

張中人 展潛能 新學制 共前行

學校核心價值

十二月 - 和諧



建立和諧關係小貼士

推崇和諧關係的價值

- 平等尊重（大家都是這個地球村的一份子，無分種族、語言、年齡...）
- 關懷互愛（互相體諒，分工合作，各司其職）
- 共同參與（父母照顧家庭、子女協助做家務）
- 坦誠互信（面對難題時與家人、師長及朋友均有商有量）
- 獨立自主（每個人也是獨立個體）
- 和平解決問題（各人均提出意見，一同選擇最可行的方法）

千萬不可做傷害家人感情的事！

- 目中無人（只要我喜歡，不用理會人！）
- 推卸責任（我年紀小，做錯事不需負責任！）
- 惡言侮辱（你很煩.....）
- 肆意宣洩情緒（我壓力大，要發洩，喜歡反駁你就反駁你！）



與家人發生衝突或爭執時，該如何處理呢？

應該 - 針對事，不針對人

- 問題解決不了時找其他人幫助
- 深呼吸或喝杯水冷靜一下
- 稍作迴避，不要執著於衝突中
- 抱著「大家留一線，日後好相見」的心態

不應該 - 翻舊賬

- 在最火爆時作決定
- 互數對方的不是
- 計算彼此付出多少
- 不負責任地一走了之



有效溝通的基本信念：

- ◇ 沒有兩個人是一樣的
- ◇ 凡事總有解決方法
- ◇ 不斷學習，才會成長
- ◇ 留意及接受別人思想行為的不同
- ◇ 尊重大家是一個自由、有獨立思想的個體