

提升APP世代親子關係 家長錦囊





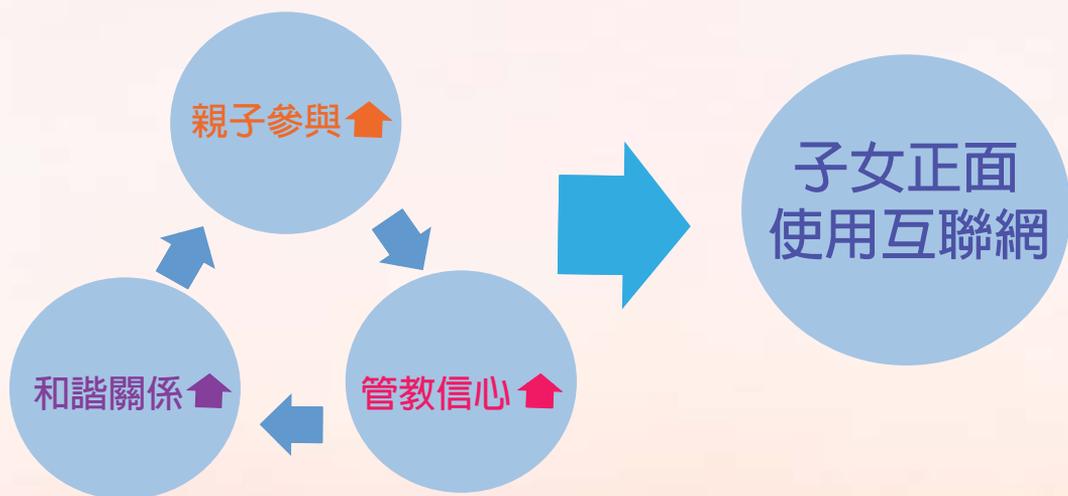
當智能手機成為我們日常生活的必需品，家長在管教子女時可能倍感困難。

一方面，APP世代子女無論是習慣、文化和溝通方法，都可能與家長截然不同，而另一方面，當家長想了解子女的日常生活、興趣及朋友時，可能又顯得無從入手。

在資訊時代，純熟使用智能產品無疑有助溝通及學習，但作為家長，是否對智能產品又愛又恨？當我們掌握「ICC - APP世代親子方程式」，便能有效引導子女正面使用智能產品，並增進親子關係。

ICC - APP世代親子方程式

Involvement家庭參與 + **C**onfidence管教信心 + **C**ohesive和諧關係





鼓勵親子共同參與

- 與子女自小開始一起上網，了解其網絡文化，並教導如何善用互聯網
- 學習子女常用的網絡溝通工具，並嘗試以子女的語言與他們溝通
- 善用智能產品與子女分享日常生活、數碼技術及使用心得
- 與子女一同享受網上娛樂，探索共同興趣如：電影、網上遊戲
- 當學習使用智能產品及網上工具有困難時，可邀請子女教導
- 與子女討論網絡上的危機，如：網上交友陷阱、網絡欺凌
- 隨著子女成長，避免使用監控或過濾等管教方法
- 培養子女「先求知後消閒」的概念，協助子女面對網絡使用遇到的困難
- 多與子女分享日常生活的喜樂與擔憂，在家中建立互信與分享文化
- 多與子女一起構思家庭活動，並共同參與其中

增強家長管教信心

- 主動了解兒童及青少年網絡文化，以及常用軟件
- 認識資訊科技的功能和好處，網絡危機及相關處理
- 裝備資訊科技的技能，如：應用程式(App)、電子產品、電子學習
- 參與社區課程及參考網上資源，如：電腦基礎班、手機應用程式課程
- 參加社區或學校舉辦的活動，建立社交圈子，與其他家長共同學習溝通技巧及管教知識
- 在有需要時向專業人士尋求意見，如老師、社工

建立和諧家庭關係

- 家人互相欣賞，發掘長處
- 家庭成員之間互相尊重，平等相待
- 親子間互相關心和安慰，讓家庭作為支持的泉源
- 學習與子女建立開放和有效的溝通，留意溝通態度和技巧
- 多聆聽並關顧子女的身心發展需要，共同創造生活趣味，享受家庭樂趣
- 於各成長階段及資訊科技發展中，共同學習
- 家長應以身作則，共同遵守智能產品使用守則



香港家庭福利會
Hong Kong Family Welfare Society

香港西區分會

地址:香港西營盤第一街八十號A西園地下

電話: 25495106

電郵: hkwest@hkfws.org.hk

