



春雨

輔導季刊

發行者：柯志賢校長
編輯室主任：廖靜雲主任
執行編輯：廖靜雲主任
編輯小組：張文馨主任、劉佳麗主任、史仰芬主任
刊頭設計：黃嘉嘉老師
校址：新北市永和區文化路133號
電話：02-29212055
網址：www.thps.ntpc.edu.tw



春風化雨 接納同理 有愛無礙 適性揚才



中華民國110年11月12日出版



頂溪孩童 有「投」必應 校長 柯志賢



校長發現面對天氣較為炎熱，小朋友需要更多開水的情況下，每個人選擇了自己可以因應的方法，利用不同的方式來解決開水溫熱的問題，有的人這節課先喝一半溫水，上課前再裝一半較熱的溫水，下一節下課便可喝到水溫剛好的溫開水；也有一些小朋友會去找水溫適合自己的飲水機裝開水；也有些小朋友會從家裡裝冰塊在保溫瓶中.....。

前陣子，小朋友們為了學校是否提供冰水這件事，透過了不同的方式來向校長表達想法，有的人透過紙條，有的人遇見校長會當面告知。因此，學校提供給大家表達意見的活動選擇，希望小朋友們知道有強烈心念想表達時，可以學會以更理性的方式溝通，同時靜下心來聽聽不同的聲音，為自己的選擇持續努力往目標前進。



但是校長要請大家思索一些問題，各位小朋友，你們知道嗎？當你不小心打翻了杯子裡的水，隨手抽了幾張衛生紙來擦乾桌面時，隨手資源的浪費，讓印尼的雨林正以一個小時三百個足球場的面積消失；晚上你在客廳看電視，忘了將房間裡的冷氣關掉，溫室效應的加劇，北極海的冰層每天消退掉四個台灣的面積，在這個世紀將會徹底消失；而近年台灣的冬天從九十天減少到四十天，當台灣沒有冬天，我們將受到極端乾旱與暴雨的侵襲，這些都在在說明著地球一直持續被傷害著。

而追求更舒適更美好的環境，原本就是人類進步的動力，但當地球受傷的速度遠超過我們的想像時，我們必須要嚴正的思考自己想要的需求，是否造成了地球環境的傷害，讓人感到欣慰的是，當頂溪的孩子們提出了希望學校能提供更舒適溫度開水的需求時，在面對衍生出所增加電力的問題，願意一起承擔並有相對應的節能減碳的作為，真正的展現了頂溪小公民的素養，大家願意為了地球的未來和我們的美好將來而共同努力。



最後，校長在鼓勵大家勇於表達自己意見的同時，也要提醒大家，你的意見不管是屬於自己的需要或是想要，抑或是屬於大家關注的公共議題，不能僅僅只是大聲說出我的選擇，要學會從多面向思考，聆聽不同的聲音，並思索自己能為這目標做出怎麼樣的努力，明確訂出具體方向和作為，去找到志同道合的夥伴，為更完善美好的生活努力著，一切會因為有你們的努力而更美好.....。





陪孩子一起當偵探

學校心理師 陳孜祈



某天在一個育兒社團中看到一位媽媽提出了一個關於「孩子發現自己的同學們在互相抄功課，便向老師舉發，但卻引發了同學間的不滿與排擠，孩子這樣做到底是對？還是錯？」

這個問題讓家長們產生了熱烈的回應與討論，大多數的家長肯定孩子的作法，覺得孩子勇於指出他人錯誤的地方非常勇敢；有一些家長一方面肯定孩子的作法，但也提醒未來在社會中仍是需要顧及一些潛規則與互動模式，才不會讓自己受到傷害。



