

ISSUE 63

2019 MAR

社情

SCENARIO

親子・共讀



香港社會服務聯會（簡稱社聯）是一個擁有超過 470 個非政府社會福利服務機構會員的聯會組織，其會員為本港市民提供超過九成的社會福利服務。社聯與機構會員致力推動更完善的社會福利發展及服務，鼓勵社會服務機構作跨界別合作，並倡導公平、公義及關懷的社會。

督印人：蔡海偉

編輯：曾志康

撰文：陳敏婷

封面及內文設計：Zaku Choi

地址：香港灣仔軒尼詩道15號
溫莎公爵社會服務大廈13樓

電話：2864 2929

傳真：2864 2991

網址：www.hkcss.org.hk

電郵：council@hkcss.org.hk

f hkcss

©版權屬香港社會服務聯會所有
歡迎轉載 請與本會聯絡

出版

社聯
HKCSS

贊助
出版

資助機構 Funding Organisation:
香港公益金
THE COMMUNITY CHEST

支持
媒體

星島日報
SING TAPO NEWS

親子·共讀

讓孩子選一本喜歡的故事書，暫且放下生活的煩瑣事，擁著孩子，投入聲線，開始說故事時間吧。別忘記，最後一定要給孩子大大擁抱呢！

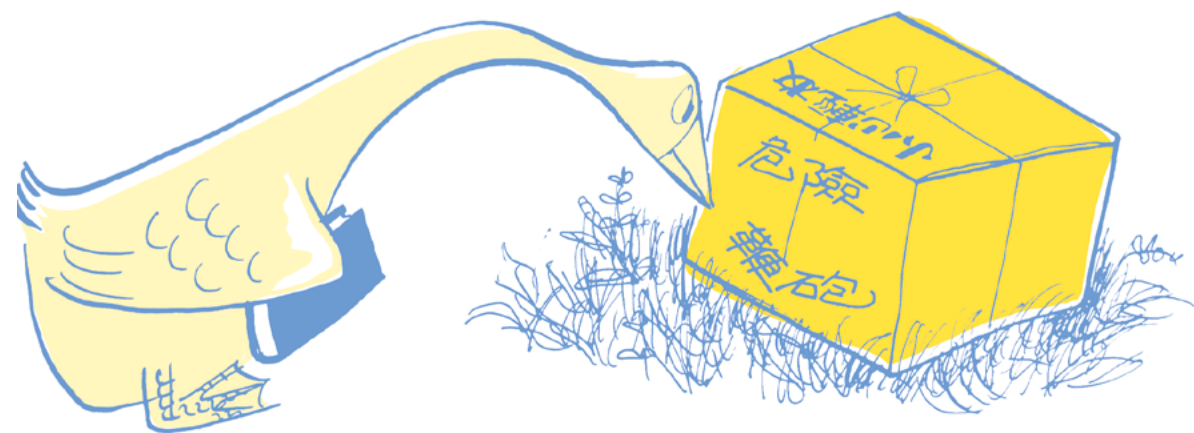
跟孩子說故事其實不用擔心技巧。只要父母說得投入，孩子也會聽得津津有味。認字和說硬道理不屬故事內容，不要混起來啊，會令孩子閉上耳。

「親子共讀」是什麼？就是家長跟孩子共同的世界、親子之間的親密語言。



「光把智慧夾在翅膀下，是不管用的，
還得把書裝進腦袋裏才行。」

《傻鵝皮杜妮》



【菜姨姨的話】 爸爸媽媽，想要你知道：

請抱持謙虛的心，與孩子一起感受與學習。很多家長深知閱讀的好處，卻沒有好好跟孩子一起閱讀。

- 緊記「不說道理，只說故事」——閱讀不是跟孩子急著學認字，而是要跟孩子一起享受故事帶來的樂趣，再慢慢分享字句背後的意思，並思考書中的智慧。
- 家長以身作則勝過一切硬道理，與孩子一起將書中智慧應用到日常。
- 家長跟孩子說故事過後，無需急於要求孩子作回饋，反而來一個大大的擁抱，為彼此留下美好的共同回憶。
- 為孩子選書時，需要尊重孩子的個人能力與喜好。即使孩子不斷要求重複看同一本書，家長亦可以運用不同的語氣和想像力來演繹，不必拘泥於孩子閱讀圖書的數量和種類。
- 從孩子的角度盡心陪伴，也許會更加了解孩子的需要。



