

# 康橋幼兒園 園訊

第 540 期

肯定自己貢獻智慧快樂成長豐富人生

發行人：張家富

編輯：黃程如

園長：粘淑美

美編打字：黃程如

電話：2467861 · 2457457 發行日期：114 年 6 月 30 日

網址：<https://www.cambridgekids.com.tw/>



親愛的畢業生，恭喜你！

畢業後，你的未來是充滿可能性的！

進入國小的日子將會給你帶來許多新的挑戰和機會。但也有許多的支援和幫助。在學校裡，老師們可愛又耐心，他們會用心指導你，教會你知識，更教會你怎麼與他人相處。希望你能珍惜這段寶貴的時間，學會尊重和欣賞身邊的人，友善地對待自己的同學，與他們攜手一起成長。無論是在數學課程裡學習數字的奧秘，還是在語文課上暢所欲言，這些都是你成長的一部份。

願你在新的環境中，保持好奇心和求知慾，鼓起勇氣去發問，和同學們一起彼此學習，分享快樂。你的每一次努力都將為未來鋪路，請相信自己！

## 小孩無感、無所謂，處罰獎勵都沒用該怎麼教？

在家庭與學校教育的現場中，有一類小孩特別讓人頭痛——他們的個性是那種無所謂、不在乎、懶散又不主動，對於懲罰沒感覺，對獎勵也興趣缺缺，任憑你喊破喉嚨也一樣不會改變，這種孩子真的不好教！

「無所謂小孩」的常見行為包括那些？

### 無所謂小孩該怎麼教？

- ① 做事常常無所謂、隨便
- ② 對懲罰或獎勵都無所謂
- ③ 做事不努力、不積極
- ④ 學習動機低，要人家催才動
- ⑤ 態度懶散、被動
- ⑥ 東西掉了也無所謂
- ⑦ 時間來不及也無所謂
- ⑧ 錯了都不會想積極改正
- ⑨ 缺乏責任感，都不會主動
- ⑩ 該做的事都要父母提醒



- 1、做事常常無所謂、很隨便
- 2、對懲罰或獎勵都無所謂
- 3、做事不努力、不積極
- 4、態度懶散、被動
- 5、學習動機低，要人家催才動
- 6、缺乏責任感，都不會主動
- 7、錯了都不會想積極改正
- 8、東西不見了也不在乎
- 9、時間來不及也無所謂
- 10、該做的事都要父母提醒

如果你家也有無所謂小孩，你一定能體會那種「你急得要死，他慢得要命」的無力感，到底這種個性要怎麼教？

## 孩子無所謂、不在乎，心理因素大解密

大人要先理解，孩子不是天生懶惰或無感，而是在成長過程中，可能經歷過以下幾種心理變化：

### 心理因素 1、無所謂是不覺得重要

對孩子來說，什麼事情重要、什麼不重要，取決於他內心的價值排序。而當他不認為一件事「與我有關」、「對我有價值」，自然就會產生一種「隨便啦、無所謂」的態度。

### 心理因素 2、無所謂是做不好的挫折

有些孩子曾經認真努力過，但卻常常被批評、否定或失敗，久而久之就會形成一種「反正我也做不好，不如假裝我不在乎」的保護機制。

### 心理因素 3、無所謂是不會規劃下一步

有些孩子其實想做得好，但他根本不知道怎麼規劃、怎麼開始、怎麼執行。當一個人長期「搞不懂流程」，又沒有被具體教導，他很容易選擇放空或裝作不在意。

家有無所謂小孩該怎麼教？

## 無所謂小孩的改善方法

王宏哲  
兒童心理學家

① 10分鐘深度對話

② 訓練他「自我預告」

③ 「故事討論」建立自律觀念

### 方法 1、十分鐘深度對話

這類孩子多半已經在心理上對大人「關閉感受」，所以再多的催促與指令都進不去。每天花 10 分鐘，心平氣和地跟他聊聊：

✓ 不談成績，不講要求，單純分享生活與感受

✓傾聽他的想法，不急著糾正或評論

✓慢慢讓他覺得「你不是來催我，而是關心我」

當孩子覺得自己被理解，被重視，內心的防備才會慢慢放下，重新建立連結與動力。

## 方法 2、訓練「自我預告」

很多孩子之所以無所謂，是因為他覺得自己沒有決定權。這時可以透過「自我預告」的方式，讓他開始對自己的行動負責：

✓與他討論今天要做哪些事情，讓他自己說出來（例如：「你打算幾點開始寫功課？」）

✓鼓勵他寫在白板或筆記本上，建立預告的儀式感

✓當他照著做時，給予肯定與簡單反饋

這不是提醒，而是訓練孩子逐步掌控自己的節奏與安排。預告 → 執行 → 獲得成就感，是建立責任感與動機的關鍵。

## 方法 3、「故事討論」建立自律觀念

許多「無所謂」的孩子，並不是不願意改，而是不知道什麼是自律、怎麼開始，也從來沒有內化「做一件事做到好」的感覺。這時候，繪本就能成為溫柔又有效的敲門磚。

爸爸媽媽可以挑選不同面向的教養繪本，建立各種自律的觀念，例如建立「時間的自律觀念」、「行為的自律觀念」、「主動性的自律觀念」、「學習的自律觀念」……等等，讀完之後，不要急著問對錯或總結道理，而是用開放式的問題，引導孩子內化概念：「你覺得這個角色剛開始有點像你嗎？」「你有過那種一開始不想做，後來做完覺得不錯的經驗嗎？」「如果你是故事裡的主角，你會怎麼做？」或者把繪本中的情境轉換到日常任務上，例如：「就像書裡面那個角色一樣，我們也來試試今天先完成功課，然後再玩 20 分鐘，怎麼樣？」