家長們的觀念及回應都很好，這件事也真的沒有對與錯，但或許可以更進一步去思考的地方是，凌駕於對錯之上 - 怎麼樣更細膩的去處理。說真的一看到這個提問後，我腦袋蹦出更多的提問，「為什麼這幾個同學會需要去抄功課？他們有什麼困難嗎？單純是因為懶惰不想寫？還是不會寫但沒有人可以問？還是沒有人可以陪著一起完成作業？老師知道後是怎麼處理的？」我也想問這個孩子，「舉發他們，是希望他們可以知道自己的錯誤嗎？」如果答案是肯定的，那我就會誠實地跟孩子分享，你做得沒有錯，但用這樣的方式可能並不會達到你想要的結果，同學們不會因為你的舉發而認知到自己的錯誤，反而只會讓他們對這件事留下憤怒；但同學們卻可能因為你對他們的情況願意多理解一點，且在理解後做出更適當的處理，而獲得你所期待的改變。

鼓勵家長們在各樣的事件中都可以從各種角度陪伴孩子去思考，讓很多事情不是只停留在一個非黑即白的狀態中，與孩子一起學習先當偵探而不是先當法官，在對一個事情做對與錯的定論之前，先一起去理解各種因素並看見不同的可能性，這不但可以擴張孩子的眼界，也可以藉由這樣的方式思考自己與他人，在未來的自我適應以及人際互動上，都是非常珍貴的一個歷程。



你回饋~我送書~

歡迎家長看完本期春雨後填寫回饋，我們將擇優選出**20則回饋**並送出好書，表單將於**11/30(五)12:00截止**，趕快來填寫喔！



生命教育 有你有我 愛不寂寞

輔導組長
張文馨

一、新生入學活動

小一新生入學活動在可愛的一年級弟弟妹妹們踏入氣球新生大道那一刻起，熱鬧展開囉！首先映入一年級新生眼簾的是頂溪國小的四隻彩虹精靈，「火精靈」是「探索家」，代表「勇敢正向、自信負責」，希望小朋友跟火精靈一起勇敢探索、學習新事物；「海精靈」是「分享家」，代表「關懷友善、溝通表達」，期許小朋友像海精靈一樣，友愛同學、幫助同學；「光精靈」是「創藝家」，代表「在地多元、美感創藝」，相信小朋友已經準備好在課堂上及校園中發揮創意，創作屬於自己的作品；「樹精靈」是「實踐家」，代表「自主學習、學以致用」，期待小朋友不管上什麼課，都能夠自動自發，把學到的東西運用到生活當中！

在認識了四隻精靈後，小一新生們也獲得了一隻彩虹筆，期盼小朋友在頂溪的校園生活都能像四隻彩虹精靈一樣多采多姿喔！

一年級新生在教室內認識新環境的同時，輔導處也同時為新生家長們舉辦主題為「小一新生生活適應-快樂上學去」的親職講座，並特別由本校的專輔教師史宛芸老師擔任主講。講座中不但教導新生家長為家中即將有小一新鮮人做好心理準備的小撇步，更分享了許多小一生未來可能會有的各式疑難雜症，並針對小一入學適應的各種問題提出適當的解決方式，讓家長獲益良多。

期望透過這次的新生入學活動，一年級新生們能夠更加期待到頂溪國小快樂上學，也祝福所有的小一新生們未來的校園生活一切順利！



小一新生認識頂溪彩虹精靈



閱讀起步走贈書活動



小一新生入學適應親職講座

開學一個月後，我們迎來了「大手牽小手」的活動，「大手牽小手」對一年級及六年級的學生來說意義非凡，除了正式歡迎一年級新生加入頂溪國小大家庭以外，也讓六年級的大哥哥大姊姊開始學會照顧一年級弟弟妹妹，當在學校裡看到小一生遇到困難，要主動關心、主動協助，給一年級新生們一個好的楷模。

活動當中，也特別邀請頂溪國小自治市小市長代表致詞來歡迎小小學弟妹，而今年更是以傳大球的方式讓六年級大

二、大手牽小手

哥哥大姊姊將象徵頂溪國小校本精神的大彩球傳承給一年級弟弟妹妹，彩球上有著代表頂溪國小的四隻彩虹精靈，更有頂溪國小的校徽，從今以後，我們一起穿著頂溪的校服，大家都是頂溪的一家人囉！



