

Note : These essays are written by students and should not be considered model answers.

主题:回复:政府提供的购物券
杨伟胜先生:

您好,我是居民委员会的主席李慧丽。此封电邮的目的是为了向您说明居民该如何更好的利用购物券,并分享一些应对生活高涨的方法,以减少居民对政府的依赖。

首先,以下是一些方法让居民更好地使用购物券。第一,居民应购买自己所需的物品。购物券是为了让居民使用在日常所需的物品,减少他们的日常开销以协助他们更好的适应生活费的上涨。所以,居民应购买他们需要的而不是想要的。例如,像是牙刷,牙膏,泡面等物品都是居民日常会使用到的物品。这样能够确保居民更好的利用购物券,以减少他们的日常开销,并降低生活费高涨带来的影响。因此,购物券应该用来购买生活必需品。

第二,居民应计划好给如何使用那些购物券。例如,居民应该制定购物清单,计算他们要购买的物品的数量与价钱,并货比三家。这样的话他们才能更好的规划购物券的使用。不仅如此,居民也应安排购物时间在有优惠的时间段。这样的话,他们在购买物品时会有购物券与优惠带来的双重福利,让购物券发挥最大效益,也能进一步减轻他们的生活负担。政府的经济援助才能更有效的减缓他们面对高涨生活费的压力。因此,使用购物券前居民应该仔细规划。

其次,以下是关于应对生活费高涨的方法,以减少居民对政府的依赖。第一,家庭能通过财务规划,开源节流。正所谓:“积少成多,积沙成塔。”那些看似微不足道的消费,家在一起却是一笔不小的开销。如能够节省下来,那么居民也能更好的应对生活费的高涨。例如,居民能学会节省水电,减少对空调的依赖并关紧水龙头。此外,居民也要学会懂得理性消费,购买自己需要与会用的物品而不是无节制地购买奢侈品。这

样的话，我相信居民能减少自己的日程开销，并更好的应对高涨的生活费。

第二，居民也能够增加自己的收入，以负担高涨的生活费。例如，居民能通过工作坊的课程，了解理财投资，并学会如何“钱生钱”。此外，通过进修与参加网上课程，居民能培养自己的技能。有了更多的技能旁身与更广泛的学知，居民保持竞争力并有更好的工作机会。当居民的收入提升，他们也能更加游刃有余地应对高涨的生活费。这样增强他们的自身的能力，而并不需要依赖政府补贴以维持生活。因此，居民当设法增加自身的收入。

好了，我就此停笔。希望我的解释能让您更了解该如何面对生活费的高涨。

祝好！

李慧丽
居民委员会主席

博客论坛:衣服回收计划

大家好,我是吴恩伟,青年时尚俱乐部的主席。这篇论坛的目的是为了让大家了解旧衣服回收计划的目的与展开的原因。

首先,我同意恩杰的看法。我认为身为消费者我们应该尽自己的一份力,理性消费以减少衣服被丢弃所造成的浪费。旧衣服回收计划的也正是为了提高人们的环保意识,以减少不必要的资源浪费。例如,当在回收旧衣服的过程时,消费者会意识到自己无节制消费而导致的浪费。他们会深刻了解自己的消费方式是错误的,并改掉无节制的消费习惯。这样一来会有更少的衣服被丢弃,资源损耗也能被有效制止。因此,人们的理性消费对减少资源浪费至关重要。

其次,我也非常赞同爱莎的看法。我认为通过教育能使环保融入人们的生活。旧衣服回收计划的目的是为了让人们通过回收旧衣服以减少资源的损耗。为了使这个计划被人们所支持,我们应该让他们了解无节制消费会对环境带来污染,扰乱生态系统并减少资源等的负面影响。这样一来,才能让他们意识到环保的重要性,并激励人们积极参与回收计划。此外,为了提高环保的方便与效率,我们也应通知人们回收衣服的方法与地点。这样一来,那些想为环保出一份力的人们能通过只想回收计划,减少资源的浪费。因此,在展开计划的同时教育也不能落下。

