

111 年度集集國小三年甲班班親會

親愛的家長您好：

我是三甲的導師葉冠廷，時光飛逝，孩子們升上三年級了，很高興能陪伴孩子們共同度過中年級的生活，本人一定會付出我的教育熱忱，竭盡所能教育孩子們，陪著孩子們度過國小的中年級時光，讓他們在學校得以學得快樂、學得好。

對於孩子的成長歷程來說，除了需要老師的教導，家長的陪伴更是不可或缺的，相信有了親師之間攜手合作，我們可以幫助孩子在學習過程中展露笑容，在面對困難時更有自信，與他人相處時更有禮貌。在此誠摯邀請您：同心協力，點亮孩子的未來。You go, I go, here we go!

為了達成我們的目標，對於孩子們的學習，我有些想法想跟您分享：

生活輔導：

1. 不做孩子的「快遞郵差」隨叫隨到，共同養成孩子負責的好習慣。就寢前先提醒孩子檢查好隔天要帶的東西。
2. 每日檢查孩子的聯絡簿並簽名，時時注意孩子的學習狀況，若有任何疑問或問題也請多利用聯絡簿與老師確認。
3. 每日抽空和孩子聊聊天，孩子有了您的關心，必定能在學習以及品格上有更好的發展。

學科學習：

1. 老師會派適當適量的回家作業，也請家長協助檢查孩子的作業，並確保孩子可以在隔天確實繳交
2. 提醒孩子做好課前預習與課後複習，每日十分鐘勝過考前十年功，知識是經年累月堆疊而成的。
3. 教導孩子課業時，請給予孩子耐心，孩子的想法與大人的想法是全然不同的，運用耐心傾聽、幫助孩子，才得以使孩子跟上我們的腳步。

※聯絡電話：0970535374

※聯絡時間：07：00~21：00

※為了保障孩子的學習品質以及避免遺漏訊息，

若非請假或緊急的事情，請各位家長能盡量在 16:00 放學之後再進行電話聯繫。

※請掃描 QRCode 來加入班 LINE →



----- (沿虛線剪下) -----

親愛的家長，是否有什麼需要老師配合的事情？歡迎在下方留言：

重 要 行 事

10 月：

10/10(一)雙十節放假

11 月：

11/01(二)~11/03(四)期中學習評量

11/12(六)運動會

11/14(一)運動會補假

112 年 01 月~112 年 02 月：

01/02(一)元旦彈性放假

01/10(二)~01/12(四)期末學習評量

01/19(四)休業式

01/20(四)~02/12(四)寒假

02/13(一)開學日

課 程 教 學 重 點

1. 國語：

生字：透過拆字分析，幫助孩子理解個字體所隱藏的秘密，加深孩子對生字的認識

內容深究：透過課文與日常生活情境的結合，幫助孩子從生活中體會課文的意義

寫作教學：循序漸進式的作業模式：造詞→短文(日記、閱讀心得)→作文

2. 數學：

首重觀念的釐清，接著進行題目的練習，透過小單元回家作業的練習，更能清楚知道孩子的盲點，並即時對症下藥

3. 綜合：

透過小組合作的課堂模式，來增進孩子的人際關係，也學會如何與人溝通互動、投入小組學習任務。

4. 資訊：

透過學習如何操作、運用電腦與網路來獲得資訊，幫助自我學習。

班 級 經 營

1. 榮譽制度：

個人榮譽:透過學習、個人表現及作業換取點數以抽獎。

2. 學會負責：

每個孩子都有自己的學習任務，當他們未完成時，孩子需練習自己承擔後果(如:功課未完成，須利用自己的下課時間補寫)，會確實要求，以期孩子能夠學會負責。

3. 公共服務：

班上每一位孩子皆是幹部，每位孩子都有自己的任務須確實完成，讓孩子感受自己是班級的一份子，也須盡力維護。

別再咄咄逼供！發現孩子說謊，引導他做這件事最重要

2022-09-01 00:00 更新：2022-09-01 14:18

by 臨床心理師 - 陳品皓

發現孩子說謊，父母往往憂心忡忡，總想極力抹去這個「人格污點」，但可曾想過自己從小到大說過多少謊？其實，說謊並不只是單純的「惡習」，臨床心理師陳品皓透過多項國外趣味研究，帶領父母以全新角度看待孩子說謊，以及和善應對的方法。

網友問到，有時候孩子不願承認問題，企圖用說謊掩蓋。好比作業沒寫，糊弄爺爺奶奶在學校寫完了，等到被爸媽抓包，謊稱是爺爺奶奶聽錯；又推稱作業簿不見，等媽媽找遍家裡，才改稱放在學校，但這陣子明明遠距上課……謊言被戳破後，便沉默以對。

