自閉症、自閉症傾向或懷疑自閉症的兒童

主責社工：吳姑娘(人手比例1:2)

費 用：\$4,200/3星期(包括6次專業訓練小組及1次社工家訪)

形 式：每節2.5小時，小組訓練、居家建議、家長支援

入學程序：需參與「小樹苗家庭成長園地」服務之家庭兒童，已進行初步辨識，了解兒童的能力及訓練需要。

服務須知：所有訓練以小組形式進行，日期一經確定將不會更改，缺席(病假/事假)/早退/遲到者將不獲補堂或退減費用。

活動編號：SN2607

親職支援服務

- 課前辨識** 課前為兒童進行初步辨識，與家長一同為兒童擬定個別化學習計劃。
- 溝通手冊** 每天派發溝通手冊，為兒童的學習記錄，按需要提供家居訓練及建議。
- 家長諮詢** 每天課後與家長短談，反映當天兒童的學習表現及家居訓練建議，亦鼓勵家長分享兒童在家或學校情況，以提升對兒童訓練需要及進度的了解。
- 家 訪** 課程結束後，會根據兒童的訓練情況到家庭進行家訪，除與家長檢視總結個別化學習計劃的成效外。更協助家長將結構化訓練延伸至家中實踐，靈活地按實際家庭環境提供居家訓練建議。

家長工作坊

「ME TIME」 自我關懷・家長園藝工作坊 -押花及苔球篇

活動編號：SN2609

目的：發揮植物的療癒力量，藉由照顧植物這個生命體的過程中，看到花開花落，但仍然生生不息。感受變化、改變和轉換，從中體會接納、呵護和欣賞，當然還有對自我的肯定。在輕鬆、舒服和自然的環境下，「ME TIME」中讓家長得以放鬆，舒緩平日工作及照顧壓力。

內容：主題分享、製作押花手作及苔球植物、放鬆減壓等

對象：家長(育有特殊學習需要兒童之家長)

名額：8位

日期：3月25日(星期三)

時間：10:00-11:30

地點：本中心

費用：\$80/位

社工：珊姑娘(已修畢園藝治療證書課程)

備註：1.如有過敏經驗請於報名時告知；

2.請自備環保袋。



社工訓練小組

「從計劃到行動」-執行功能小組

活動編號：SN2601

目的：透過情境體驗、任務工作及圖卡使用，學習計劃、組織到執行，藉以提升兒童自我調節、注意力、行為控制、工作記憶及認知彈性(包括環境和人物)的部分。

內容：主題任務、圖卡及規劃圖表、小組合作活動等

對象：5歲至6歲12個月兒童

名額：1月2日至2月6日(逢星期五)；共6節

日期：17:30-18:30

時間：5位

地點：本中心

費用：\$600/位

社工：珊姑娘

「Let's Go~出發啦」 -出街走走看探社區

活動編號：SN2610

目的：透過社區走訪活動，兒童學習規劃路線、判斷優先順序、組織和規劃，加強兒童執行功能、社區環境及生活認知能力，同時透過小組形式讓兒童學習團隊合作，共同完成任務。

內容：社區探索、規劃路線、任務遊戲等

對象：5歲或以上兒童

名額：6位

日期：3月28日(星期六)

時間：15:00-17:00

地點：本中心及社區戶外

費用：\$80/位

社工：珊姑娘

備註：參加今期執行功能小組成員優先報名。



社工訓練小組

「一齊玩真開心」- 社交小組

活動編號：SN2608

- 目的：**兒童喜歡玩樂，正向的遊戲經驗需要正向的社交技巧，透過小組主題活動及互動遊戲，讓兒童學習輪流作轉、正向溝通及分享等社交技巧。
- 內容：**遊戲互動、主題活動
家庭生活教育、親子教養
- 對象：**4歲至5歲12個月兒童
親子(參與小組之兒童及其父或母)
- 期：**3月6、13、20日(逢星期五)；共3節
3月27日(星期五)
- 間：**17:30-18:30
17:30-18:45
- 額：**5對親子
- 點：**本中心
- 用：**\$350/對
- 工：**楊姑娘
- 註：**家長務必參與3月27日(星期五)親子場方可報名，當日出席之成人必須為兒童之**父或母**，否則不接受報名。