傻鵝皮杜妮

著、繪：羅傑·杜佛辛

給爸爸媽媽的故事 該抱着怎樣的心態 跟孩子共讀？

每天說故事給孩子聽、解答家長的各種疑問。其實，菜姨姨也想說個故事給家長思考：

充滿傻氣的皮杜妮有天撿到一本書，她想起聽過農場主人的一句說話：「有書又愛書的人，就有智慧」，便把這本書當作寶一樣，到哪兒都帶著它。她愈來愈驕傲，脖子也愈拉愈長，其他動物們看她神態不一樣，認為她可能變聰明了，有任何問題都請教她。

熱心的皮杜妮總是樂意效勞，但卻愈幫愈忙。最糟的一次，她把寫著「鞭炮：危險」的盒子說成是「糖果」，害得動物們全都受傷了。皮杜妮終於明白，自己心中「愛書」，卻從來沒有打開閱讀。



菜姨姨，原名彭蔡淑玲；廿多年前，她眼見不少孩子渴望聽故事，不過父母卻未必有時間為子女說故事，感到十分可惜。當她為自己子女就讀的小學擔任故事姨姨時，索性披上綠圍巾，化身大白菜，走入學校再進社區，不停為小朋友講故事及推廣親子共讀。同時積極培訓故事爸爸媽媽，薪火相傳，團結力量，一起捍衛「每個孩子都有聽故事的權利」。



適合孩子的好圖書

菜姨姨心水之選

「家長可透過書本為孩子建立全人發展的知識寶庫，但重點不是『數量』，而是『愛』。透過故事彼此分享、一起擁著看書，除了孩子感受到父母給予的安全感和滿滿的愛，家長亦從中不斷學習。當孩子長大成人，親子之間都會感覺到那溫馨的關係及生命的豐盛。」

菜園愛書

著：菜姨姨、繪：黃志民
書中不同小蔬果都同樣愛書，他們各有所好，讀書時的表情都是滿足的，鼓勵小朋友與書結緣。另可作玩具書，尋找書中隱藏的菜姨姨公仔身影，鼓勵孩子形容有關圖畫；另一方面學習形容詞及各式蔬果。



Hug Time

著、繪：Patrick McDonnell
《Hug》是講述父母給孩子的愛，這本《Hug Time》則是教導孩子將這份擁抱帶來的力量給予其他人，用擁抱將世界變得更美好。



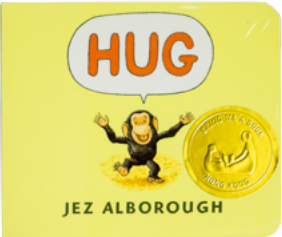
Color Surprises

著、繪：Chuck Murphy
這本玩具書充滿豐富的機關，鼓勵孩子認識顏色和事物。尤其適合專注力不高，需要多點刺激的幼孩。由於幼孩未懂掌握力度，有時或會過份用力翻開機關，菜姨姨提醒家長勿因而收起圖書或制止孩子，可捉著孩子的手一起探索書內有趣的世界。



Hug

著、繪：Jez Alborough
非常簡單的故事：各種動物身邊都有父母，一起擁抱。與父母失散的小猩猩也焦急找回父母，最後大團圓，一起抱抱。整本書只不斷重覆一詞：「HUG（抱抱）」，家長可模仿故事內的表情和聲線，最重要是擁抱孩子！