身為父母，怎麼可能就這樣放棄，這名網友也是如此，繼續追問：「你不講話是什麼意思？」、「你回答我啊！」搞得像在「逼供」，但孩子不講就是不講，弄得雙方很不愉快。

在我的觀察裡，類似的事情相當常見，不只在家庭，也在教學現場。曾有低年級老師分享，孩子假扮家長打電話到學校請假，老師原本不疑有它，照例詢問來電者跟小朋友的關係，這時對方卻遲疑了一下，才緩緩吐出：「嗯……我是我爸爸。」天真的回答立刻露了餡。

事實上，說謊不是大人的專利，我們從很小的時候就會說謊。加拿大曾做過一項研究，設置一個讓孩子面臨說謊的情境，結果發現，2歲的孩子已經會說謊，比例約為20%~30%，3歲為50%，到了4歲則已超過9成。

但要特別提醒父母的是，對於學齡前的孩子來說，現實與想像的界線仍有些模糊，他們有時不經意的說出些荒誕的話，甚至一副煞有其事、信誓旦旦的樣子，其實只是誤把想像當作現實，並非真的有意說謊。

說謊是趨吉避凶最便利方式

分析孩子說謊，原因不外乎：吸引注意、取得個人利益，包括想要獲得肯定、逃避責罵處罰等，簡單來說，就是「趨吉避凶」四個字。當然，趨吉避凶的方法很多，為什麼孩子偏偏要透過說謊？這與語言的特色有關。

想想看，只要動張嘴，要是「動得好」，不用肢體脅迫、不用投入努力，即可獲得想要的資源。這也是詐騙機率遠比搶劫來得高的原因，因為靠說謊達成目的，可說是一種成本低、效率高的方法。

要說一個能讓人信服的謊，其實並不容易。首先，需懂得換位思考，能夠站在對方的立場，思考其在意的點，才能編出讓人可信的謊言。一些心智能力發展較慢的孩子做不到這點，說出的謊漏洞百出，讓人極易識破。

再來，良好的大腦執行功能也很重要，如此才能系統性整理資訊、鋪陳並展現出來，同時還能夠自我控制，藏起慌張情緒與不自在神情，避免露出破綻。因此，可別小看說謊，它其實是人類高端能力的展現。

緊密生活圈易掀謊 不斷打擊信任基礎

不過，家長發現孩子說謊，想必都會感到緊張、生氣，陷入膠著的原因，其實也與人性有關。前《華盛頓郵報》記者葛拉威爾，在著作《解密陌生人》中提到，社會要運作順暢，人類需先有互信基礎，這也是最低成本的方法。

試問，如果我們時時對周遭訊息感到懷疑，勢必會影響與他人的互動、損害自己的生活品質。就像同事讚美你把事情做得很好，若信任對方，會視為自我肯定，若不信任，則會產生懷疑，質疑話語背後的動機。當人與人間關係不佳，社會活動就難以順暢運行。

人類容易相信他人，同時也天性會說謊，於是形成邏輯衝突。這樣的拉扯與糾結，最常見於親密關係與親子關係上。因為彼此生活最為緊密，隨時能檢視出對方言行的一致性，而趨吉避凶是種人性，說謊又是最便捷的方式，使得我們在想給出信任的同時，又能輕易識破對方謊言，令關係不斷受到衝擊。

好比，孩子說忘了帶作業回家，第一次、第二次父母選擇相信，但到第三次，父母觀察到其中的行為模式：每次只要是英文作業，就會忘了帶，輕易揪出謊言。尤其，當父母對孩子品性多有期待，個人認知又把說謊視為人格污點時，衝突就無可避免。

隨著孩子愈大、說謊能力愈好，在難以辨識之下，父母內心更為糾結，就怕相信到假話、懷疑到真話，雙方互動過程總是有著隱微的緊張感。如此互相偵測的模式，或許會持續到父母自願被說服、孩子說出能令父母相信的謊，又或是孩子離家生活，親子間的拉扯才會趨向平緩。

尊重人性的必然 引導孩子勇於承擔

面對這樣無可避免的衝突，父母該怎麼辦？該不該處罰、如何處罰，取決於每個家庭不同的標準。但在執行之前，我們可以回歸教養的本質，以直球對決的態度，尊重人性必然說謊的可能，並在此前提下，思考處理的方式。

