



慈雲山天主教小學

校 址：黃大仙蒲崗村道 172 號
 電 話：2327-3332 傳真：2327-6662
 電 郵：mail@twscps.edu.hk
 網 址：http://www.twscps.edu.hk/



金句：瑪利亞說：「看，上主的婢女，願照你的話成就於我吧！」（路1:38）

12 月份校務 / 活動預告

3/12(六)	鑽禧校慶嘉年華暨開放日	為慶祝學校創校六十周年，學校將舉行「鑽禧校慶嘉年華暨開放日」，誠邀全校學生及家長到校參與，一同分享校慶的喜悅。當天全校學生分三個時段回校參與活動，詳見學校通告 NO.189/22-23_APP。
5/12(一)	特別假期	全校學生不用回校上課，下午小組活動及網課暫停。
6/12(二)	換冬季校服 「快樂大使」訓練	全校學生更換冬季校服。 學校通告 NO.148A/22-23_APP
7/12(三)	九北運動會	部分同學代表學校參加九北運動會。(詳情另行通告)
8/12(四)	「兒情計劃-兒童及青少年的焦慮問題」家長講座 (ZOOM)	學校通告 NO.179/22-23_APP
9/12(五)	綜合課 「快樂大使」親子義工服務	時間：下午 2:30 – 3:15(逢星期五) 學生必須穿着整齊校服/衣著端莊整齊，並於課堂開始前 10 分鐘登入 zoom 網上課堂。 學校通告 NO.148A/22-23_APP (家長與學生於下午 4:00 到達社會福利署慈雲山綜合家庭服務中心)
10/12(六)	家長日	六年級家長日(詳情另行通告)
14/12(三)	鑽禧校慶感恩祭綵排	同學穿着整齊運動服回校，部分學生進行感恩祭綵排，其他學生照常上課(請帶備中文、英文、數學、常識及一本圖書)。 上學時間：上午 7:55 放學時間：下午 12:20，校車照常服務。 下午小組活動及網課照常上課。
15/12(四)	鑽禧校慶感恩祭預備	是日為 Day 2，學生上午照常上課，下午小組活動暫停，另下午網課只有自理 TEEN 使及 EQ 特工兩組照常上課。
16/12(五)	鑽禧校慶感恩祭	為慶祝學校鑽禧，感謝天主六十年來的帶領及恩佑，學校特別舉行感恩聖祭，並邀請周守仁主教主祭。由於座位有限，只能安排部分同學現場參與，其他同學需透過網上直播參與。(詳情另行通告) 上學時間：上午 7:55 放學時間：下午 12:20，校車照常服務。 下午小組活動及網課暫停。
17/12(六)	小六「成長的天空計劃(小學)-戶外活動」	學校通告 NO.173A/22-23_APP
19/12(一)	聯歡會及聖誕禮儀	同學可穿着整齊運動服或便服回校參加聯歡會。 上學時間：上午 7:55 放學時間：下午 12:20，校車照常服務。 是日下午所有網課暫停。
20/12(二)至 2/1(一)	假期	聖誕及元旦假期



1 月份校務 / 活動預告

3/1(二)	假期後復課	假期後第一天上課，是日為 Day3，同學按時間表正常上課。
4/1(三)	小四「成長的天空計劃(小學)」(補堂)	學校簡訊 NO.100
	小六「成長的天空計劃(小學)」	學校通告 NO.030A/22-23_APP
6/1(五)	綜合課	時間：下午 2:30 – 3:15(逢星期五) 學生必須穿着整齊校服/衣著端莊整齊，並於課堂開始前 10 分鐘登入 Google meet 網上課堂。
	P.1 及 P.6 打針	小一及小六學童接種白喉、破傷風、無細胞百日咳及滅活小兒麻痺混合疫苗接種
7/1(六)	家長日	一至五年級家長日(詳情另行通告)
	「快樂大使」計劃分享會	學校通告 NO.148A/22-23_APP
9/1(一)	恢復全日面授課堂	開始恢復全日面授課堂，是日為 Day 1，上課時間：7:55a.m.-3:15p.m.。(詳情另行通告)
11/1(三)	小六「成長的天空計劃(小學)-愛心之旅」	學校通告 NO.030A/22-23_APP
12/1(四)	售賣下學期課本	詳情另行通告。
13/1(五)	「Open 嚟」-守門人工作坊	詳情另行通告
14/1(六)	家教會	召開家教會第十一屆委員會第二次會議 (請各位委員準時出席) 時間：上午 10:00-12:00 地點：本校 G/F 會議室
	小五「成長的天空計劃(小學)-戶外活動」	詳情另行通告
16/1(一)	愛心大使訓練	學校通告 NO. 151A/22-23_APP
18/1(三)	教師發展日	是日同學不用回校上課。
19/1(四)至 30/1(一)	假期	農曆新年假期
31/1(二)	下學期開始	是日為 Day2，同學按時間表上課。

