

# 迎接新學年一家長溝通篇

## 主動關心， 鼓勵分享



例如：

就快開學喇，  
你心情點呀？

切忌：否定情緒  
批判感受

有咩好緊張呀！

## 專注聆聽， 重視感受



例如：

有咩你慢慢  
講我知。

切忌：主觀假設  
輕視表達

咁小事有咩好擔心啫？  
我得閒先再同你講！

## 給予肯定， 加強信心



例如：

你平日咁自律，老師  
惡都唔駛怕，你做好  
本分就得啦！

你以前點樣成功  
解決類似問題㗎？

切忌：過份保護  
打擊信心

唔駛擔心，我聽日  
幫你同老師講！

## 身體力行， 齊達目標



例如：

我哋聽日開始一齊  
早起身，慢慢調節  
返個生理時鐘。

切忌：  
用指責來表達關愛

暑假我叫極你早起身都  
唔聽！開學你實遲到！