

編者的話 二月新挑戰

「農曆年第一擊」經已完滿結束，吸收了是次經驗，我們會重整有關安排，希望二月的周末free-play時段，讓小朋友繼續愉快學習。

整個木棉寶壘佔地三萬多尺，並會分開三個階段開放。「農曆年第一擊」屬於第一個階段的發展，我們開放了醫院及舞台。預期於復活節假期時，整個木棉寶壘可以全面開放。除了周末的free-play時段外，平日我們亦會舉辦不同種類的課程。請密切留意我們的網頁及Facebook專頁。

讓我們再次感謝你的參與及回饋，我們一定會繼續努力的。

最新消息

二月除了free-play時段外，我們還會開辦不同種類的課程。包括以英語或國語為授課語言的「暢遊職業閣」系列，發展孩子EQ的「小小領導人」系列及教導家長如何透過觀察了解孩子成長的家長實用課程。

21世紀 Competence

中華基督教青年會去年進行的「香港兒童自我照顧能力研究調查」，以問卷形式訪問了1018名小三至小六的學童以及593名家長。逾八成受訪兒童及家長均認為自我照顧能力十分重要或不重要；關聯分析亦顯示，自評該能力較差的學童，亦是屬於不重視這些能力的學童。

根據艾瑞克森(Erikson)的發展階段理論，孩子在每個成長階段都有其發展任務(developmental task)要完成，包括友誼、自我評價、具體運算、技能學習及團隊遊戲等。因此，家長要鼓勵孩子嘗試及體驗不同的學習機會，來建立自信及主動能力；因此，家長絕不能忽視孩子的自理能力發展。

專題 探討 知識與智慧：學會等待

現代社會，資訊發達，知識普及，人對外在世界的認識越多，需要越多。早期，一部無線電話，起碼可用上三數年，但隨著科技進步，買了一年半載的手提電話已經過時，要追趕新科技的老、中、青三代，不惜臥睡街頭，爭個好位，要第一時間擁有心頭所好。以前電話的功能是人與人的溝通，現在它卻同時是一部小型電腦、相機、遊戲機、報紙、黃頁分類……等。在地鐵上，有人在不停地以指頭在電話上按，掃，抹，快速的動作，旁觀者也為之目眩；有的目不轉睛地看電子報刊，電視節目；有的在閱讀電郵、撰寫電郵；有的高聲或低聲地喃喃自語，不要以為他們在發神經，他們的手提電話有免提裝置呀！可有想過，就一個電話，現代人已被玩弄至精神亢奮，身心疲累。還有那些什麼令你身材呀，皮膚呀，皺紋呀這樣，那樣的廣告；那些什麼令你身壯力健的丸呀，汁呀，片呀，林林總總。聲色俱備的廣告大大增加了人在各方面的知識，但同時也增加了人的需要和要滿足需要的慾望。在這樣一個即食文化的商業世界，人人變得浮躁，急功近利，什麼慾望，都要追求即時滿足，即時到手。多少人因此忘記了道德，忘記了責任，過不了金錢關，色關，名關，或權力關，身敗名裂，惶惶不可於日。人如果沒有智慧明白需要是含有等待之意，沒有學會掌控自己的慾望，不識知止，不滿足的痛苦便常在心中，攪到身心疲累，折福損壽，得不償失。美國科學家：韋理(T.S. Wiley)人類學家，醫學理論家。專精內分泌和演化生物學。馮比(Bent Formby)生物化學，生物物理學和分子生物學博士，他們合作寫了一本名叫《熄燈：睡眠：糖分和存活》的書，書中指出：失常，肥胖、糖尿病、心臟病、癌症、精神抑鬱症等現代病都是這樣造成的。他倆指出，自然界有億萬種生靈，大家都按日升月落作息，只有「萬物之靈」的人類有本領控制光線、縮短夜晚，結果反而成了自然界的孤兒，惹出一大堆疾病。醫治之道很簡單：「熄燈就寢，回歸自然。」一九七二年，美國史丹福大學教授Walter Mischel做了一個有名的實驗(The Stanford Marshmallow Experiment)：給一些四歲的孩子每人一顆棉花糖，並告訴他們如果馬上吃，就只能吃一塊，如果能等上二十分鐘後才吃，便可以多得一塊。研究員及後跟踪研究這些孩子的成長至他們的青少年期，實驗結果表明：那些拿到糖馬上便吃的孩子，性格比較孤僻，容易受挫；而能耐心等待第二塊的孩子，成年後往往具有較強的適應性，經得起挫敗，學業成績亦較佳。可見培養孩子的等待力(delay gratification)是何等重要。

增加孩子知識的同時要培養孩子的智慧，特別是等待的習慣。讓我舉個例子說明：一個小孩子上洗手間後，洗手，取抹手紙乾手，是衛生知識，但如果你見他把紙，一張、二張、三張，「嚓、嚓、嚓」，揉成一團，丟掉。你就要教他說：「你手這麼小，是不需要用這麼多張紙的，你這樣做是太浪費了。」告訴他愛惜資源不是靠咀巴說說，是要付諸行動的實踐，才會有效果。知道如廁後要洗手是知識，懂得抹手紙夠就得了是智慧；知道水有滋潤的特性是知識，懂得水資源是寶貴的，不應浪費是智慧。同樣地，知道人有各種不同的生理和心理需要是知識，懂得一切需要，要滿足都要有個過程叫「等待。」是智慧。我們不能想要就要，想做就做，滿足自己的需要時，亦要考慮別人的需要和感受，否則便是自私自利。人不能滿足自己所有的慾望，故此我們要常問自己：「這是我必需的嗎？」

桌上二塊蛋糕，一個孩子吃完一塊後伸手取剩下的一塊，可以這樣告訴他：「你不能吃這剩下的一塊，因為這是留給妹妹的，妹妹沒有得吃，她會不開心。你喜歡吃，等明天媽媽再買給你吃。這樣，你不僅在教導他要尊重和關心別人的感受，更讓他學習控制自己的慾望。」

學會等待是一種成熟；學會等待就是學會了生活的智慧。知識若不能轉化為生活的智慧，行之，用之，滿腦子的知識只不過是一個活書櫃，有何用呢？故此，我們要培養孩子的智慧，讓他們學會等待，明白到該要的不一定得到。這樣他們才會珍惜當下所有，才能學會自己選擇需要，才懂得耐心等待他們認為是必需的。

作為家長，我們也要學會等待，不要過份催谷自己的孩子，迫得他們透不過氣來，結果是學了一大堆長大後便忘得一乾二淨的知識。等待令你更能靜靜地欣賞孩子自然成長的喜悅，更能從容地誘導他們將知識轉化為智慧，轉化為生活能力，使他能活出自性，有一個輕鬆自在的人生。

作者：陳智焜博士

常見 問題

1. 周末的free-play時段，和平日的「暢遊職業閣」課程有什麼分別呢？

周末的free-play時段，我們讓孩子在兩小時內隨意選擇心儀的工作，透過我們遊戲導師的指導而學習不同專業的知識、態度及技能。讓孩子自由探索，從而學習時間及金錢管理。

而平日的「暢遊職業閣」課程，是四節(每節一小時)為一個單元的100%全語境學習課程。導師透過英語或普通話，帶領孩子暢遊職業閣，深化不同專業的知識，同時學習不同語言及詞彙。

2. 如果我想參加周末的free-play的「打工」時段，我應該如何報名？

我們現正使用網上購票系統。想購票的家長，請到我們的網頁按「網上購票」，利用電郵登記，然後按e Ticket，再選擇時段及人數，再抄寫security code再確認。付款後再上載銀行收據便可以了。