爸爸媽媽還愛我嗎？

著、繪：cowrice

直接而真誠的表達出孩子面對父母離異時的憂慮，並且帶出出路，安撫孩子迷茫的心。香港出品，畫入藍屋、電車、渡海小輪等香港特色面貌，讓父母看得更親切，亦幫助孩子認識社區。

幸運的內德

著、繪：Remy Charlip
孩子升小學後難免面對挫折，這本書可讓孩子明白沒有所謂幸不幸運，只要自己準備充足，面對不幸亦可化險為夷。



超人咚咚和超人噓噓

著、繪：Eunice Moyle、Sabrina Moyle

想要教導孩子有關生活上的認知，可利用有趣的故事幫助，成效絕對比硬道理優勝；這方法適用於任何歲數的孩子。如孩子需要學習如廁的事，這本書十分適合。



菜姨姨強調沒有「必讀清單」，亦沒有硬規定孩子到某階段必須看什麼書，家長選書時應先閱讀書本判別內容，根據孩子的興趣和性格特質而選擇。

驅走家中「大象」 借繪本力量 說出隱藏心底的秘密

繪本的力量溫柔而強大，新鴻基地產贊助並由社聯策劃的「新地雨後彩虹計劃」亦借用繪本的力量，邀來傳媒工作者陳琴詩和蘇美智擔任作家，夥拍繪者多重創作人徐羨曾，推出《我家來了一頭大象》，幫助家長和孩子坦然抒發感受，共同渡過家庭突變的低谷。故事後的導讀部分協助家長思考如何將事情告之孩子，放下彼此肩上的重擔，讓一家人有力氣攜手向前。



陳琴詩 (左)、蘇美智 (右)



什麼都不一樣了，
而媽媽竟然以為我什麼都不知道。



答：陳琴詩、蘇美智

問：什麼是家庭間的「大象」？

答：英文有一諺語「elephant in the room」，意指問題就在眼前，卻因為太棘手、太令人難受，人們不願意觸碰，甚至裝作看不見。

孩子與家長的心中，或許存在「對方應該要知道，但不知怎樣開口」的秘密。這些秘密可能是孩子其實不想參加某活動、疑惑父母偏心弟妹、甚或是經歷父母吵架、離婚、家暴、喪親等的不安。

孩子心中的擔憂未得解決，就像多了一頭大象擠進家裏，大刺刺地擋在父母與子女之間，大人往往希望孩子最好甚麼都不要知，孩子卻誤以為自己做錯甚麼引致這些狀況。每個家庭都可能「大象」；安撫孩子，誠實始終是最好的對策。

問：怎樣開口好呢？這是最令人遲疑的問題。

陳：繪本最後的話：「原來把話說出來，沒想像中可怕。」幻想出來的恐懼，永遠比現實嚇人。感謝香港大學社會工作及社會行政學系副教授曾潔雯博士及臨床心理學家何念慈女士為我們撰寫導讀，她們提出了一些實際的提醒和示範，所以導讀部分不可錯過呢！

蘇：繪本的其中一個魔力是：平常不會提起的事，在故事的溫柔氛圍下，跟隨故事內容，自己和孩子能夠一言一語的聊出來。

問：你們都是愛繪本的媽媽。繪本為什麼這樣重要？

陳：我覺得繪本是子女面對紛擾世界的「防疫針」，從中吸收的價值觀滋養著成長。《我是獨特的》是我們家已「入心」的書，堪稱「家訓」。現時什麼都說「起跑線」，唯獨你知道自己的寶貴與強弱，這樣已經好足夠。