翻滾跑跳小選手 [體適能班]

活動編號：SN2603

- 目的：**透過動物形態、動作模仿及翻滾活動等，促進兒童肌肉的發展，提升身體控制、感知能力及刺激大腦的整合與成長。
- 內容：**上下肢活動、全身力量等
- 對象：**5歲或以上兒童
- 額：**5位
- 期：**1月5日至1月26日(逢星期一)；共4節
- 間：**17:30-18:30
- 點：**本中心
- 用：**\$340/位
- 負責同工：**Jo姐姐
- 導師：**晴晴教練

由平面到立體 [藝術創作班]

活動編號：SN2606

- 目的：**透過藝術創作加強幼兒的動手能力，提升創造力和想像力，加入立體元素進行創作，兒童能從平面走向立體，進而培養空間概念和結構思考能力，學習探索藝術創作的方法。
- 內容：**流體畫、黏土、綜合材料藝術等
- 對象：**3歲-4歲12個月兒童
- 額：**5人
- 期：**3月7日至3月28日(逢星期六)；共4節
- 間：**15:30-16:30
- 點：**本中心
- 用：**\$340/位
- 負責同工：**卡姐姐
- 導師：**多多姐姐



農曆新年大掃除，帶孩子看見擁有而不是看見失去

註冊社工：楊姑娘

過年將近，帶著孩子一起大掃除整理，建立孩子對家的歸屬感，培養孩子的自尊和自信

你們知道嗎？一起做家务，也是正向教養的工具之一。透過家务可以產生家的歸屬感，是建立關係和增加孩子自尊的好方法。對孩子而言，家事的品質不是那麼重要，重要的是孩子參與過程中的努力。

過年前，全家一起整理環境大掃除，爸爸媽媽主要負責環境清潔，請哥哥整理自己的位置，弟弟收自己的玩具，結果轉頭看，發現他們的整理，是全部塞在一起。

甚麼是整理？

通常我們如果丟一句「你們要整理XXX」，最常見的狀況，就是孩子嘴巴上說好，但結果往往不如預期。

但其實想想，他們真的知道什麼是整理嗎？你的「整理」和他的「整理」一樣嗎？

所以最好具體的說「桌面要擦乾淨」、「桌上東西擺整齊」、「卡片分類好用夾鏈袋裝在一起」…

有時候甚至需要解釋什麼是「整齊」，因為你覺得這樣是整齊，但孩子覺得那樣就可以，標準完全不一樣，直接說「書從大排到小」會更具體。

花時間訓練

直接先示範給孩子看過一次、再陪著他們一起做一次，接著陪著他們一起在同一個房間不同區域工作，最後就可以分散不同房間一起工作，放手讓孩子自己完成。

從示範開始再逐漸放手

有時候我們大人自己都沒辦法把環境維護好了，要怎麼要求孩子做到。

讓孩子願意一起做家务的秘訣，是看見孩子的進步與努力。

對缺乏經驗的孩子而言，家事的品質不是那麼重要，重要的是孩子參與過程中的努力。鼓勵孩子的努力，孩子感覺良好，才能激勵他們未來繼續為家事一起努力，如果總是挑毛病，看見孩子做不好的地方，孩子自然也不會想要一直被嫌棄，覺得做家务是不開心的事情。

用家庭會議討論分工

可以把要掃的項目列出來，讓大家自己認領，如果大家都選一樣可以採合作的方法一起做；或是每個人輪流…都可以，最好是讓每個家庭成員都能接受的方案，才是尊重每個人，不行就再討論，直到討論出結果。如果當下真的沒辦法有共識，也可以先邀請大家選出比較可行的方案，執行一週看看結果，再決定要不要調整。

家庭會議是正向教養非常重要的工具，可能很多人家裡沒開過家庭會議，都是在外國電視影集或電影上才會看到。不過，如果家裡有一直無法解決的問題，請一定要試試看家庭會議，一定會有意想不到的收穫。