其次,我不同意晓君的看法。我认为大量衣服被丢弃主要还是消费者的责任。为了赚钱,商家提供折扣优惠是无可厚非的,但消费者还是可以选择是否购买。正是因为消费者无节制的购买才形成了大多商家以折扣优惠的方式吸引顾客,这也导致了许多的衣服被丢弃,增加了资源损耗。所以,这项回收计划的目的是为了让消费者意识到自己消费习惯带来的负面影响,并为资源浪费负起责任,开始积极环保。因此,大量衣服被丢弃的根本原因是消费者的无节制购买习惯而不是商家的责任。

最后，我不同意玛丽的看法。我认为我们不应该为了追逐潮流而毫无节制地购买衣服，这会增加不必要的资源损耗。青年时尚俱乐部推行旧衣回收计划，正是为了引导公众反思自身的消费习惯，并提高环保意识。例如，在参与旧衣回收的过程中，人们会意识到自己过度消费所带来的浪费问题，从而逐渐培养理性购物的态度。不仅如此，当他们亲眼看到被回收的大量废弃衣物时，更能体会到个人行为对环境所造成的影响。因此，理性消费以减少资源浪费是消费者的责任。

总的来说，这项计划的目的是为了减少大量衣服被丢弃与改变人们无节制消费的习惯，并提高人们对环保的积极性。我希望大家能积极响应这项旧衣服回收计划，并共同为保护环境出一份力。

材料作文：

有些国人对不同种族之间的文化差异缺乏足够的了解，这可能会影响我国多元文化社会的凝聚力。因此，让学生从小接触来自不同文化背景的人，将有助于建设一个更包容的社会。对此，我表示赞同。

我同意国人对不同种族之间的文化差异缺乏足够的了解，会影响我国多元文化社会的凝聚力。因为当有些国人不了解种族之间的文化差异时，他们无法学会尊重彼此的文化。这可能会导致国人之间会做出冒犯他人种族文化的举止，使不同种族之间出现隔阂。那些小打小闹看似微不足道，但其中的连锁反应可能会大到出现种族骚乱。这些纠纷将僵化不同种族之间的关系，并破坏人民之间的团结。因此，国人缺少对不同种族之间的文化差异缺的了解会降低我国社会的凝聚力。

让学生从小接触来自不同文化背景的人，将有助于建设一个更包容的社会，对此我同意。第一，这将消除学生对不同种族的隔阂。例如，当学生在学校与其他的种族交流时，他们会发现了解更多关于不同种族的文化与习俗。种族和谐日提供给学生一个很好的机会与身边不同种族的伙伴分享他们的习俗与文化特色。这样的话，在从学的接触与了解下，学生将更自然地与他族人民交流，并共同建立浓厚地信任。不仅如此，当学生消除了他们对其他种族的歧视或刻板印象时，他们能更融洽的相处。因此，从小接触来自不同文化背景的人能使学生更容易接纳不同种族的人民。

第二，这能使学生懂得尊重与友善的与不同种族的人交流。例如，当学生从小与不同种族的学生上学时，他们会了解到回教徒不能吃猪肉与在斋月时有一段时间不能进食。这样的话，当学生了解到了不同种族的特点与禁忌时，他们在交流时会更加的注意并避开那些敏感话题。这能减少不懂种族之间的误解。此外，他们也会更加体谅与包容其他种族的人民，并尊重彼此的文化。到时，我相信不同种族之间能有少一点纠纷，多一点体谅；少一点隔阂，多一点团结。因此，我国也将变为更具有包容性的社会。

第三，这会使学生珍惜与守护我国多元化话的特点。例如，学生在与不同种族的同学庆祝像是农历新年，屠妖节与开斋节等节庆活动时，都会上台表演并分享自己的种族文化特色。当他们意识到不同种族之间的差异与特色，他们会了解到当不同种族共同生活在一个小岛上，是多么奇特与美妙的事。此外，他们也会开始珍惜我国多元文化的特色，了解它的重要性。不仅如此，在与不同种族人民交流时，学生也将更加具有包容性。因此，这将助新加坡学生更积极接纳不同种族的人民。

总的来说，让学生从小接触来自不同文化背景的人能减少种族之间的隔阂。此外，还能是学生懂得尊重彼此的种族，并珍惜与守护我国多元化话的特点。我希望不同种族之间能包容彼此，那样他们就能更融切地相处。这样的话，我国也能成为具有包容性的社会。

