

# (三) 男色花絮直擊報導

三月篇：『原始反射動作』對孩童發展的重要~讓家長明白如有生產過程異常，少爬行、協調能力弱、輪輪盡盡的，實在與『原始反射動作』有著密切的關係。家長可以透過學習一些動作練習，改善孩子成長上的問題。



# (四) 「男健百子櫃」



AQ：美國保羅·史托茲博士（Paul G. Stoltz）提出 AQ 是指人面對困難、失敗和挫折時，能正面地回應和面對。以下是一些方向；

### 父母不應做的事

1. 過份保護
2. 不聆聽
3. 期望過高

### 教孩子面對挫折

1. 結識新朋友
2. 增加自信心
3. 培養興趣
4. 激發熱誠性格
5. 講偉人故事
6. 以身作則



### 爸爸信箱



歡迎你將 喜樂 與 煩憂  
寄給我們!!! 讓我們一同分享與交流  
海富中心  
地址:九龍旺角海泓道海富苑海欣閣一樓



# SMART 爸爸俱樂部

## 第 23 期

2018 年 4 月

### 今期內容

- (一) 爸爸的話
- (二) 爸爸學習天地
- (三) 男色花絮直擊報導
- (四) 男健百子櫃

序言：SMART 爸爸俱樂部第二十三期出版了，把一份「SMART 爸爸」的貼士和經驗與大家一同分享，讓大家都感受一份『有型與無型』的關愛！

## (一) 爸爸的話



在 25/3/18(日)海富中心舉辦了『休閒的約會』爸爸孩子戶外篇，共有 32 個家庭出席，我們還趁著這日子收集了爸爸對『你願意每天抽出 30 分鐘陪孩子玩耍呢？』的心聲調查。以下是一些爸爸的話，請細看！

非常同意！每天與孩子玩耍 30 分鐘可增進親子關係，亦可從而了解孩子性格與心情。

這是值得鼓勵，雖然 30 分鐘好像很少，但每天 30 分鐘就足夠有親子交流。也可以聽聽孩子心聲。

每天有抽出 30 分鐘陪孩子玩耍，我是持贊成的，小孩子一定要每天玩耍舒緩學習的壓力，令他常保持愉快的心情學習。

認同，孩子需要玩，也需要親子時間，玩什麼也可，Broadgame、公園、傾計、什麼也好。

我覺得每天陪孩子玩時，他的專注力都不夠，有時會不聽話、不守規矩、發脾氣。30 分鐘裡學到的好少，希望中心可以多點舉辦關於情緒管理和社交技巧的小組，讓小朋友多點與人交流，從中學會控制自己的情緒、脾氣好點、心情都好點、專注力都會好點。

如果每天可以抽出 30 分鐘陪孩子玩耍，我覺得非常好。但有時不知道玩些什麼好，有什麼遊戲適合孩子玩。

孩子玩耍是需要的，若父母能抽出 30 分鐘陪伴孩子玩耍，相信不單可以增進親子關係，對孩子的發展相信有不少幫助。

## 從遊戲中學習

### 你願意抽出 30 分鐘陪孩子玩耍嗎？

父母可以藉著每天有質素的陪伴，與孩子建立親密關係。這種關係有助於孩子建立安全感、自信及創造力。方法是每天利用 20~30 分鐘陪伴孩子遊戲，並有以下原則：

#### 一、專心的陪伴

- ✚ 讓孩子主導遊戲及選擇想玩的玩具，父母只要旁邊認真看、專心的聽及嘗試了解孩子的心情。
- ✚ 不要教、不要糾正、不要批評、不要建議、盡量不要提問。
- ✚ 不要主動加入遊戲，除非孩子邀請。
- ✚ 不要跟別人聊天、看手機或看電視，也不要一直去做家事。

#### 二、同理心

父母可以觀察孩子的表情和動態了解他們的情緒，並表達出來。千萬不要急著給意見，讓孩子感受到父母是明白他們便可以。

#### 三、多給孩子決定權

遊戲過程讓孩子決定玩什麼玩具及用他們喜歡的方式玩

#### 四、必要的設限

適當的設限可以幫助孩子有安全感及學習這個世界的規則，原則是不可以傷害自己，傷害他人，或破壞物品。

#### 五、關注孩子的能力與優點

遊戲的過程除了關注孩子的情緒，還可以發掘他們在遊戲中展現了什麼能力與良好的特質。通常父母很容易看見孩子不足及不成熟地方，總是希望引導他們走得遠。這很容易令孩子覺得自己怎麼努力都跟不上父母的期望。

培育孩子是一件不簡單的事情，過程中父母需要付出很多心力。但當看到孩子的進步時，父母所有的辛勞都會一掃而空。袋裡有一盒玩具，你願意抽出 30 分鐘陪伴孩子玩遊戲，並運用以上所講的原則嗎？

參考文章《有療效的陪伴~親子遊戲時間》 蔡曉文

## (二) 爸爸學習天地

活動名稱 編號	日期 / 時間	地點	對象	名額	費用	內容
『糾正』 坐姿運 動技巧  HFPRC- 18-00013	28/4/2018 (六)  下午 5:00~ 6:15	海富 中心	中心 爸爸 會員	15 名	\$10	坐姿或握筆不協調，用力過大或過少，字體不均勻，出現大小、深淺、粗幼不一現象，並引致在做手工勞作及上體育課時，更感困難，加上不良坐姿，更會嚴重影響脊柱的自然成長。要好好把孩子健康成長，配合全新『運動遊戲技巧』，引領孩子身心全能發展。  導師：周慕貞（健腦操導師及顧問，豐富教授兒童及親子健腦操經驗）
『聽』、 『讀』知 多些  HFPRC- 18-00014	26/5/2018 (六)  下午 5:00~ 6:15			15 名	\$10	自閉症孩子在處理視覺信息較敏銳，因為視覺信息在一定時間內不會有較大轉變。相反，他們處理聽覺信息比較薄弱，因為他們需要在迅速、短時間內接收大量信息，而大腦收到聽覺信息後不能即時篩選重點。此課程為家長介紹可加強聽覺系統效能的親子遊戲。  導師：周慕貞（健腦操導師及顧問，豐富教授兒童及親子健腦操經驗）