

新地會「相愛相融」百科大募集

SHKP Club "Encyclopedia of Family Harmony" Competition

公開組 - 高級 Open Category – Senior

劉朝

五感齊運用



新地會衷心感謝每位參加者與我們一起推動愛家精神。我們將個別聯絡得獎者作頒獎安排。SHKP Club would like to thank all participants for their contribution towards promoting social harmony. Winners will be notified individually for prize collection.

新地會「相愛相融」百科大募集

SHKP Club "Encyclopedia of Family Harmony" Competition

相愛相融的概念雖然抽象，但其實存在我們每天的家庭生活之中。我和大女兒和小兒子一起討論後，發現如果我們把相愛相融以我們的感官歸類，便可以將其形象化，像「武林秘笈」一像，一理通百理明，應用於我們的家庭生活中，促進家庭融洽。

新地會「相愛相融」百科大募集

SHKP Club "Encyclopedia of Family Harmony" Competition



新地會衷心感謝每位參加者與我們一起推動愛家精神。我們將個別聯絡得獎者作頒獎安排。SHKP Club would like to thank all participants for their contribution towards promoting social harmony. Winners will be notified individually for prize collection.

新地會「相愛相融」百科大募集

SHKP Club “Encyclopedia of Family Harmony” Competition

眼睛篇 – 多看看你重視的家人

現今世界多采多姿，令我們的注意力投放在很多不同範疇。大家回家後要把注意力重投在家人身上，例如設立「不要打擾」時間，減少在家使用電話的時間，多觀察家人。這樣你會有很多新發現，與家人的話題亦隨之而來，互相了解更深。「爸爸今天穿了新衣服呢！如果帶上我買給你的黃色領帶會更醒目啊！」

耳朵篇 – 多聆聽你的家人

為家人營造溫暖的避風港。當家人想與我們分享喜憂的時候，我們要放下手上的工作，耐心和專注地聆聽。有時候家人的陪伴，已經勝過千言萬語。讓家人知道，我們隨時為他們 **stand by**！

嘴巴篇 – 多說出你心底的感受

大人了，很多說話都放在心裡，覺得一切「在心中」便足夠，但有時候，說出來的話，哪怕是一句簡單的感言問候，都總能讓家人甜在心頭，令大家的關係更加親密。「媽，昨晚的生日大餐辛苦了，下次讓我們煮吧！」「爸，這幾天冷了很多，多穿一點喔！」

鼻子篇 – 香噴噴的食物能溫暖家人的胃，也能令家庭生活更加有趣開心

為家人努力做好美味的食物是絕對值得的，因為當他們一入屋就聞到美味的食物，就會急不及待走入廚房窺探一番，令每天「回家」變得更有趣、更驚喜。若閒時能與家人一起研究菜色更佳！

肢體篇 – 扶一扶、拖一拖，讓家人感受更深的愛

平時與家人說話，若加上肢體語言，就能更容易讓他們感受我們的愛。例如關心、問候家人時輕撫他們的手，走路時拖著他們，他們下車時扶一扶他們。我們也不要吝嗇小時候擁抱。