蘇：繪本是一道橋連結親子，讓彼此溝通與了解，從孩子選書已是一種了解；繪本是溫柔的希望，是開放的，大人和小孩所看所感可能不同，不同時間看有不同的體會。

陳：對，繪本就如「種子」，每個孩子對每本繪本的領悟都有自己的時間。你不會知道何時開花，但開花之日就有威力。

蘇：想起我的兒子。聖誕節那段時間，他養了好多年的小鳥病情反覆，他最後一次摸到小鳥又冷又硬的身軀，意識到牠的離去，抱在手心中一直大哭。到他冷靜下來，我跟他說我想起一本書——《活了一百萬次的貓》。故事中的貓活了一百萬次，歷盡死別仍面容不改，到最後一次貓終於感到傷心，因為他曾經認真付出過。這故事我們之前說過很多次，那一刻就如「叮」一聲，兒子感受到也明白了。



「共讀」是 ... 家長與孩子的親密時光

來自繪本的勇氣

來玩角色扮演的遊戲！被欺負的小猴子，要勇敢的對獵豹說「不」，跟小猴子一起說一次吧：「請不要再用這麼惡劣的方式對我了！」

女兒性格內斂，媽媽 Alison 擔心女兒會被欺負，於是跟孩子讀《我不喜歡你這樣對我》，讓女兒一旦遇上同類事件，會懂得怎去處理，而且有勇氣去說出這一句「不」。女兒起初表現彆扭，多試幾次漸放得開，還扮演不同的小動物。Alison 笑稱這是「Book therapy」（書本治療），孩子每天聽故事，每天消化和吸收故事，日子到了成效自然發揮。

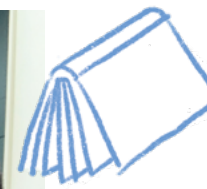


秘密語言

每晚睡覺前 15 分鐘的床邊時間，是辣椒一家說故事的親密時光。說故事不一定要拿著實體書，有時天馬行空的創作也讓兩位孩子聽得著迷，一言一語加入創作。

讀過的書，是親子之間的親密語言。生活上遇到某情節，甚或是挫敗，辣椒爸爸會對孩子說：「噢，不就是像某書中的故事嗎！」一個書名，猶如心有靈犀的代號，勝過一句接一句的道理。

有人覺得，孩子看完書要識字；辣椒爸爸更在乎與孩子聊得天南地北的相處時光。



車廂內的舞台劇

暫且放下去年的最愛《星球大戰》系列圖書，3 歲半男孩子 Ethan 最近最喜愛的圖書是《睡公主》。在家時叫爸爸媽媽讀故事，坐車時聽影音光碟，有趣的聲音演繹逗得 Ethan 一直咯咯笑，還要跟爸爸媽媽一起玩角色扮演，媽媽做公主、爸爸做王子，自己則做黑女巫，裝模作樣唸起台詞，一家人玩得哈哈笑。

怎麼要去規定公主系列只是女孩子讀的書？其實故事有趣才最重要。怎麼要擔心是否將故事說得動聽？只要擁著孩子讀故事，想要更有趣可以鬼馬扮聲，就是親子間最快樂的故事時光。

媽媽的童年往事

媽媽 Anna 愛說故事，女兒恩恩愛聽故事，尤其是媽媽記憶中的童年往事。恩恩每問多一點，Anna 再說多一點。繪本與媽媽的童年事，讓恩恩和媽媽公公婆婆緊緊的抱在一起，在簡單而快樂的時光栽下愛的種子。

讀完台灣繪本作家劉伯樂的《我砍倒了一棵山櫻花》，Anna 帶恩恩到自己幼時的居住地上海街走走，公公婆婆細說街道今昔之別。公公是裁縫，恩恩聽媽媽讀了另一台灣作家林小杯的《喀噠喀噠喀噠》，到公公婆婆家特意細看陪伴媽媽成長的「喀噠喀噠」衣車。恩恩想像著媽媽小時候的生活，感覺又親近了媽媽再多一點。