分享一個在南非做過的實驗，研究人員先把孩子分成兩組，一組讀《放羊的孩子》繪本，提醒大家說謊的後果；另一組則讀《華盛頓砍倒櫻桃樹》繪本，訴說誠實的重要性。

接著，研究人員讓孩子進入一個必然說謊的情境，結果發現兩組孩子都會說謊，但是否願意坦承，則出現明顯差異。讀《華盛頓砍倒櫻桃樹》的孩子比看《放羊的孩子》的孩子較願意承認說謊，比例是後者的2~3倍。

這項結果應證了「說謊是人性」，但也彰顯出「坦承是種選擇」。也就是說，順應人性的發展，我們不免說謊，除了逃避、掩蓋它，還可以從心靈成長的層次出發，透過教育的引導，讓坦承成為孩子採取的人生態度。

而且，一旦願意坦承，就能再進一步，學習承擔過錯、負起責任。像責任感的英文 responsibility，可以拆解為 response（回應）跟 ability（能力）一樣，意思是對於我做出的決策，我有回應的能力，即了解行為背後的代價與成本，並願意承擔後果。

所以父母們，下次發現孩子說謊時，不妨回想一下繪本實驗，試著以鼓勵取代逼問，當孩子願意承認錯誤，告訴孩子：「看到你願意面對自己的錯誤，不再用謊言逃避，我感到很欣慰。」或許會發現氣氛大不同，甚至帶來令人驚喜的結果！

孩子怎麼生氣，你才不會生氣？教孩子適當表達情緒

2022-09-06 00:00 更新：2022-09-06 13:37

by 嚴選作者 - 王意中臨床心理師（親子天下嚴選）

動手、尖叫、哭鬧、辱罵三字經、摔東西、甩門，孩子選擇以最原始的方式來回應自己無法消化的情緒。這麼多年來，我們和孩子之間都沒建立起，彼此可以接受的生氣表達方式。

shutterstock

「孩子怎麼生氣，你才不會生氣？」這句話，這些年，幾乎三天兩頭，在我的演講中，就不時的會再出現一次。為什麼這個自我提醒的觀念，我要像個嘮叨的歐吉桑，一而再，再而三的反覆提醒著？

因為，我發現一件殘酷的事實，就是每回在演講現場，提及這件事，詢問現場的聽眾們，真的發現，當場舉手表示自己與孩子之間有這份默契（孩子怎麼生氣，你才不會生氣？）的爸媽或老師等，真的好少好少。這意味著什麼？是否這麼多年來，我們和孩子之間都沒有建立起，彼此可以接受的生氣表達方式，孩子沒有被教導可以如何適切的情緒表達。

既然孩子長期以來沒有被教導，那麼很自然的，孩子旋即選擇以最原始的方式來回應。無論是動手、尖叫、哭鬧、辱罵三字經、摔東西，甩門等表達他的憤怒情緒。

我經常提醒孩子與家長們一件事，生氣很自然，因此我們不會去否定孩子的生氣情緒，不會要求他，「你不要生氣」，來壓抑、否定孩子的主觀感受。重要的是，孩子該如何表達他的生氣情緒，而不會為自己帶來麻煩。例如動手導致他人受傷，破壞物品造成損毀。而違反校規，或違反法律。

每回在社會新聞上，看見人與人之間，因為一些紛爭，例如車子差點相撞，結果其中一方或彼此拿起球棍、安全帽、鎖頭大打出手。當這些事，一而再，再而三的發生，我直覺的想，是否這些人從小都沒有被引導，可以如何表達自己的生氣情緒，而不會為自己帶來麻煩？（互告傷害是很麻煩的）

車子差點相撞，面對路上的三寶或冒失鬼，在衝突的那當下，是很容易誘發當事人的生氣、不爽情緒。如同前面提到的，這些情緒很自然。但是，關鍵就在於這個「但是」。如果我們不希望他們做出這些動手、傷人的舉動，那麼又期待他們怎麼做呢？如果孩子平時不加以練習，刻意練習，如何適當的表達生氣與憤怒情緒，那麼你又如何期待他們不動手呢？

如同我常提及的，我們家大人、小孩這十幾年來的情緒表達方式，主要就是兩種：一是在外面，大人小孩生氣會選擇不說話。二是在家裡，大人小孩生氣都會進房間，門可以關，可以鎖，就是不能甩門。

為什麼可以鎖？因為備用鑰匙在客廳，安全。甩門當然不允許，當甩門成為習慣，對於孩子未來進入職場，當然是一種傷害。

閱讀到這裡，是否有提醒到你呢？我常半開玩笑的說，演講的保存期限通常都不到24小時。期待這篇文章可以久一點。希望你能有所行動，一起與孩子找出彼此的默契（孩子怎麼生氣，你才不會生氣？），祝福你與孩子。