心滿才會意足

在孩子還沒有經歷過能自己掌控的所有權、沒有獲得滿足的時候，要他們分享、要他們斷捨離實在是太難。

你眼中的垃圾是他們的寶貝

父母應該都有經歷過，常常大人眼中覺得是垃圾的東西，但卻是孩子眼中的寶貝，他們連路上撿到各種東西都可以視為寶物。這時候千萬不要批評他的寶物，孩子不會覺得你在批評的是那個東西，而是覺得你在批評他，他會開始懷疑自己的眼光，他會開始對自己的選擇懷疑，他會因此沒有自信。我們應該不會沒禮貌的去批評朋友的寶貝吧，即使我們很不喜歡。但你不喜歡是你的觀點，就像每個人都有喜歡的顏色一樣，不是你喜歡的才叫好看，你不喜歡的就是難看，這是觀點，不是事實。

帶孩子看見擁有而不是看見失去

不過讓孩子斷捨離玩具有個很好的方法，是讓他們選「最想要」，而不是選「不要」的，有沒有用不是你決定的，是他們決定的。留下「最想要」他們就會專注在「最想要」的東西上，而不會一直去看他們要失去的，失落感就不會這麼重。而且如果能捐贈給其他的小朋友，讓孩子知道他們的愛心可以幫助別人，他們其實是會很開心的，就有實驗證實，孩子從小就有「利他」的品格，他們會從幫助別人獲得快樂和滿足，可以好好引導孩子，幫助孩子發揮這個與生俱來美好的特質。

全家一起做家务，會讓家庭更有家的歸屬感，也更有凝聚力，趁著年前，把陳年沒使用的東西斷捨離，一家人好好的一起做家务建立關係、培養感情吧！

參考資料：網絡文章《過年將近，帶著孩子一起大掃除，正向教師：斷捨離玩具有個很好的方法，是讓他們選「最想要」，而不是選「不要」的》

報名方式及注意事項

★ 請小心核對各活動/班組日期及時間，以免所報活動/班組時間相撞或重覆。除中心決定取消/更改相關活動/班組時間外，所有課程一經繳費，恕不提供補堂、退款或轉換其他活動/班組，如因個人理由而退出或缺席活動/班組，名額不得轉讓或退款。

★ 為確保服務質素及訓練成效，鼓勵參加者按時出席小組/活動。

★ 因天氣關係而取消活動/班組，請參閱【惡劣天氣安排】資料。

★ 課程及活動報名，需先加入小樹苗家庭成長園地。

★ 中心採先登記、後抽籤、再報名形式，中心職員會聯絡中籤者親臨本中心報名，需填寫本中心提供之報名表。

★ 所有活動額滿即止，本中心不設任何留位及電話報名。

★ 如遇特殊情況，本中心將保留更改活動內容或日期等權利。

★ 本中心會在活動期間進行拍攝，只供記錄之用途，本中心保留公開使用及分享參加者活動相片之權利。如有特別情況，歡迎向本中心職員或在報名表上提出有關之狀況申請。

惡劣天氣安排

	3號風球/ 紅色暴雨訊號	黑色暴雨訊號	8號或以上風球
中心開放安排	✓	✓	✗
室內活動/課程 (12歲以上人士)	✓	✗	✗
室內活動/課程 (12歲以下人士)	✗	✗	✗
戶外活動	✗	✗	✗

- 活動/班組開始前2小時風球或警告除下照常舉行。
- 如風球及暴雨警告在活動進行期間發出，室內之班組活動會繼續進行，戶外活動則即時停止。

備註：

- 本中心將以參加者安全作為首要考慮，按實際天氣情況決定活動/班組是否如常舉行，參加者亦可視乎天氣情況自行決定是否出席。
- 若因天氣關係而取消活動/班組，本中心將按實際情況補堂。
- 戶外活動會視乎合作機構或實際場地安排之情況而決定是否退款或改期，如另定日期後，參加者不能出席，本中心將不會退回款項。

*最後本中心將保留更改活動內容之權利。