

敬啟者：

聖文嘉中英文幼稚園(荃灣)家長教師會
家長講座系列—「孩子腦部發展與未來成就」

「點解小朋友係學校咁乖，但返到屋企咁曳，話極唔聽，成日扭計同發脾氣？」相信是很多父母面對的問題。有見及此，本年度家長教育講座系列，有幸邀請到「腦科學與思維教育學院」行政總監陳惠良先生到本園主講—「孩子腦部發展與未來成就」。

陳惠良先生善以生動和互動的演繹方式，配合實際生活例子，深入淺出地讓聽講者了解人類腦神經與學習及行為的關係，例如情緒與學習的關係，賞罰對腦部發展的影響，如何提升學習動機，兒童早期的家庭關係對腦部發育的影響等，並教導最有效的管教孩子策略，以提升學習動機及促進學習的成效。由於講者公務非常繁忙，是次能邀約作講，實屬難得，費用亦大部份由家長教師會贊助，敬希家長勿失學習良機。詳情如下：

講座日期：三月十日(星期六)

時間：10:00AM-12:00PM

費用：每位成人三十元 #歡迎邀請其他親友一同參加

報名：請家長於一月三十一日(星期三)前，把回條連同費用放進「收費袋」內交予班主任彙集。

*本園家長曾參加陳惠良先生所主講的其他講座並分享得著：

K2C 王祉茹家長(王兆雄)：兩小時的講座非常有趣及吸引，並引起家長的共鳴和互動。講者以簡單易明的方法讓家長認識人腦基本結構，與情緒品性有密切的關係，並透過活生生的例子，引導家長以腦科管理孩子的情緒。

K2A 蔡智宇家長(蔡挺)：講者非常幽默，而且整場講座無悶場。他會深入淺出地把講題帶出，令我反思自己的教養方式。

K3C 羅焯琳家長(Kitty)：我們從陳惠良先生身上學會了杏仁核及前額葉皮質；當與女兒有衝突時，在我們破口大罵之前先找個地方先冷靜杏仁核，拍拍前額，讓前額葉皮質重新運作，才再處理問題。

調節腦內物質 提升學習效能

腦部是人類最重要的器官，也是人類學習、思考、記憶、情緒、行為等的控制中心。腦部化學物質的平衡與否，直接影響到腦部的功能，進而影響到孩子的學習效率和行為表現。

本書深入淺出地介紹了腦部化學物質的運作原理，並提供了許多實用的建議，幫助家長了解孩子的腦部發展，並採取適當的管教策略，以促進孩子的學習動機和學習成效。



放射思維分析-孩子不喜歡食飯原因

- 孩子不喜歡食物的味道
- 孩子太多其他食物/雜食，不吐飯
- 家長慣用的烹調手法，與孩子身體特質不配合
- 孩子身體不需要這些物質
- 進食環境太多吸引或干擾元素，讓孩子分心
- 以往累積了強迫食飯的經驗，使孩子見到飯就抗拒
- 孩子健康是否有問題或有病
- 孩子是否有因食飯而受傷、受苦的前科
- 食飯時間與生理時鐘是否配合
- 口腔或牙齒是否有問題而不想進食
- 不安及欠缺安全感
- 精神或生理緊張(呼吸較急速而導致口乾，想吃流質食物)
- 腎上腺素水平太高(如成生死關頭，不需進食)
- 五感太敏銳(家長覺得正常的味道，孩子可能覺得味太重或太強)
- 身邊照顧者腎上腺素太高(語速太快及常催促都會使孩子精神緊張)
- 透過鏡像神經細胞有樣學樣(幼兒學習主要途徑之一，是模倣家長進食時的態度-是否專注耐心地進食?)
- 注意力強而集中力弱(比一般孩子更易被周圍環境吸引)
- 集力太強(只投入於自己喜歡的事情/玩具，而忽略進食或父母的提醒)
- 多巴胺不足(多巴胺使人投入享受及上癮，而成快感、慶祝、親密關係等能刺激釋放多巴胺，孩子是否食糧都未符合要求而動力下降?父母嘗試將碗碟變小，一口一碗的形式挑戰和讚賞孩子進食)
- 飯廳環境的主要色譜影響(人腦對顏色的波長有不同反應，可能影響其食慾和耐性)
- 右腦主導(喜歡時才進食，很關注食物的顏色外表及環境氣氛)

陳惠良先生會在其網站時常分享育兒文章或其他講座資訊到，鼓勵家長瀏覽：<https://www.facebook.com/brainmindricky>。

聖文嘉中英文幼稚園(荃灣)
第十八屆家長教師會主席

陳青雲女士 謹啟

二零一八年一月二十六日

家長講座系列—「孩子腦部發展與未來成就」

回 條

敬覆者：

本人 將會/不會參加 貴會舉辦之「孩子腦部發展與未來成就」講座。

參加者姓名：_____（與學生關係：_____）

參加者姓名：_____（與學生關係：_____）

參加者姓名：_____（與學生關係：_____）

參加者姓名：_____（與學生關係：_____）

參加人數共_____人 X \$30 合共：_____元

此致

聖文嘉中英文幼稚園(荃灣)家長教師會

學生姓名：_____（_____）

家長姓名：_____

聯絡電話：_____

家長簽署：_____

日 期：_____