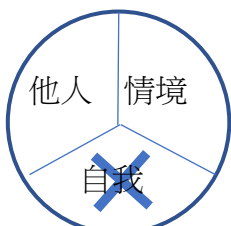
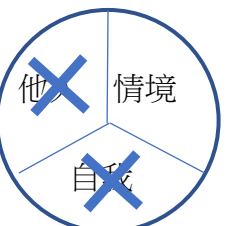
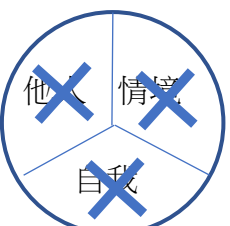
「自行參加校外比賽」獎勵計劃得獎學生

比賽項目	獎項	主辦單位	得獎名單 班/學生姓名
國際兒童及青少年繪畫大賽	幼兒初級組 銅獎	亞美斯藝術交流	1C 梁慶兆
全港兒童鋼琴比賽	小學 P.4-P.6 組 金獎	香港優才活動協會	4E 曾梓淳
亞洲音樂交流節 2022	鋼琴 Grade4 組別 銀獎	藝術文化展	5A 林奕希
2022 學界數學及奧數公開賽	小六數學組 銀獎	香港兒童數學協會	6A 黃子軒

溝通是家庭中很重要的一環，它不單是傳遞事件和實質資訊，同時會傳遞情緒、想法、信念等情感資訊的過程。但由於家人之間的關係較親密，也會對彼此的期望較高，以致相處時容易產生摩擦，更甚是無法將對家人的愛和善意有效的表達出來。所以，一個良好的溝通模式甚為重要。

美國家庭治療大師沙維雅（Virginia Satir）經過多年的臨床經驗，觀察家庭成員間的互動，她發現人們面對壓力、威脅或保護自己的自尊時，有些人較著重對情境的分析，有些人關注個人感受，有些人著重別人的感受。因此，她提出了五種溝通模式。每個人也可能因不同的環境、角色、身分等運用不同的溝通模式。也會因不同的因素（如成長背景、原生家庭等）傾向較多使用某種溝通模式。

五種溝通模式分別是：1.指責型、2.討好型、3.超理智型、4.打岔型、5.表裡一致型

1. 指責型	2. 討好型	3. 超理智型	4. 打岔型	5. 表裡一致型
這類的溝通者較多以指責來處理問題，以別人的錯誤來為自己辯護，只顧及自我和情境而忽略他人需要。	討好型的溝通者與指責型相反，利用讓步、同意、道歉或不斷試圖取悅他人，尊重他人感受和情境，但忽略自己真正的感受。	運用超理智型溝通的人，在處理衝突時傾向以數據、邏輯等作分析，不在乎有關個人和情緒上的話題，以保持極客觀和避免情緒化。注重問題情況而忽略他人和自我。	打岔型的溝通者經常以講笑話、打斷話題、改變話題等方式來分散注意力，不願真正的觸碰問題。所以他們是忽略自我、他人和情境。	表裡一致型的溝通者能顧及自己、他人和情境的三方面的需要，在表達感受、想法時，其身體姿勢、言語皆讓人感到真誠、舒服和毫無威脅。也會為自己的行為和說話負責。
				

因此，「表裡一致」的溝通模式是每個人都需要學習，這並不是一條容易的路。但當我們對自己的溝通模式有更多覺察，便會更願意學習和進步，讓家庭的互動變得更好。

參考資料：

林沈明瑩、陳登義、楊蓓(1998)。薩提爾的家族治療模式。台灣：張老師文化
香港城市大學。添「+」幸福樂園。網址：http://www.cityu.edu.hk/ss_pospama/index.html