



救恩學校校長

陳梁淑貞

為何要放假？

一切對孩子的成長有幫助，我們都要留心去做，有違孩子的本性、興趣和能力的事情，就不要勉強去做。

經常有些可愛的同學向我發問：「為何要放假？我希望每天都可以返學。在學校裏，我很開心啊！」聽到同學的問題，令我既安慰又感有趣！事實上，學校全年上課時間約為一百九十天，長短假期佔半年時間左右，不算是短的日子。我反覆思量，如何善用此寶貴的光陰，令孩子有健康的成長？

生命有規律，萬物運行有時有序，有活躍的時刻，亦有停下來需要。人是萬物之靈，動靜有時，在不斷努力尋求進步之同時，亦不忘靜下來重新得力，寧靜致遠。聖經中「安息日」的設立本意如此，與造物主和萬物不斷建立和諧的關係，讓自己的心靈得到安舒。

我認為在假期中，建立美好關係是十分重要的。學會與自己、別人和環境相處。就會認識自己、關愛身邊的人和愛護環境。例如在假期中孩子可以與家人、



朋友或同學們一起遊玩是最理想不過。遊玩地點時間不拘，只要同行者珍惜共聚時光，已經令孩子帶來無限歡樂和美好的童年回憶。據美國著名心理學家Dr Martin Seligman多年對真正快樂 (Authentic Happiness) 的研究所得，有足夠的社交活動的人是很快樂的。

每當假期完畢，孩子們都熱切地向我分享他們難忘的旅程和活動，說過不停。這些經驗會成為他們的得力泉源，提升創意和美麗回憶。在旅程中，家長必須把握機會，多與孩子溝通，觸摸孩子內心世界，分享他們的喜悅感受，學習對不同環境的尊重和欣賞，擴闊他們的胸襟和鑒賞能力，讓孩子成為更有見識和更具包容的下一代。

假期並非單是吃喝玩樂的日子，孩子須做些有規律性和有益身心靈的活動。大可從「多元智能」發展的角度選擇一些項目，例如：運動、音樂、繪畫、戲劇、電影、大自然探索、交友、閱讀、義工服務等，目

的是開創孩子的學習空間，豐富生活體驗，發揮多元智能，從中找到學習的樂趣和滿足感，提升內在動力 (intrinsic motivation)，全腦發展，追尋豐富多彩姿的生命。而非終日無所事事，性格變得被動懶散，對新事物提不起興趣，久而久之，孩子難以達到全人發展。

假期如何善用，絕不要建基於功利目的，或是太過功能性。例如：假期須參加無數的補習班，加料炮製假期功課，多做幾本補充練習，溫習完再溫習，務求考試成績名列前茅。這樣一來，任何小孩都不喜歡放假，因為只有家課和溫習伴著他們渡過漫長假日。

本人過去在「親子綠洲」曾分享有關「健康飲食」、「學習原是有趣」、「興趣與成長」，以及「家課」和「考試」等意見。我的想法貫徹始終，一切對孩子的成長有幫助，我們都要留心去做，有違孩子的本性、興趣和能力的事情，就不要勉強去做。希望各位家長能認同我的看法！