

你的心聲



徵稿啟事

本版歡迎各界人士投稿，來稿內容和題材不限，文責自負，每篇在600字以內，可用實名或筆名發表，但原稿需註明真實姓名和聯繫方法。如刊用將付薄酬。投稿及查詢，請電郵至：opinion@lionrockdaily.com

監考大過天

小 奧

昨天監考中四中文卷二，時長逾2小時，是一大考驗。以前高考動輒3小時，如果不是腹瀉，尚無問題。現在年紀大，經常要如廁，如果走廊有人還好，否則……

一位同學遲到了15分鐘，我問他檢查了手冊嗎？他說檢查了。但我還是不放心，請走廊的工友問校務處。雖然最近放寬了一些防疫限制，但每天我們師生返校前還要做快測。最後工友告訴我那學生已檢查手冊，我才放心。我不期然想到中三時教過的一篇《爸爸的花兒落了》，英子一年級遲到過後，再沒有遲到過了。這學生考試也遲到，該當何罪？

接着有一個男生要去洗手間，我便同去，請走廊的工友幫我監考。後來還有兩個男生想如廁，我只能多跟一次，最後一次工友不見了，原來要代同事監考鄰班。

我想到《鴻門會》裏，劉邦借尿遁。過往真的有考生考文憑試時到洗手間開手機，因此可以的話，監考還是會跟同學如廁。

又有一個女生說大風，請我關門。當天氣溫驟降，我明白。接着又有一名女生說想拿紙巾擤鼻涕，最後三十分鐘時，有女生說要加紙。我看看答題簿，已可寫2,400字，她竟還要加紙？她一定是摩打手。有同事監考時改卷，犯了「死罪」。校長說過，監考大過天。

有同工亦說過，監考和開會不能改卷，只能發呆。於是有文藝青年在監考時構思新詩，其後出詩集。我則構思文章，然後投稿。有人說，在奧運游泳項目中做救生員是最無聊的工作，因為那些選手個個都游泳了得，何需你救？但選手可能抽筋，因此還是要以防萬一。監考真的是項無聊的工作，但又不能不做。

勿用電子設備安撫幼兒

清 寧

很多兒童照顧者慣常使用電子設備如智能手機或平板電腦安撫兒童，認為是一種無傷大雅的臨時工具，可以暫時緩解一下壓力。但此舉變成一種經常性、長期的安撫策略，則可能會對兒童成長產生不良後果。因為電子設備可能會阻礙幼兒時期兒童性格獨立和情緒自我調節技能。

對兒童來說，電子設備所具備鎮定情緒的後果是矛盾的，這一點在男孩中尤為明顯。這些兒童可能經歷過多動症、衝動和發脾氣，這使他們更有可能對憤怒、沮喪和悲傷等情緒作出更為強烈反應，或會增加兒童的情緒失控風險。

使用電子設備安撫情緒激動的孩子，對於那些已經在情緒應對技

能上掙扎的孩子來說，猶如火上加油。兒童照顧者採取合適的更具溫度人性化安撫方法，可以幫助兒童更早建立情緒調節技能，幫助孩子健康準確表達自己的情緒和感受。

情緒管理教育目的，在於幫助孩子更好理解自己，學習適當控制，並讓他們更有能力管理自己的情緒。成長過程如遇發脾氣反抗或情緒不穩定，是需要父母及照顧者不斷地循循善誘重複引導。大人們也需要學習努力保持冷靜，不要對孩子的情緒反應過度，這有助於培養其持續一生的情緒調節技能。

旺角朗豪坊趁農曆新年時節，特別從日本邀請到坐擁逾70萬Instagram和Twitter粉絲的軟萌系網紅貓角色mofusand首度越洋到港，開設首間mofusand官方授權香港限定店，更擔任新春貓導遊，於即日起至2月5日期間帶大家行運出走《朗豪坊 x mofusand 春日貓遊遊》。場內逾300款官方授權獨家首賣產品一次過登場，除了極罕日本直送精品外，當中更有一系列於期間限定店首次開賣的新春開運萌物。此外，大家亦可跟全場逾20隻不同造型的Cute爆貓咪在5大東瀛神社祈願熱點打卡，兼盡覽mofusand首次在香港公開的插畫。

日本人氣插畫家ちゅの創作的mofusand，經常以不同造型現身，配搭特色主題變裝，扮演各

種動物及美食，其中尤以鯊魚造型的「鯊魚貓」最具人氣，成功俘虜一眾貓奴。「mofu」在日語中有「蓬鬆」的意思，毛茸茸的柔軟身軀加上水汪汪的大眼睛，毫無主子架

子，難怪台灣取「mofu」的諧音，暱稱這些療癒系萌貓為「貓福珊迪」。熱愛旅行和美食的mofusand，今次成為導遊來到朗豪坊，帶大家在東瀛神社為

新年的好運祈福許願求御守，體驗最道地的居酒屋文

化，跟貓福珊迪尋訪最「mofu」的溫泉享受一泊二食之旅，在一幅幅mofusand萌癒插畫的陪伴下，迎接新年第一聲「喵」福聲。

此外，日本貓咪最愛花間撲蝶，朗豪坊亦於新年推出「花飛蝶舞賀年利是禮盒套裝」，閃爆又充滿玩味的雷射閃金蘭花利是封，以散播幸福和希望的蝴蝶蘭為設計靈感，配上甜香四溢的皇玥品牌人氣蝴蝶酥，祝願新一年花開如意、日日收穫小確幸。

日網紅貓精品開運

■ mofusand 炸蝦造型毛公仔。



■ 場內逾300款官方授權獨家首賣產品。



■ 貓毛公仔與真貓貓一樣可愛。



■ 「貓」肉球祈願鳥居。

玩樂