感恩是一种积极向上的生活态度，懂得感恩，我们就会明白一切来之不易，懂得珍惜一切，善待自己与身边的人。然而现代很多青少年都缺乏感恩之心。感恩之心是需要学习，需要培养的。因此，我觉得每一个人都必须有一颗感恩的心。

感恩能使我们的生活更加充实，更加美好。因为当我们有感恩之心时，我们会珍惜我们所拥用的。这样我们会觉得非常的幸福，生活也会变得更加多姿多彩。相反的，如我们无感恩之心，我们会认为拥有的是理所应当的，并以直报怨自己没有他人有的，感叹世界的不公。这样我们会觉得孤独与被针对，生活也将暗淡无光。例如，一个人生活在一个平平无奇的家庭，但他懂得感恩并珍惜身边的亲人朋友。即使他并不富有，但由于懂得感恩他觉得自己拥有许多珍贵的东西，生活也很充实。因此，我同意感恩能使生活更美好。

然而现代很多青少年都缺乏感恩之心。我认这主要有两个原因。第一，现在是少子化的社会，父母把孩子当作掌上明珠。因为父母经历过风雨，所以为孩子撑起一把大伞，但不经历风雨怎知一切的来之不易。许多父母对孩子常常有求必应，导致孩子轻易得到想要的东西，自然不会懂得珍惜，更不会心怀感恩。第二，优渥的生活环境让青少年把资源视为理所当然。例如，在新加坡，无论是清洁的饮用水还是充足的食物，都随手

可得。因为从未经历过匮乏，他们往往忽视了背后无数人的付出，甚至养成浪费的习惯。

感恩之心是需要学习，需要培养的。对此我有些建议。第一，父母应该从小教育孩子懂得感恩。父母在孩子的成长途中扮演着重要的角色，孩子长大后是否懂得感恩，有很大原因来自于父母的教育。例如，父母应该树立好榜样，在孩子帮助他们时，表达出感激，让孩子感受被他人感激的体验并深刻了解感恩的重要性。此外，父母在日常生活中必须提醒孩子感激帮助他们清理环境的清洁工人与对他们有教导之恩的老师。此外，父母还可讲述一些故事，如非洲儿童缺乏干净水源与良好学习环境，对比新加坡的优越条件，让孩子体会幸福来之不易。不仅如此，若条件允许，还可以让孩子假期兼职，亲身体验赚钱的辛苦，从而更懂得珍惜父母的付出。通过这些方式，孩子便能在耳濡目染中逐渐培养出感恩的心。因此，父母能有效培养孩子懂得感恩。

第二，学校也能驾驭孩子懂得感恩。学校在孩子的成长途中同样扮演着重要的角色，孩子长大后是否懂得感恩与学校的教导息息相关。例如，老师能在道德与公民教育课上，通过他论各种话题与情景并联合科技和视屏的辅助，有效的传递感恩的重要性，并让学生反思自己之前是否有把一些是当成理所应当。此外，学校也能给予学生一些机会来感恩他们的付出，像是给帮助过自己的同学写感激卡片或在教师节时制作卡片给老师，感激他们的教导之恩。这样的话，学生也能懂得感恩他人对自己的付出，并了解感恩的重要性。不仅如此，露营活动也能使学生原理城市的繁华，在大自然中学习生存技能，从而体会现代生活条件的珍贵。这能使孩子感恩他们所拥有的资源与科技辅助，并了解身边之物的价值与来之不易。因此，学校能有效培养孩子懂得感恩。

总的来说，父母与学校应共同努力，以培养孩子的感恩之心。我希望大家都能身怀一颗感恩的心，那样我们与身边之人的生活将更加美好。

我国政府号召全体国人团结一致, 为保护国家的安全和稳定负起自己的责任。政府将确保每户人家至少有一名成员懂得如何辨识可疑的人和事物, 在遇到紧急事故时能及时应对, 以确保自己与家人的安全。对此, 我认为我国政府的政策是正确的。

