

Smart Kids 學堂暑期營

每節設有不同主題的遊戲式學習，包括觸感多元藝術、小科學大發現、小甜甜聖誕、1 can 解難遊戲、讓小朋友更多元發展潛能和興趣，另安排在麗寶星光學校進行半天的戶外活動，參與刺激刺激大飛船及泰山山槍，建立信心、解難能力及提升與人互動的能力。

日期：6月11日起
主辦：麗寶星光成長中心



室內活動地點：銅鑼灣德輔道中 119 號公理堂 17 樓
戶外活動地點：將軍澳安達徑 301 號麗寶星光學校
日期：7月22-29日、8月5-12、19及26日(逢星期二)
10am-1pm 及 6月2日(星期六) 9:30am-12:30pm
查詢：\$3,000
名額：2703 1722

撰文：張麗君 攝影：陳偉健 編輯：李煒輝 美術：劉晉華

兒科職業治療師雷瑞珊擁有特殊教育需要小朋友多年，在英語工作期間認識澳洲社交及情緒管理 Kidzmix 課程創辦人 Helen Davidson，她認同她主張「孩童社交能力不會與生俱來，而是要透過訓練才會內化」的觀點，並在 2012 年邀請她來港主講家長和老師工作坊，獲聽眾大人及學童注意的社交及情緒輔導。

雷瑞珊去年進一步把 Helen 的 (Helping Kids Become Social Heroes) 一書編譯成中文版《幫助小孩子成為社交達人》。《該書集結了 Helen 在青少年及兒童精神科工作 30 年的經驗所得，有 13 個社交技巧，是一本借鏡及社交指南。她於 10 年前開展了 Kidzmix 課程，澳洲不少學校已視 Kidzmix 為必修課，有不同應用方式，包括在課堂上講授，或直接作為興趣活動，讓學生及早接觸社交技巧，同時鼓勵大人回家練習。」她強調，Helen 觀察過無數小朋友，發現他們並非全面性問題導致令社交不順暢，而只是欠缺訓練，不明白有關禮儀，而學習技巧有助小朋友與人融洽相處，建立健康的聯誼生活。

社交技巧

雷瑞珊在 7 月將為麗寶星光成長中心主講《幫助小孩子成為社交達人》為第 6 堂課程，讓小朋友能如何與陌生人打開話匣子，分辨甚麼是搗亂行為，提議自己不要當搗蛋王，有效應付別人欺凌等方法。她去年曾獲小學邀請為 5 名小朋友開課，見個別小朋友因曾被欺凌，為免再受同學欺凌或取笑者，個性變得

本地孩子普遍受寵愛，有慾望多馬上添不足，情緒容易失控，不滿意時顯得過於激動，沒有節制。「即是 EQ 不夠高，故訓練自己情緒也很重要。因未來會面對高能力要求日高，今天的小朋友在幼稚園已要學習與人打招呼的技巧，小一要明白怎樣與人合作做 project，然而學校沒有足夠教授社交技巧？該怎樣觀察在操場上發起爭端與遊戲，孩子要如何處理？」她強調小朋友要做個社交達人，最基本的擁有正面思想。長大後遇到問題不會太快讓牛角尖，也容易交到朋友。「當中文課教小朋友用適當的回應去應付挫折，既令自己下台，也別人對自己會有好印象，這些都需要反覆練習才能內化成能力。教育小朋友要懂得獎勵及鼓勵，大人也要以身作則，在家分享自己如何處理逆境，及多講正向說話，欣賞及讚美子女。」

情境教學

這天的課堂正欲如何識別及應付「開玩笑」及「明知何處是雷」雷瑞珊把情境設定為有位同學坐著的同學路



▲訓練情緒時應用不同語氣，如加上友善的語氣，方便理解情緒與實際生活上有些那些事令他們放心。
▲訓練社交技能，不是與生俱來的能力，故建議家長保護好材料，在家與子女中作溝通。

香港小朋友自由遊戲時間少，缺乏在真實生活中訓練社交技巧。有職業治療師引入在澳洲小學行之有年的 Kidzmix 課程，透過角色扮演，包括角色扮演、短片分享和討論，引導孩子練習自己的情緒。



▲小朋友演繹角色，其他小朋友則當主角的對面。

過，當學員望住主角，形容自己見到這類人外觀的第一個印象，再詢問他們有沒有曾被取笑或取笑別人，再請孩子為主角說對策。8 歲瑞珊笑說：「當被取笑時會馬上不理對方，有時會用言語還擊，當需明講其他人反思，還擊或逃避對話，會有何結果？」她對 Elsie 說：「這樣便無損朋友！」她再教孩子不切改改變情緒，反守為攻，冷靜應對朋友說：「處理問問我有 [3]」。

意、反問及停停。同意是勇敢表現說：「係呀！我係好鍾意咁！」第二步是預對方：「你們不要好鍾意咁？」這會令對方轉移視線，反觀自己問題，但小朋友也要懂得叫停敵對。」

她現場也教幼兒識別劇本的 6 大步驟，包括拒絕強硬，雙面商議；把雙手並置放在身體兩邊，與取笑者保持 3 秒眼神接觸，繼續向前行及不再回應對方等。「停後 3 秒舉手為記，讓對方知道心理學在當中，作者也詳解了如何把危險或不禮貌的話及不禮貌的姿態，包括不聽話、不發聲、不回應、不表現傷心等，因為內容實用且仔細，故此建議家長也要讀一次，與孩子訂下一星期的目標，集中練習當中一、兩個技巧，例如這星期小朋友主動打招呼，當中已練習 4 步曲：保持笑容、讚美對方、聽話、交談。」

她建議教授 5 至 8 歲及 9 至 12 歲有不同技巧和引導方法，前者因理解力不足，故會請他們直接練習當中技巧，也要用強化的情境去引導，如加入角色扮演。「教師講完時我會用一個頭上有很大的公仔卡，請他們將紙卡上有些那些令他們發火，有幾大，請他們自己想出那些方法去減火，9 歲因理解力較強，能深入討論情緒短片，他們大部分已有自己一套社交模式，故不直接講論道理，反要幫助他們走出處理某件事的動機，引導他們站在另一個視點，並讓去某當事人的情感，在很有安全感的情況下觀白內心世界。」



▲小女孩演繹場景，其他小朋友則當主角的對面。



▲在劇場中作角色扮演，他們動作一貫表達成或成功的談話姿勢。

兒童情緒課

教出社交達人

Kidzmix 家長教師講座
日期：6月26日(四) 7-8pm
Kidzmix 情緒及社交小組
日期：7月17-31日及8月7-14、21及28日(共6課)
人數：4-6人
對象：A組：5-8歲(10am-11am)、B組：9-12歲(11am-12m)
費用：\$2,000(送價值\$200《幫助小孩子成為社交達人》一冊)
地點：麗寶星光成長中心
查詢：2703 1722
備註：雷瑞珊現送 5 本《幫助小孩子成為社交達人》予親子服務者，有興趣可到 www.frontierc.com 登記，先到先得，送完即止。
查詢：2287 5284

