



作為父母，當然最關心是子女的學業，平日要處理子女的功課問題，已花上大半天，一旦遇上默書、測驗、考試，便彷彿進入了作戰狀態。要是子女記不下所溫習過的，莫說是遊戲和課外活動，甚至乎食飯和睡眠的時間都沒有。如果子女的記憶力能有所提升，家長定能放下重擔，但有甚麼方法可以幫到子女呢？有家長直言純背誦已經不適合今日的教育制度，但又難以避免背誦。如果自己的小朋友可以一目十行，且過目不忘就好了。針對以上的情況，四月份的家長學堂邀請到駐校教育心理學家張敏彤姑娘，為家長提供幾個方法。

張姑娘先解釋人的記憶系統是如何運作，首要條件是要將有用的資料輸入，然後將資料儲存在合適位置，到需要的時候就可以提取出來。要使資料穩妥地儲存下來，輸入和儲存的步驟相當

效果就會大打折扣。例  
透過閱讀或聆聽去獲得  
力；過量的壓力對人體  
選擇學習環境時，要確  
境下進行，因為不專注  
自然就甚麼都記不了。

不少家長都面對  
習時曾記得的知識，居  
後又會記得，究竟當中發生了甚麼  
原來是非常普遍，任何人都會發  
放在短期記憶裡，要經過重  
候後才會進入長期記憶。

重複抄寫或不停唸生字，似乎幫助不大。張姑娘亦不贊成這樣做，抄寫和唸書的方法是無意義的事，小朋友可以空著腦袋去抄寫，完全無想過筆順，且未能了解每個字義，怎能記下生字和運用呢！

故此張姑娘在講座中介紹了五個易學記憶法。1. **多感官學習法**：每個小朋友都有其敏感的感官（視覺、聽覺、味覺、觸覺、動作），透過真實的接觸，能加深小朋友的記憶。2. **不重複的重複**：將生字分成不同的部分，一方面能教導小朋友認識字義，亦可以用堆砌的方法增加學習的趣味。3. **聯想法**：可以將生字分拆不同的部分，以故事聯想把生字記錄，例如去日本東京看風（景）。4. **分類法**：這個方法特別適用於英文字詞，因為英文串寫有一定規則，只要能分辨其結構，就能正確記憶。5. **善用腦圖**：將學到的知識有條理地整理連結，不單能釐清概念，同時幫助加強記憶。

要使記憶日久常新，就要早一點溫習，而且要溫故知新。考試前，家長可以給予前測，不斷勾起子女的記憶，這樣的學習定能達到事半功倍。



重要，若受到外界的干擾，  
如在嘈吵的環境下，不論是  
訊息，在心理上會形成壓  
不好，更會損害記憶力。而  
保子女在一個不易分心的環  
學習會錯失很多重要訊息，自

另一個問題，就是子女在溫  
然在考試時忘記了，但回家  
事？張姑娘指出這個情況  
生，因為人接收的通常存  
複、組織和運用，一段時  
相信不少小朋友嘗試過重



## 隔週六晚「家庭團契」·歡迎大家參加



日期：5月8日（星期六）時間：7:30-9:15 p.m.

地點：基真一樓活動室

分享主題：忙碌父親「親子秘技」

內容：生活錦囊、孩子主題學習、茶點



很感謝《暖流》給我這機會與各位分享兒子在升中選校的一些經歷，不經不覺，兒子已就讀中三了。回想起，就像昨天的事，大家剛經歷了第一輪的升中面試，感覺如何？擔心子女表現怎樣，有沒有機會？無面試又怎麼辦……可是未來這個月，你們又要為第二輪選擇三十所派位中學而煩惱了，我深深體會到你們的憂慮！

記得當時，我的選擇是以「方便」孩子上學為首要的條件。因為他們未來上學時要面對包括風吹雨打、突發事故，如壞車、交通意外等……家長們，相信你們希望孩子們每天安全地回校吧！

其次，我按孩子的能力選取適當學習語言的中學。幸好，這點家長們已不用擔心，因現在已沒有英中或中中之分，每所中學都有足夠的英文班，你們的選擇也多了。最後也是最重要的，整個選校過程我都是與孩子一起商討，讓他們關心自己的前程，使他們感覺被尊重。現在，孩子喜愛上學，喜愛自己的選擇，他每天帶著勇氣和信心去行走漫長的學習道路！所以我覺得母親的抉擇是「尊重」孩子的意願，在最大的範圍內給他們「選擇」的機會吧！

良好校風，孕育品格。  
多留意教學環境、學生言行，見微知著，由小觀大。



## 活動預告...



### 慕道班—「初信探索之旅」

在人生旅程上，人會不停地以各種方法尋找快樂。奈何，短暫的快樂並不能滿足人心底對終極幸福的渴求。直至人在生命的某一刻與主耶穌基督相遇，茅塞頓開，發現原來天主的恩典與愛，我們可以蒙福地踏進喜樂之門。這份

基督的信徒，奔跑人生的旅程。人從未認識主到生命中遇見主，心靈的眼睛終於看見主的奇妙、信實與慈愛。

對象：對基督教信仰有興趣的朋友

日期：9/5/2010 - 11/7/2010 (共 10 節)



時間：星期日下午 2:00-3:30 地點：基真小學一樓活動室

歡迎報名查詢 (基真堂 29580958)

### 「家長學堂」，每月皆精采

專題講座：培育孩子做個「有品」人

講者：資深臨床心理學家 陳美賢博士

日期：5月23日(星期日)

地點：一樓基真堂

時間：上午 11:00-12:30 (請稍後經學校通告報名)

同時舉行《暖流》「多姿多采的家庭生活」作品設計比賽頒獎禮

23/5 下午為「親子戶外半天遊」

時間：12:45 基真出發，4:15 回程

地點：大埔海濱公園

車費(成人及兒童)：\$10 (三歲以下免費)

午餐自備，親子共聚，集體遊戲

名額：80 人 (尚餘少量名額，報名請填妥回條交一樓基真堂，查詢 29580958)



23/5 家長學堂「親子戶外半天遊」報名回條 (暖流 47)

家長姓名：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_ 學生姓名：\_\_\_\_\_

班別：\_\_\_\_\_ 名額：成人 \_\_\_\_\_ 名，小童 \_\_\_\_\_ 名 收費共：\_\_\_\_\_