政府号召国人为保护国家的安全和稳定团结一致, 负起自己的责任。我非常赞同政府的做法。因为每个人都对新加坡的安全与稳定负起责任。正所谓: “国家兴亡, 匹夫有责。”新加坡的兴衰不应仅仅是政府的责任, 更多的是所有国人的责任。我们无发指望他人保卫新加坡, 我们能够相信的只有自己。唯有国人自觉负起责任, 国家的安全防线才能坚不可摧。一个繁华安宁的社会不是凭空而来的, 而是靠国人团结一心共同守护的成果。因此, 我同意所有国人应该负起自己的责任。此外, 团结更是保卫新加坡不可或缺的力量。。政府的资源、人手有限, 警方和国防部无法时刻覆盖所有角落。因此, 若国人能共同负起责任保卫新加坡, 我相信在政府与民众的共同配合下, 我们一定能守好属于我们的家园。

政府确保每户人家至少有一名成员懂得如何辨识可疑的人和事物并能及时应对。对此, 我非常赞同。第一, 这样能降低紧急事故对新加坡的破坏与社会动荡。 当每个家庭有一人能识别可疑人物和事物时, 恐怖

袭击来临时，他们也能即使反应并保护自己和身边人的安全。例如，当看见地铁站里有带着面罩和手提沉重的黑色背包的恐怖分子，若家庭里有一名成员懂得识别与反应，他们能通知其他人快速逃离危险地区，并在确保自身的安全下，拨打电话求助。这样的话，在警卫队来临前，民众已经足已确保自身与他人的安全，并能快速寻求支援。这种及时反应，不仅能减少伤亡，也能争取宝贵时间，让警方更快地介入，防止更大规模的破坏发生。因此，政府的举措能让人民在关键时刻保护自己和他人，降低紧急事故对新加坡的破坏与社会动荡。

第二，全民安全教育能提升社会整体的防范能力。恐怖分子的袭击能对新加坡造成无法挽回的破坏，保卫新加坡的安全至关重要，而案全不是抽象的口号，而是要通过实际的知识与技能来保障。例如，政府通过教育与举办讲座的方式教导国人如何识别可疑人物，他们就能成为政府的“眼睛”和“耳朵”，时刻关注周围环境，及时发现问题并报告。当千千万万个家庭都有懂得识别可以认识并做出正确反应的人士，社会将形成坚固的安全“网络”，确保每一位国人的安全受到保障。这样的话既能保护个人和家庭，也能巩固国家的安全与稳定。因此，确保每户人家至少有一名成员懂得如何辨识可疑的人和事物能有效提升社会整体的防范能力。

第三，全民安全教育能培养国人对国家安全的责任意识。在当今社会，许多人往往把“保卫新加坡”视为政府、军警或国防部的职责，而忽视了自己国家安全中同样肩负的重要责任，许多国人始终缺乏“居安思危”的意识。然而，当有一名家庭成员懂得识别可疑人物时，他们便能深刻体会到自己在守护家园中所扮演的关键角色。例如，政府除了通过讲座与课程教导国人如何识别潜在威胁，还会让他们了解恐怖分子或不法分子可能对社会造成的严重后果。这种教育不仅传授技能，更能震撼人心，使人明白安全并非凭空存在，而是无数人共同守护的成果。国人会逐渐建立起对社会安全的责任意识，从而自觉履行自身该做的。因此，政府通过教导民众如何识别可疑人物与事物也是在提醒和唤醒国人保卫国家安全，人人有责。

总的来说，每个人都有对新加坡的安全与稳定负起责任，我们懂得识别可疑人物与事物才能确保社会的稳定与安全。我希望大家都能意识

到，每个国人都必须尽自己的责任以确保新加坡的安全，让我们共同努力创造一个繁华与太平的新加坡吧。

从今年起，所有中三学生都必须到科尼岛或乌敏岛参加为期五天的外展训练营，活动包括探险隧道，障碍挑战等。但是，有些家长认为这类训练营并不适合所有孩子。我觉得这类训练营倒是有利于孩子。

我觉得所有中三学生到科尼岛或乌敏岛参加为期五天的训练营是重要的。为什么我会那么说呢？第一，训练营可以锻炼学生的意志力。比如，学生在岛上探险隧道时，会因天气恶劣，山路凹凸不平而想退缩。但如果他们能坚持下去，克服困难与恶劣的环境，继续探险隧道，他们就会锻炼出顽强的意志力。此外，我自己也有在中三时与同学一起参加乌敏岛的训练营。在障碍挑战时，有许多同学因为恐惧而退宿，但也有许多同学克服心理障碍，即使在几栋楼高上爬行与穿过各种障碍，他们都并未停下前进的脚步。这也使他们培养出了坚韧不拔的意志力。因此，学生在训练营可以锻炼出坚强的心理素质。

