

2020-2021「家長大學」講座

電子學習-家長管教技巧分享

29-1-2020(五) 下午2:30-3:30

主講嘉賓：黃詠樟社工姑娘

(香港家庭福利會)

# 講座內容：

---

---

1. 了解孩子網絡文化及成長需要
2. 認識「沉迷手機/上網」
3. 親子管教及溝通技巧

# 講座流程

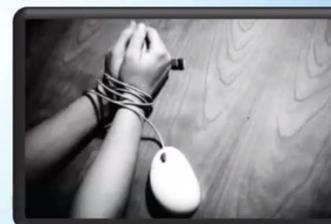
## 黃姑娘介紹講座流程



### 講座內容

認識輔助子女善用手機 / 網絡的方法

- ✈ 了解孩子網絡文化及成長需要
- ✈ 認識「沉迷手機/上網」
- ✈ 親子管教及溝通技巧



# 講座流程 黃姑娘向家長分享有關管教內容

## 1. 介紹家長心法

- 知己知彼：了解孩子玩手機的原因，  
認識孩子常用的手機APPS，  
認識現今的網絡文化。
- 整理自己對電子產品的想法，為管教子女使用電子產品訂立目標。
- 了解孩子的成長階段特性和需要。



# 講座流程 黃姑娘向家長分享有關管教內容

---

## 2. 甚麼是「網絡遊戲障礙」？

- 對網絡有強烈渴望和驅使
- 嘗試自律卻不能停
- 沉迷上網的影響：學業、身體、行為、心理、經濟和社交

## 3. 從網絡上透視孩子的成長需要

- 跟同學和朋有有共同話題
- 逃避壓力



# 講座流程 黃姑娘向家長分享有關管教內容

---

## 4. 孩子的基本需要

- 生存、樂趣與刺激、自由與自主、權力、成就感和愛與歸屬感
- 家長宜就著孩子的成長需要對症下藥提供幫助

## 5. 管教技巧

- 認識IPAD管理功能: 螢幕使用時間和APPS限制
- 多用好奇心了解孩子，用觀察的角度了解小朋友的成長需要
- 避免「控制」孩子