作者：[天才領袖團隊](#)

## 活動看板

△07/10(四)	* 慶生會
△07/14(一)	* 畢業典禮暨音樂發表會彩排 (校內)
△07/21(一)	* 畢業典禮暨音樂發表會彩排 (夢想田)
△07/26(六)	* 畢業典禮暨音樂發表會 (夢想田)
△07/29(二)	* 同樂會
△07/31(四)	* 全園消毒 (幼兒放假一天)
△08/1(二)	★開學日



# 臺南市私立康橋幼兒園 114 年 7 月份精緻美食

設計者：張淑清

日期	星期	活力早餐	美味午餐					可口點心	全穀雜糧	肉魚豆蛋	蔬菜	水果	
			主食	主菜	副菜 1	副菜 2	湯品						水果
1	二	南瓜肉末粥	榨菜肉絲湯麵(肉絲.榨菜.豆芽菜)		滷小烏蛋	青江菜		西瓜	滷黑輪	✓	✓	✓	✓
2	三	蛋花麵線	五穀飯	蘿蔔燉肉	玉米炒蛋	油菜	番茄鮮菇湯	西瓜	銀絲卷	✓	✓	✓	✓
3	四	芝麻包+豆漿	咖哩豬肉燴飯(豬肉.馬鈴薯.胡蘿蔔)			大陸妹		西瓜	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
4	五	時蔬冬粉	糙米飯	滷雞腿	毛豆炒豆干	空心菜	芹香貢丸湯	鳳梨	芋頭餐包	✓	✓	✓	✓
7	一	黑糖饅頭+豆漿	皮蛋瘦肉粥(皮蛋.豬肉.玉米)		肉鬆	地瓜葉		鳳梨	南瓜濃湯	✓	✓	✓	✓
8	二	肉燥湯麵	燕麥飯	洋芋燉肉	螞蟻上樹	芥藍菜	山藥排骨湯	鳳梨	紅豆包	✓	✓	✓	✓
9	三	蔬菜湯餃	什錦肉絲蛋炒飯(肉絲.雞蛋.高麗菜.胡蘿蔔)			油菜	玉米蘿蔔湯	芭樂	綠豆珍珠	✓	✓	✓	✓
10	四	蛋糕+牛奶	南瓜什錦炒麵(南瓜.肉絲.高麗菜)			青江菜	青菜豆腐湯	芭樂	水煮蛋	✓	✓	✓	✓
11	五	雲吞湯麵	五穀飯	滷豬排	紅蘿蔔炒蛋	地瓜葉	玉米蛋花湯	芭樂	藍莓餐包	✓	✓	✓	✓
14	一	全麥吐司+牛奶	香菇筍絲湯飯(香菇.肉絲.筍絲.高麗菜.丸子)			大陸妹		木瓜	芋頭西米露	✓	✓	✓	✓
15	二	絲瓜麵線	糙米飯	糖醋魚條	豆薯炒蛋	空心菜	紫菜蛋花湯	木瓜	黑糖花卷	✓	✓	✓	✓
16	三	地瓜粥+肉鬆	番茄拉麵(牛番茄.肉絲.玉米)		滷蛋	青江菜		木瓜	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
17	四	芝麻饅頭+豆漿	肉羹燴飯(紅白蘿蔔.香菇.肉羹.木耳.洋蔥)			油菜		鳳梨	紅豆紫米	✓	✓	✓	✓
18	五	鮮魚蘿蔔粥	燕麥飯	洋蔥燉豬肉	玉米炒蛋	芥藍菜	綜合菇湯	鳳梨	杯子蛋糕	✓	✓	✓	✓
21	一	三色吐司+牛奶	海產粥(肉絲.筍絲.蝦仁.蚵.虱目魚肉)			地瓜葉		西瓜	綠豆粉角	✓	✓	✓	✓
22	二	翡翠銀魚粥	地瓜飯	炸豬排	滷豆乾.海帶芽	大陸妹	大黃瓜魚丸湯	西瓜	芋頭包	✓	✓	✓	✓
23	三	玉米肉末粥	什錦湯麵(肉絲.高麗菜.豆芽菜)		滷蛋	青江菜		西瓜	關東煮	✓	✓	✓	✓
24	四	饅頭+豆漿	南瓜鮮魚粥(南瓜.肉燥.虱目魚粥)			油菜		芭樂	燕餃冬粉	✓	✓	✓	✓
25	五	時蔬雞絲麵	五穀飯	馬鈴薯燉雞肉	毛豆炒蛋	地瓜葉	蓮藕排骨湯	芭樂	肉鬆餐包	✓	✓	✓	✓
28	一	葡萄吐司+牛奶	什錦豬肉燴飯(紅白蘿蔔.豬肉.木耳.金針菇)			大陸妹		芭樂	地瓜粉圓	✓	✓	✓	✓
29	二	蔬菜粥	糙米飯	梅干扣肉	紅蘿蔔炒蛋	空心菜	海帶芽蛋花湯	木瓜	鮮肉包	✓	✓	✓	✓
30	三	南瓜麵線	廣東粥(肉絲.玉米.高麗菜)			油菜		木瓜	蘿蔔油豆腐湯	✓	✓	✓	✓

★本園一律使用國產豬、牛食材