第二，训练营能培养学生的团队协作能力。例如，学生在他见帐篷时，必须齐心协力，相互配合并有效沟通才能把帐篷搭建起来。此外，他们在探险隧道时，可能会用到指南针与地图，这时他们就必须相互配合与鼓励，相信彼此，发挥出自己的特长，才能共同完成这项活动。他们也才能安全逾越面前的挑战与障碍，并安全返回营地。这些活动都非常考验学生的相互配合与沟通的能力。我相信通过这些活动，他们彼此之间的

默契与信任一定会有所增加。因此，训练营不仅可以培养学生的意志力，还能培养他们的协作沟通能力。

有些家长认为这类训练营并不适合所有孩子，那是可以理解的。为什么我会怎么说呢？第一，有些家长知道孩子的身体素质不好。例如，有些孩子在普通的学校体育课上参加一些运动活动就开始气喘病扭伤。这样家长一定会担心他们无法承受训练营的激烈运动，并可能受伤或引发其他疾病。因此，家长便觉得他们不适合训练营。

第二，有些孩子有一些先天疾病。例如，有些孩子患有哮喘等症状。当了解到训练营对体能的要求后，便担心孩子的身体情况。即使知道那是一个有益于孩子成长的体验，但出于对孩子的爱护，家长会认为他们不适合训练营。

第三，家长担心孩子的安全。例如，训练营里有许多危险活动，像是攀岩与划船。学生爬上高处，潜入深海，那都会有摔死，溺死的可能性。此外，家长可能在网上看到一些障碍挑战设施出现故障而导致顾客受伤，失去行动能力或直接当场去世的画面。家长不想因为一些失误而永远失去孩子，所以他们便认为孩子不适合参加类似的训练营。

面对一些家长的顾虑，教育部可以如何解决呢？我有一些建议。第一，教育部可以让家长参观训练营。例如，教育部可以让家长到训练营地观看那里的生活条件，让家长知道那里其实并不是他们想象中那么艰苦。此外，教育部也可以让家长观看训练营的设施的安全性与教练的专业水平。例如，教育部可以显示一些近年来训练营出现事故的记录。这样，家长就会知道那里的专业人士会确保孩子的安全，在有需要时拯救他们，并更加安心与愿意让孩子参加这类训练营。

第二，教育部可以按照学生的身体素质来分配他们到不同训练营。例如，身体健康报告有明确显示不能过度运动的学生将被派送到难度较容易的科尼岛。身体报告无误的学生则被送去难度较高的乌敏岛。这样

，每个学生都能够在不危机自身安全的情况下克服困难，并在训练营突破自我，脱胎换骨，家长也会更加安心，并同意让孩子参加这类训练营。

总的来说，训练营能够锻炼学生的意志力与培养他们的团队协作能力。对于家长的顾虑，教育部可以让家长来参观训练营，并把学生分派到不同难度的营地。我希望所有学生都能在训练营中不断成长并突破至更好的自己。

