



家長講座



升級爸媽
(教養篇)



五邑鄒振猷學校
沈耀光校長
2016年8月22日

1. 父母的願望

- 健康
- 快樂
- 品格好
- 事業有成
- 有自信
- 孝順
-



1. 父母的願望

- 健康
- 快樂
- 品格好



你想你的子女變成這樣嗎？

	年齡	就讀級次	自殺日期	懷疑自殺原因
1.	21	大學文憑	7/9/2015	學業壓力
2.	11	中一	10/9/2015	
3.	13	中一	23/9/2015	
4.	17	香港專業教育學院	24/10/2015	抑鬱症
5.	21	大學	4/11/2015	學業壓力
6.	21	大學二年級	4/11/2015	與家人爭執
7.	18	大學一年級	19/11/2015	抑鬱症及學業壓力
8.	22	大學四年級	15/12/2015	不明
9.	15	中四	16/12/2015	生活不如意
10.	18	中六	28/12/2015	學業壓力
11.	15	中四	4/1/2016	生活不如意
12.	19	大學一年級	6/1/2016	學業壓力、錢財原因
13.	20	中六	17/1/2016	學業壓力
14.	14	國際學校Grade 9	18/1/2016	
15.	21	大學四年級	20/1/2016	
16.	12	中一	12/2/2016	校園生活不如意
17.	16	中五	18/2/2016	學業壓力

你想你的子女變成這樣嗎？

	年齡	就讀級次	自殺日期	懷疑自殺原因
18.	20	大學三年級	5/3/2016	學業壓力
19.	15	中四	7/3/2016	
20.	12	中一	8/3/2016	
21.	20	大學三年級	8/3/2016	
22.	20	英國留學暫歸港	11/3/2016	眼疾及抑鬱症
23.	11	小學六年級	12/3/2016	家庭問題及不想升中
24.	21	大學四年級	13/3/2016	生活不如意
25.	22	大學四年級	26/3/2016	
26.	17	11年級	27/3/2016	感情問題
27.	20	DSE自修生	4/4/2016	學業壓力
28.	17	中四	13/4/2016	受朋輩欺凌及家庭問題
29.	22	大學四年級	14/4/2016	感情問題
30.	16	中三	19/4/2016	生活不如意
31.	19	英國留學暫歸港	24/4/2016	不想返回英國留學
32.	18	DSE自修生	10/6/2016	學業壓力
33.	20	DSE考生	17/6/2016	
34.	14	國際學校十年級	23/6/2016	學業壓力及家庭問題
35.	17	中五升中六	5/8/2016	

懷疑自殺原因

- ◆ 學業壓力
- ◆ 家庭問題
- ◆ 感情問題
- ◆ 生活不如意
- ◆

2. 願望的實踐

「千里之行，始於足下」



3. 核心信念

- 「孩子的一切，是我們『教』出來的」
- 「寶劍鋒從磨礪出，梅花香自苦寒來」



4. 『教』的意思是

言教

身教

安排經歷



5. 健康

5.1 身體健康

◆ 飲食

◆ 運動

◆ 作息

5.2 心靈健康

◆ 真、善、美



6. 快樂

「每天都快樂的人，不會覺得自己快樂，亦不能接受不開心」

(溫室難成勁草)



7. 好品格

- 「洗腦」、「灌輸」
- 「堅持」、「耐性」



7. 好品格

- ✔ 正直 VS 利益為上
- ✔ 責任感 VS 諉過於人
- ✔ 關顧他人 VS 自我中心

8. 有出色

懂自理

愛讀書

肯服務



9. 控制「四電」

電話 ✘

平板電腦 (如 iPad) ✘



9. 控制「四電」

❖ 電視 ❌

❖ 電腦 ❌



10. 訂家規

✦ 作息有序

✦ 禮貌

✦ 責任感

✦ 肯服務