社區資源



書伴我行

作為提倡親子共讀的非牟利機構，書伴我行（香港）基金會為捐贈者和非牟利機構作配對，在幼兒園、幼稚園、社區中心、醫療機構等設置書架及書包圖書館，提供高質素、適合不同年齡的兒童閱讀的中英文書籍。同時舉辦「兒童啟蒙老師訓練項目」，協助家長及幼兒工作者把與共讀的習慣融入生活中。



安徒生會「童話夢工場」

位於黃大仙竹園的中心備有逾千本圖書，也有為家長及學校而設的故事資源套，供會員免費借閱。另外亦會為家庭提供親子閱讀活動，促進區內親子和諧。



香港小童群益會「繪本圖書館」

於香港、九龍及新界共 9 個服務單位設有「繪本圖書館」，館內蒐集了近千本從國內及國外精選的兒童繪本，另不時舉辦繪本閱讀活動，鼓勵家長與孩子一起閱讀，透過繪本認識世界。S

逾 8 成在職護老者壓力極大 盼企業支援



坊間常說「支援雙職父母」，卻較少關注員工照顧年邁親人的需要。在職護老者，難道只有「安排長者住安老院」或是「辭職」兩條路？

為了解在職護老者的狀況及需要，社聯和香港大學秀圃老年研究中心去年獲嘉里集團支持，以問卷成功訪問 523 位在職護老者，高達 82% 受訪者表示壓力極大，53% 受訪者出現抑鬱徵狀，75% 受訪者的家庭功能受影響。44% 受訪者更同時出現上述三種狀況，屬於高危群組，他們正面對的困局，實在不容忽視。

逾 60% 受訪者曾因照顧長者，需要臨時請假、遲到或早退；惟超過 70% 受訪者表示「公司沒有」或「只可由主管酌情批出」有薪或無薪照顧者假期。26% 受訪者曾為照顧長者而請無薪假甚或被逼曠工，20% 受訪者更想過辭職以照顧年邁親人。

根據政府統計署報告，全港 69% 人口認為「個人健康情況良好」，對比是次調查訪問，僅 34% 認為「個人健康情況良好」。數字反映普遍在職照顧者身心疲累，久而久之影響其工作表現，甚或會離開職場。

隨著老年人口的增加，預期社會上將出現更多照顧者。為使照顧者有能力肩負照顧責任，社聯促請政府設立「照顧者為本」的政策及服務，包括增撥資源支援照顧者，為照顧者提供個案管理、專業輔導及熱線支援。

企業亦可參考家庭友善僱主計劃，推行「照顧者友善措施」。「照顧長輩」如同「照顧子女」一樣重要，也是大部份僱員要面對的家庭責任，社聯呼籲企業一同響應，建立照顧者友善的工作環境，以行動支持照顧者。

【企業實例】如何支援在職護老者？

富安集團有限公司的「護老者支援計劃」獲社聯「2018-2019 長者友善措施致意行動」嘉許，該公司企業持續發展經理劉駿楷分享公司政策及經驗，值得企業借鏡。

怎樣發現員工的需要？

劉 人口高齡化，我們亦有愈來愈多員工需擔起護老者的責任。我們留意到陪診、到日間照顧中心聽講座或學習照顧技巧是常見的請假原因，同事有時更會將情緒及壓力帶回公司，影響工作表現之餘，亦較易因小事增加同事間的磨擦。

更可惜的是，資深員工為著照顧年老父母，迫不得已下辭職。不只公司損失人才，該名員工亦要面對沉重財政壓力。

人口高齡化下，這是企業必須考慮的議題，好讓員工安心照顧長者的同時不必放棄工作，對企業和員工同樣得益。

公司怎樣支援在職護老者？

劉 政策推行後公司凝聚力及員工表現均有提升，目前主要有五項措施，包括：

1. 彈性上班地點及時間；
2. 四天有薪照顧者假期：希望員工有更大的彈性使用年假，亦讓員工可以更安心申請假期；
3. 與社福機構合作舉辦實用工作坊，按員工需要及社會趨勢決定題材及內容；
4. 內聯網特設護老者討論區，讓員工將沒機會或難於宣之於口的說話，於網上與同路人交流及分享；
5. 「護老者旅遊津貼」，每年一次並且不多於 3,000 元。我們明白作為護老者的壓力沉重，想要鼓勵有需要的員工適時放鬆。

