



學前駐校社會工作服務

幼兒成長專區

不少家長都會為孩子每天花長時間在手機/電腦而感到煩惱。要協助幼兒抵擋誘惑，我們要先了解孩子的成長需要。



孩子需要感官刺激

電子屏幕產品有色彩繽紛的畫面和多變的聲效，的確為孩子帶來許多視覺和聽覺刺激。可是，孩子正值黃金發展期，需要全面的發展，如：觸覺探索、大小肌運用、語言發展等。因此，孩子平日在家攀高爬低、放聲高歌、把家居物件當玩具並不是搗蛋行為，其實他們透過探索而學習，同樣刺激好玩。讓他們多一點自由探索，自然不必只依賴電子產品了。

孩子需要建立成就感

當孩子懂得上網觀看短片、把遊戲過關，都會有一定的滿足感。然而，熟識操作電子產品不足以令孩子有充足的信心去面對成長挑戰。我們可以把生活小事化成有趣的小任務，讓孩子從中建立成就感和自信，例如：簡單家務、從很高的滑梯滑下來、幫助朋友、用創意的方法玩玩具等。多欣賞他們展現的能力，他們會更樂意發掘手機以外的樂趣！



孩子需要建立社交能力

孩子特別喜歡與人互動、與朋輩一起玩耍。孩子透過與人互動接觸，感受到被愛和重視，亦學習關顧和尊重別人，這些溫暖的感覺是手機無法取代的！

同時，孩子亦在當中學習管理情緒(用說話表達自己的需要、不輕易發脾氣)；學習遵守社交禮儀(輪流參與遊戲、分享玩具)；學習理解別人的想法與感受，不只將焦點放在自己身上。因此，為孩子安排適當的親子活動或團體遊戲，都有助孩子放下手機，享受人與人之間的相處樂趣！

親子小遊戲介紹

手機以外的玩樂

各位家長，回想一下您小時候沒有智能電話時，您與朋友們放學後玩甚麼遊戲？

○ 與家人到郊外玩/放風箏



○ 捉棋/過三關



○ 捉迷藏



○ 模仿偶像唱歌跳舞



○ 跳飛機



○ 猜皇帝



○ 紙飛機/摺紙



○ 跳橡筋繩



○ 拋豆袋



○ 其他：

有否留意到，好玩的遊戲，通常是跟家人或朋友一起玩的呢？對小孩而言，簡單的小遊戲除了建構美好回憶外，更讓他們從中發揮創意、訓練思考能力、學習與人相處、更能增進親子關係或友誼。家長們不妨向孩子介紹你兒時的小玩意，讓孩子體驗當中的樂趣吧！

中華基督教會香港區會
學前駐校社會工作服務辦事處

🏠：香港九龍太子道西191號馬禮遜紀念會所305室
☎：8100 2493

☎：3585 1205
✉：ppssws@hkccccc.org