

今期內容

- (一) 專題文章
- (二) 父親節專訪特區
- (三) 爸孩子成長室
- (四) 男色花絮直擊報導
- (五) 爸爸孩子行動篇
- (六) 男健百子櫃

序言：爸爸俱樂部第六期出版了，把一份「愛家庭」的力量與大家一同分享，讓大家感受一份『有型與無型』的關愛！

(一) 專題文章

『愛家庭』是今期的主題，
以下將有三位家長從不同的角度和經驗，用文字分享他們的看法及感受，請用心細看。



家庭正能量

作者: 余啓津

作為一家之主，我會一心一意，為家庭增添正力量，相信美滿家庭便可由始而來！

在個人層面，社會上人人各自奮鬥，個個背景、條件、文化程度都不同，面對香港大都會生活的衝擊，得得失失，喜樂和憂慮參半的城市生活中，要懷着包容、諒解的心去面對。當生活中有事發生，而憑自己能力不能解決之時，要嘗試改變自己的觀點，要勇於承擔及堅持，相信凡事都有較好的解決方法，而我相信正能量，亦即較好的解決問題方法。而由於人人都有自己的家庭，倘能與家人關係良好，相信抗逆能力也就愈強。

家庭層面方面，我相信家庭成員的和睦相處，是成就美滿家庭的最重要原素，而這種原素亦是正能量的本源。基於我在個人層面的取向，我一直都極尊重妻子的意見，無論在家事方面，孩子的管教方面，我們都會將意見提出來，看那一個意見較好。其實很多事都是優劣並存的，但在維繫家庭的融洽大前題下，只要大家都能包容體諒對方的話，那麼所有不同的意見提出，也沒有傷害大家感情融洽的言語行為演現，這種和諧亦可能是所謂家庭正能量根源所在。對孩子的要求標準不同，不同的教子方法很多時是夫妻磨擦的根源，而我覺得對孩子的支持不外是盡力而為、量力而為及適可而止。

最後我希望送上祝福，家庭幸福與否全在乎家庭成員如何去投放自己的愛心及時間。有投放很多時間，但是沒有愛，只屬例行工事。那些沒有時間照顧家人，只用金錢物質搭夠的也只屬例行工事。只有適時，適切用愛面對家人的人才會從家人中得到支持，從而感受到家的正能量。

祝大家的家庭生活美滿，人生豐盛。

(二)【父親節專訪特區】

用愛出發

工作人員:張姑娘
袁生

工作人員 :袁生 可否分享一下對 用愛出發的意見??

袁生 :每當我看見一些父母帶著發展障礙的孩子一起逛街、吃飯時，心中對他們的敬意就會油然而生。因為他們能無視別人的眼光，並且不厭其煩地幫助發展障礙的孩子。有時遇到無禮又無理之士，嫌他們厭煩，好像妨礙了他們似的。這些父母亦能處之泰然，冷靜地面對，我真的要學習。

工作人員 :是什麼驅使這些父母能耐心地去付出呢？

袁生 :我想是一份真心的愛，真心真意愛那發展障礙的孩子，是他們能夠排除萬難的動力。我一直都在思考「愛」的真正意義，有人認為「愛」既抽象又複雜，其實「愛」是一種發自內心的重視 — 只要懂得珍惜，就懂得愛。「珍惜」二字看似簡單，卻蘊藏著欣賞、感謝與包容等處世美德。我與兒子之間充滿著愛與恨，他是我生命中第一個兒子，由於一次的意外便帶來了逆轉，變成一個智力受損的孩子，我們的命運亦改變了，亦令我感到非常沮喪和絕望，一大堆的問題在眼前浮現，心情便更煩躁。但經同路人及朋友疏導後，我發現負面的情緒只有令問題愈來愈嚴重，惟有積極面對才能解決問題。

工作人員：除了積極面對問題之外，還有什麼要素呢？



袁生 : 我相信有很多父母會感同身受，就是我們付出的關心，肯定對子女有很大的幫助，及早的訓練成績更大，做父母的要釋放自己，面對前路，命運是靠自己支配的，不是由他人或上天控制的，最重要的是從愛出發，這亦是推動我積極面對困難的動力。

愛家人

工作人員: 張姑娘

陳生

工作人員：陳先生，今期『爸爸俱樂部』的主題是愛家庭，不如你同大家分享一下你的看法啦！！

陳生：我的小小分享只希望說出，一個家庭，不論你住的是木屋或是豪宅，你是富裕還是平民，那並不是最重要，如果你希望孩子活得幸福，活得快樂，一定要付出大量的『愛』，你愛家人，家人自然會愛你，亦要多一點溝通，我每晚也會在睡前跟他們傾談一會，小時候給他們說故事，長大後與他們分享我們公司的事情或是他們學校的瑣碎事，了解多了，感情更深，遇到問題亦易於化解。