「財務壓力」是公司所考慮的重要因素，你們是怎樣處理？

劉 每間中小企的狀況都不一樣，其他公司不一定需要依照我們的全套做法，最重要是因應公司的情况，與員工一起商討，了解他們的需要。例如我們內聯網的護老者討論區，正是年輕員工提出的建議。管理層可按員工建議，考慮財務如何配合，再作政策調整。📍



「大笑瑜珈」是富安集團為員工舉行的護老者減壓活動之一。

為劏房家庭打造「一齊坐」的「沙發櫃」



不足一百呎的劏房單位，住了沈女士一家四口。孩子漸大，物件愈來愈多；小小蝸居，能否容得下一家人好好坐下休息的空間？

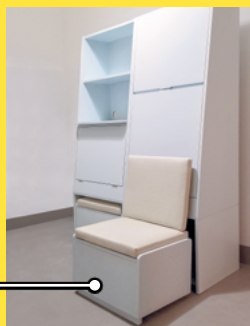
沈女士好希望有一張沙發供丈夫休息和一家人共坐，享受家庭樂，無奈沙發「巨型」，願望難以達成，參與社聯「眾設社區：青年設計師基層社區協作計劃」的青年設計師為沈女士一家打造「沙發櫃」，能夠收納物品亦暗藏桌子及雙座位，讓家庭有地方可以「一齊坐」。

沒櫃門的架，方便取物

拉出椅子

椅子可打開儲物

斜台設計，更方便椅子拉動



內有鐵通，亦可與下格櫃相通，方便掛入長身衣物

運用淡色及斜面設計，視覺上有助減低傢俱「巨型」的感覺

櫃門打開，變身桌子

睇片！



親子一同進行體適能運動，並學習運用五個快樂親子錦囊，包括：精靈耳、心心眼、好幫手、讀出口及靈敏鼻，以促進家庭成員間的溝通。

家長是子女心中的英雄，保護他們快樂地成長。

共建「快樂家庭三大支柱」

為推動「快樂家庭」文化，基督教香港信義會社會服務部獲香港公益金資助港幣 350 萬，於 2017 年 9 月起推行為期三年的「樂·傳·承」家家喜動計劃，為有潛藏危機的家庭，例如：低收入、單親、隔代照顧或育有特別學習需要學童的家庭等，提供以社區為本的快樂家庭培育及支援服務。