演讲词：

各位评审，老师们，同学们：

大家好，今天我非常高兴能站在这里给大家演讲。我的演讲题目是《居安思危》。

居安思危，顾名思义就是在安全的环境中也要时刻想着可能的危险，也就是时刻保持警惕，有准备地预防危险。这对我们来说非常重要。为什么呢？

首先，居安思危让我们在来临之际做好准备，从而最大可能地减少损失。居安思危能使人们时刻保持警惕。即使身处安全的环境但也做好了准备，这也能减少危机带来的伤亡与损失；相反的，若我们缺乏居安思危的意识，并且在身处安全的环境中不做任何防范措施，那么危机来临时，国人将会措手不及，伤亡惨重。例如，新加坡虽长期处于和平与繁荣之中，但政府始终秉持“居安思危”的精神，在经济高速发展的同时，持续积累国家财富，确保在未来面对不可预测的危机时有充足的应对能力。为此，新加坡设立了国家储备金制度，并由政府投资公司（GIC）和淡其他公司（马锡控股）负责妥善管理和增值国家资产。正因为有这样的远见与准备，在2008年全球金融危机和2020年新冠疫情期间，新加坡政府得以迅速动用储备金，为企业提供援助配套，也向国人发放“团结津贴”和“复原援助金”，减轻经济冲击，稳定民生。这充分体现了一个国家若具备长远眼光与危机意识，便能在风暴来临时保持稳健，从容应对。；相反的，二战时期英法等国自认为是欧洲霸主，毫不在意，采取了安抚政策，而并没有积极备战。德国就趁这那几年，疯狂发展军力，人后发动闪电战，一句摧毁法国引以为豪的防线。这足以说明居安而不思危的后果与会对国家造成的损失。因此，居安思危让我们在来临之际做好准备，从而最大可能地减少损失。

其次，居安思危能促使我们不断发展进步，以抵御潜伏的重大威胁。居安思危会使我们了解到自己的弱点，不满足于现状，并不断发展进步，做好长远计划，以避免国人的生活受到重大的影响；相反的，我们不思进取会使我们无法了解自身的弱处，并满足于现状，停止发展与执行短期应对计划，国家也会在危机来临时受到严重的损失。例如，新加坡政府明白我们的自然资源不足，一场危机足已造成毁灭性的打击。因此，新加坡政府推出了新加坡粮食安全计划，确保在2030年之前，百分之三十的粮食产于本地。对此，新加坡政府发展高科技，增加农用空间并支持本地农产品产商。这样新加坡便能不断进步与发展，以面对来临的危机。不仅如此，为了不依赖他国的水源，新加坡不断发展科技并推出了新生水计划，使新加坡能不断循环的使用水。目前新生水已能满足国内约四成的用水需求。那样即使未来水价上升或外部供应受限，国家也能自给自足，保障国人的日常所需。因此，居安思危能促使我们不断发展进步，以抵御潜伏的重大威胁。

居安思危的重要性大家都了解了，要做到居安思危不只是国家层面的事，更需要我们每一个人的努力。那么，我们该做些什么呢？

首先，我们应积极参与各种应急演练。例如，我们应该参加社区举行的防空警报演习、火灾逃生演习等。这些演习不是浪费时间，而是模拟真实的紧急情况，让我们在没有压力的环境下学习应对技巧。通过实际操作，我们能熟悉逃生路线、了解集合点的位置。不仅如此，掌握如何协助年长者或孩童撤离。因此，一旦危机真的发生，我们就能够冷静处理，提高生还的机会。

其次，我们必须认识到安全设施在日常生活中的重要性。例如，住宅楼的逃生楼梯、灭火器、紧急按钮，以及商场或地铁站内的急救箱，这些都在关键时刻起到救命作用。若我们平时忽视它们的存在，不知道位置或用法，就会在真正遇到事故时错失最佳反应时机。因此，我们应主动留意这些设施的分布，并学会基本操作，以备不时之需。

最后，我们还需关注世界局势，增强预警意识。现代社会瞬息万变，一国的局势变化可能迅速波及全球。例如，战争导致能源或粮食短缺，新病毒的爆发则会引发全球大流行。若我们平时有留意新闻，了解国际政治、经济或卫生领域的发展趋势，就能更早做好心理和物资准备，比如减少出行、储备生活必需品，或关注防疫措施。因此，关注世界局势能让我们在面临全球性危机时，更加从容应对。

总的来说，我们虽然生活在和平年代，世界却永远不可能太平。虽然科技发达可以使我们填山镇海，却依然挡不住地球的一个抖动。不要以为新闻里的危险离我们很远，它可能下一秒就出现在我们面前。希望大家能居安思危，防范未然，做好准备，我们就能在危险来临时化险为夷。

我的演讲到此结束。谢谢大家！

各位评审，老师们，同学们：

大家好，今天我非常高兴能站在这里给大家演讲。我的演讲题目是《促进家庭凝聚力必须从多方面着手》

德国诗人歌德曾说：“家是避风的港湾”这说明了家能让一个人感到安全与温馨，并给予他力量。家庭之间的紧密团结与互相关心能建立起深厚的感情联系，使一个人有动力去完成自己的梦想。由此可见，家庭凝聚力的重要性。而促进家庭凝聚力必须从家庭，学校，社区与政府等多方面着手。