工作人員：多謝你的分享！這是你與家人相處之道，也是你愛家人的好方法。

陳生：我還有一些心聲想分享，這是對太太的欣賞，因為太太在家中的角色並不討好，扮演惡媽媽的角色，在孩子的小時候，每當考試和測驗，都會把所有消閒活動取消，密集地替子女溫習，每當他們做錯事情，她會直接指出他們錯處，若子女提出一些不合理的要求，她都會毫不留情面地向子女說『不』，日子久了，她的『惡人』形象便形成了，而我則是孩子們的好爸爸，什麼也答應，腦子只想著每週與子女一起玩樂，和很多家庭也很相似。實際上，我是家中一條很重要的橋樑，表面上是孩子的『自己友』，但其實是個無間道或是兩頭蛇，總稱是我們一家人溝通的橋樑，遇到任何問題，橋樑便會立即出現，即時解決問題，如果沒有了溝通，便多了誤會，誤解甚至心結，這一切都會是關係破裂的計時炸彈。所以互相溝通是十分重要的。

工作人員：總結而言，你愛家人之心得主要是『多付出』及『多溝通』，這樣家人亦會感受得到的。



(三) 爸爸孩子成長室

在成長室裡面，讓爸爸學習孩子成長的需要，掌握有效的方法及技巧，從而協助子女成長。此外，家長間能藉此平台，互相交流培育子女的心得及經驗，互相鼓勵、一起成長，心靈上獲得很大的支持及力量，以下數位爸爸會與你分享與孩子一起相處時快樂之道

1. 陪小朋友多講故事和玩耍
2. 多讚賞
3. 忍耐
4. 不用體罰
5. 講道理

卓爸爸



1. 多點時間跟子女溝通
2. 耐心及多觀察
3. 多參與小組活動
4. 學習不同發展障礙的特徵

鄒生

1. 多些時間陪伴子女，從而加強對孩子的認識
2. 視他們為一個普通小朋友，教導他們多方面的知識

彤彤爸爸



1. 付出多點時候與子女一起遊戲
2. 設計遊戲或玩具與孩子一起玩
3. 增加自己的知識與兒子一同學習及成長

軒爸爸

1. 多一點時間
2. 多一點說話
3. 從小朋友角度想多一點
4. 耐心、細心、鼓勵

梁生



HAPPY FATHER'S DAY

爸爸，

我愛您！



(四) 男色花絮直擊報導

3 月份 【認識你我他】

探索父親如何影響孩子的成長，

學習做孩子的心理學家



5 月份 【心智解讀】

學習運用心智解讀的

方法，改善孩子的社

交溝通，協助孩子成長



6 月份 【快樂傳說工作坊】

作為一個現代爸爸，確是身負多任，又要在職場上拼搏，又要在家中做一個稱職的爸爸，與孩子共樂，亦要對伴侶關懷備至！不少爸爸更會形容自己長期處於作戰狀態，在工作坊內爸爸們能為自己找一點空間，與一眾爸爸及講者分享吓快樂之道，令自己和身邊的人活得更開心、更健康。



(五)【爸爸孩子行動篇】

兒童可從遊戲中學習，亦是與孩子溝通及訓練的最佳方法。經過精心設計的遊戲，對兒童的多元智能發展均有幫助，因為遊戲均要求身體動感、空間判斷、內省能力、象徵性邏輯的推斷、語言及非語言的表達、人際協商能力，所以透過遊戲，可以幫助兒童表達其成長中的特別需要和情緒，同時讓你學習玩的藝術。



(六)「男健百子櫃」



快樂的緊記

每個人對快樂的演繹都不同，如果要給快樂下個定義，可能是一種正面，無顧慮及喜悅的心情，緊記以下的小貼士

1. 保持心靈健康,有健康的心靈才有快樂的心情.
2. 將休息視為重要,別透支你的體力.
3. 忘記令你憤怒的事,原諒令你失望的人.
4. 別埋怨現實生活,常存感激別人的心.
5. 活在當下,別把時間浪費在不必要的憂慮上.
6. 身在福中能知福,亦能忍受壞的際遇,且不忘記寬恕.
7. 獻身於你的工作,但別變成它的奴隸.
8. 替自己創造一些容易實現的盼望.
9. 每天抽出一點時間,讓自己澄心靜慮,使心靈寧靜.
10. 好的時間管理是使你有剩餘的時間和精力任由支配
11. 安排一個休假,完全離開工作,和愛你的人共渡.
12. 隨便去看部電影,會有意想不到的收穫.



爸爸的信箱



歡迎你將 **喜樂** 與 **煩憂**
寄給我們！！！！讓我們一同分享與交流

海富中心

地址:九龍旺角海泓道海富苑海欣閣一樓



編輯工作小組成員：卓爸爸

余啓津 師奶爸爸 偉爸爸

張雅麗 軒爸爸



爸爸俱樂部 會員申請表格

爸爸姓名: _____

子女年齡: _____

發展障礙類別: _____

聯絡電話: _____

電郵地址: _____

所屬中心: _____

對小組的期望:

申請辦法:

請填妥以上的表格交回或傳真 2784 1194 至海富家長資源中心，歡迎致電 2777 5588 向海富中心社工查詢。