計劃透過輔導服務、家庭及社區培育活動，期望鞏固「快樂家庭三大支柱」：

第一支柱「快樂由自己做起」：體貼自己的身體健康和情緒需要，保持良好及平靜的狀態，維持足夠的心力關心家人。

第二支柱「快樂技巧好學習」：透過學習知識及技巧，了解家庭成員的需要，增進彼此的關係。

第三支柱「快樂環境齊營造」：提供家庭相聚的快樂時光，強化互相扶持和內聚的力量，建立美好的回憶。



家長學習以靜觀瑜珈等方式舒緩自己的壓力。



家長認真學習營造快樂家庭的技巧。



「快樂家庭運動 3.60」，親子一起進行競賽活動、參觀生命教育展覽館、分享親子訊息及實踐熄機一小時的行動。



參與親子日營，促進親子關係，共享歡樂時光。



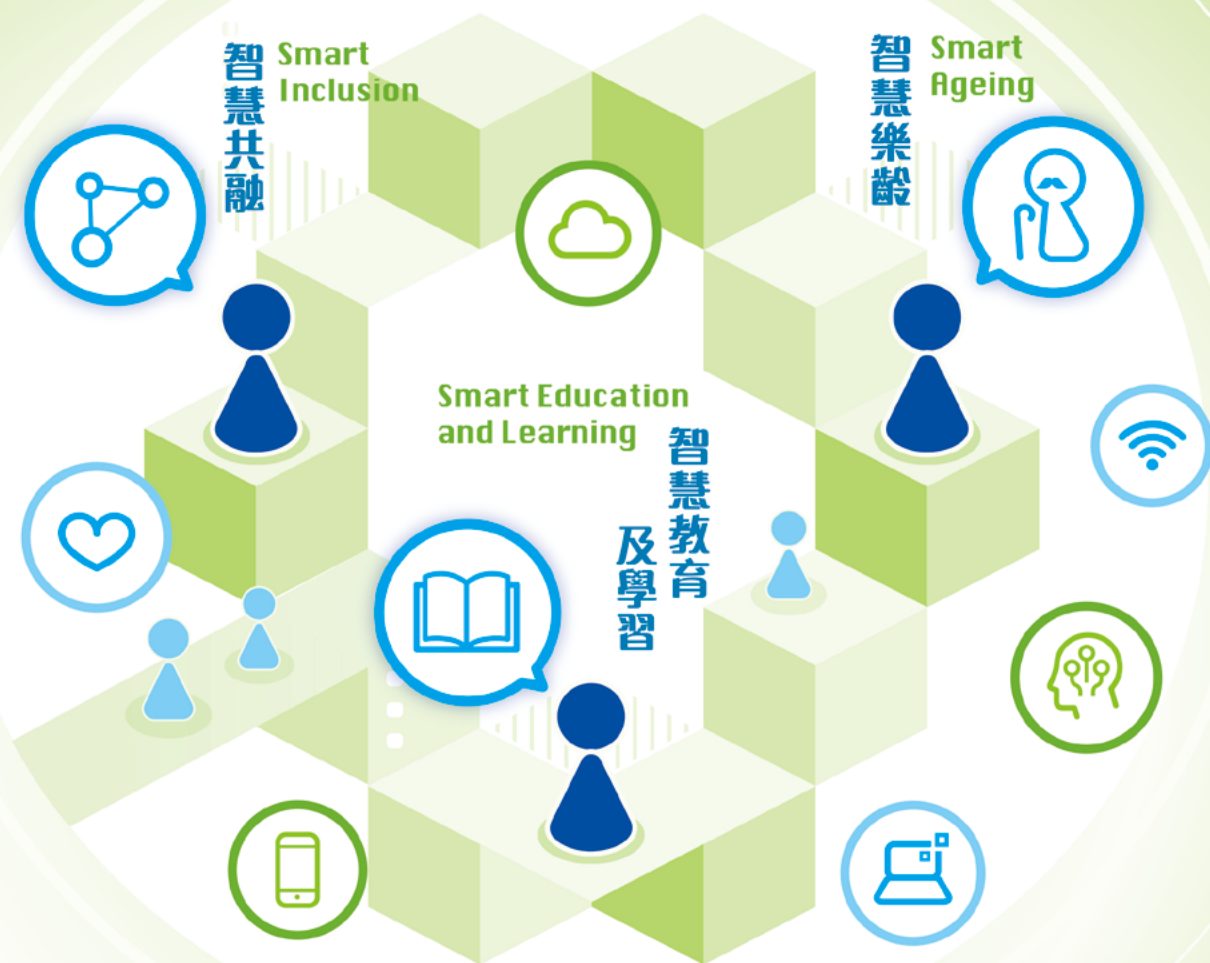
HONG KONG
ICT AWARDS
2019 香港資訊及
通訊科技獎

Organiser
籌辦機構

社聯
HKCSS

智慧市民獎

Smart People Award



頒獎典禮 Awards Presentation Ceremony: 2019.04.04

支持機構 Supporting organization