首先，促进家庭凝聚力必须先从家庭方面着手。家庭辅导者，维吉尼亚萨提尔曾言：“沟通是家庭的桥梁，沉默是误解的根源。这说明了家庭成员有良好的沟通，并愿意敞开心扉地向家人们表达出自己的想法，家人之间才能更加了解彼此，使误会解开与增进彼此之间的感情；相反的，如若家庭成员之间缺乏沟通，不愿分享自己内心的想法，家人之间将变得疏远，误会不断发生，使家人之间的关系也会更加疏远。例如，家庭成员在一起吃饭时，应该分享自己的日常琐事，并将藏在心里的想法说出。这样能使家人之间更加了解彼此并解开一些误解与减少纷争。不仅如此，家庭也可以在周末时一起去公园骑脚车，这能创造美好的回忆并拉近家人之间的关系。因此，家庭成员之间良好的沟通能增强家庭凝聚力。

其次，在促进家庭凝聚力方面学校也可以发挥关键作用。著名教育学家，约翰·杜威曾言：‘教育的目的不仅是培养学生，更是培养关怀他人的下一代家庭成员’ 这说明里学校作为学生成长的重要环境之一，学校可通过多种方式协助家庭建立更紧密的联系。例如，学校可以定期举办亲子活动，如家

庭日、运动会、亲子讲座等，让家长与孩子在欢乐轻松的氛围中共同参与，增进了解与默契。不仅如此，老师可通过家长会或线上平台与家长保持联系，及时反馈学生的学习与行为情况，让家长更有参与感，促进亲子沟通与合作。此外，学校还可将家庭观念融入品格教育课程，如公民与道德教育中强调家庭责任、互相关心等价值观，引导学生主动关心家人、尊重父母和手足。这种从小培养的意识能帮助孩子在生活中营造良好家庭氛围，进而增强家庭成员之间的情感联系。因此，学校通过举办活动、加强沟通与课程引导能在无形中提升家庭凝聚力。

第三，在促进家庭凝聚力方面社区也能发挥关键作用。因为社区是家人居住的地方。在那里举办活动不仅方便也能使家庭参加社区活动，并建立起深厚的感情。例如，义顺社区俱乐部举办“家庭烹饪日”，邀请家长与孩子一同制作传统美食。这给予了家庭一个机会共同参加这项烹饪活动。参加活动时，他们会不断地接触与沟通，同时也能煮出不同的美食。这不仅能使一家人共处美好的时光并增进感情，还能使他们学习到新的技巧。此外，美国著名心理学家威廉曾说：“一个健康的家庭是基于沟通和接触上建造的。”这就说明了家人之间共同参加一些亲子活动有助于营造一个欢快与温馨的氛围，创造一些美好的时光。因此，社区举办的亲子活动有利于增进彼此之间的感情并促进家庭凝聚力。

最后，在促进家庭凝聚力方面政府也能发挥关键的作用。例如，新加坡政府从 2025 年起提升政策，将原本有限的父亲带薪育儿假和母亲独享的育儿假，转向更多共享、更多灵活、更多支持的家庭政策模式。这不仅为婴儿提供关键人生阶段的情感支持，更加强了配偶之间的互动与协调，共同承担育儿角色。这对于刚有孩子的家庭将是一项极大的助力，不仅给予工作忙碌的父亲一些时间照看与关爱孩子，还减轻了刚生产的母亲的压力。这样能使一家人有时间相处并了解彼此，彼此之间的感情也能快速拉近。不仅如此，联合国《家庭政策》也指出政府若是为家庭创造有利条件，如供育儿福利等，能有效促进家庭凝聚力的发展。这就说明，政府推行的政策能直接给予家庭一些时间与便利来相处与接触。因此，政府的政策在促进家庭凝聚力方面有着关键的作用。

总的来说，促进家庭凝聚力必须从家庭，学校，社区与政府方面着手。我希望大家都能多相伴家人左右并给予彼此关爱。这样每一个家庭都能更加的团结与凝聚。

我的演讲到此结束。谢谢大家！