由校長開出第一顆彩球



自治市小市長代表致詞歡迎新生



師長和一年級及六年級學生合影

三、教師節敬師活動

今年頂溪的孩子們透過「投進老師心，謝意傳下去」教師節代表歌曲票選活動來傳達對每位老師的感謝與敬意，特別的是，學生是以發票來投票，所有的發票最後將全數捐贈給伊甸基金會，讓學生滿滿的愛得以繼續傳下去。活動最後由「熱愛105度的你」當選本年度頂溪國小教師節代表歌曲，「Super idol的笑容，都沒你的甜；八月正午的陽光，都沒你耀眼」，老師就像學生們心中的超級偶像，時時刻刻都充滿著熱情，總是堅定地帶著學生們勇敢朝向夢想努力！

教師節當天，除了在午餐時間播放學生們票選出來的敬師歌曲以外，也讓班級代表們化身小小外送員，將敬師茶點完美送到每位老師的手中，老師們在享用茶點的同時，也能感受到學生暖暖的愛與感謝喔！



小小外送員將敬師茶點完美送達



自治市團隊協助計票



學生熱情參與投票活動

防疫安心 — 停課不停學，在家安心過生活。

專輔教師 史宛芸

小朋友們，還記得在今年五月的時候，我們因為疫情變得嚴重而停課的事情嗎？這個改變讓很多人變得好緊張，也讓生活有了很大的改變。我們開始學習如何線上上課，也會發現待在家的時間變長了，與自己和家人相處的時間也變多了。面對這些改變，不曉得你有沒有適應了呢？雖然最近疫情變得比較穩定了，但變化還是相當快速，我們一起先來幫助自己做好準備，才能面對疫情帶給我們的不同挑戰。

孩子篇 我可以做些什麼呢？

1. 維持正常作息

培養固定的作息時間，才能擁有好精神好體力。



2. 維持穩定的學習時間

每日跟著班上的安排學習，功課要寫要複習，學習才會跟得上！



3. 做好防疫工作

出門戴口罩！記得勤洗手！家裡與用品都要消毒打掃！



4. 與家人一起進行家庭活動

與家人多相處多互動，如：一起做家事、一起看書或做點心...



5. 進行休閒活動

學習之餘也要記得安排休閒活動，如：畫畫、看書... (不要只玩3C產品喔！)



6. 關心家人，分享心情

主動關心家人，分享彼此的心情。若覺得快吵架了，請給彼此冷靜處理情緒的時間和空間喔！



家長篇 陪伴孩子與自我照顧

1. 關照親子情緒，給予時間空間冷靜！

爸爸媽媽要記得我們會因為孩子的行為而有情緒是正常的。我們可以練習去覺察自己與孩子的狀態，給予彼此休息與冷靜的時間與空間，進而再一起討論可以怎麼做。

- ★ 我們可以告訴孩子：「爸爸現在覺得很累，我需要一些休息冷靜的時間，請你等一下，我們晚點再一起討論好嗎？」
- ★ 如果有爭吵，一定要記得修復關係。→ 道歉與和好，討論下次怎麼做會更好。

2. 訂定基本規則，放寬一些標準。

疫情期間，親子相處的時間會變多了，然而親子衝突的機會也可能會增加。大部分的親子衝突主要為：孩子未遵守規則、無法控制網路使用、無法專心線上學習。這些情況，我們可能會覺得擔心、生氣，這是正常的。但我們要試著與孩子討論基本要遵守的重要規則，對於自己和孩子不要太嚴苛而導致嚴重衝突。

- ★ 與孩子共同討論彼此可以接受的規則！
- ★ 當孩子表現好的時候給予鼓勵與獎勵，若孩子做不到的時候，請先和孩子談談，了解孩子是否遇到困難。

3. 規劃親子互動時間，增進親子間關係

疫情停課期間，其實是一個加深親子感情的時候，爸爸媽媽可以利用這段時間與孩子嘗試體驗平常沒機會做的親子活動，如：一起動手DIY、一起做點心、一起做家事以及好好地陪孩子聊天與玩遊戲。相信可以讓親子關係增溫！



一天24小時都是爸爸或媽媽，實在太辛苦了！每一種身份，包含父母，都要有下班休息的時候！特別時期，偶爾也要學習放下與善待自己！我們一起與孩子共同照顧好自我的身心