

如何提升子女學習興趣 家長講座

循道衛理楊震社會服務處
家庭健康教育及輔導中心

網址:<http://fhe.yang.org.hk>
電話:2171 4111

如何幫助子女學習

https://www.studenthealth.gov.hk/te_chi/health/health_lea/health_lea_hhcs.html

孩子無心向學了?

- 學習的目的是.....?



孩子無心向學的主要原因

- 學習難度超出孩子的能力
- 比較、競爭的學習模式
- 相信能力是不變的
- 督促孩子做功課的態度
- 個人情緒上的困擾
- 孩子失去活力
- 缺乏自信

提升女學習興趣的大忌

- 責罵
- 比較
- 批評
- 喝令
- 冗長的牢騷
- 史丹福大學教務長朱莉發現，當我們過度介入孩子的生活、包辦孩子的一切時，其實也會影響到孩子獨立面對未來的勇氣和力量。
原文網址：<https://xnews.cc/baby/b5noqamo.html>
- 在外人面前數算孩子在學業上的不是



提升子女學習興趣宜

- 投其所好
- 安靜環境或家長陪同？
- 了解及解答子女的困難/問題；有交流提高社交能力(哈佛大學研究-哲學者及談判者) X「不」
- 共同訂定時間表、短期目標
- 以身作則(哈佛大學研究-模範者)
- 以趣味、活潑的形式引起他們的學習興趣及喚醒其求知慾(哈佛大學研究-啟蒙者)
- 「遊戲法」



提升子女學習興趣宜獎勵

- 用於原先沒有內發動機的活動
- 小心『陷阱』
- 謹慎制定獎勵制度
- 「你在10分鐘內，都好專心喎」
- 「我知道你係有心機，呢條題目的確需要用多少少時間諗，比心機！」
- 「呢個科目對你來講係有啲不容易，但媽咪好欣賞你唔怕辛苦，仍然參與/繼續！」
- 「英文唔係你喜歡既科目，但我睇到你一步一步做/努力，爸爸好欣賞你呀！」
- 「我知道背對妳黎講係比較難，妳仍然唔放棄，媽媽好感動/自豪！」



提升子女學習興趣宜責備？

- 清楚、簡潔
- 相信孩子有能力可以達到
- 表達父母仍愛孩子！

提升子女學習興趣宜增強 成功感和自信心

- 合理的目標、適當和具體的稱讚
- 為每天讀書的效率自行給予評價
- 良好的親子關係
- 額外補充：需配合年紀和程度
- 「分段法」

用孩子喜歡的方法增加好奇心

- 桌遊




- 撲克牌、Uno

- 積木、拼圖、泥膠或繪畫，讓孩子能夠發揮自己的想像力，自己來創作

此文章版權為新傳傳媒集團所有，原文請見：http://www.newspaper.com.hk/9942/rim_contentCopy.htm_contentWeb.html

數學

- 破十法 
- 協助處理家中財務(設計財表或運用app)
- 短期儲蓄，用於購買心儀玩具
- 3個倍數就要拍手
- 家長多上網尋找有關STEM的內容作參考
- 平常用不照的，可用作邏輯訓練

英文

- 主語+動詞+賓語(S+V+O)
- 3身單數後面動詞要+S
- 形容詞(adj) 形容 名詞(noun)
- 副詞形(adv) 形容 容詞(adj) 或動詞(v.)
- 名詞字頭讀音為I, E, A, O, U要用an
- 學習國際音標
- 家長可自行創作口訣

中文

- 運用現時學習的四字詞，設計簡單的故事書
- 用詞語玩大電視
- 用書中詞語，創作超現實的故事
- 在報紙中尋找詞語
- 設計心意卡
- 到圖書館看不同圖書後，一起討論

密密麻麻的事務

- 因材施教
- 認清目標
- ✦ 明確
- ✦ 可衡量的
- ✦ 可達成的
- ✦ 符合實際
- ✦ 有時間限制的
- 不應將時間表填得滿滿

不明白時間的概念

點解放學後即刻做晒功課?
點解一定要7:00前沖澡?
8:00食晚飯? 10:00訓覺?
點解只可以玩1個鐘電腦?



- 子女不明白規定每天的作息/洗澡/午飯等時間的原因
- 應解釋原因，讓子女明白做法背後的原因

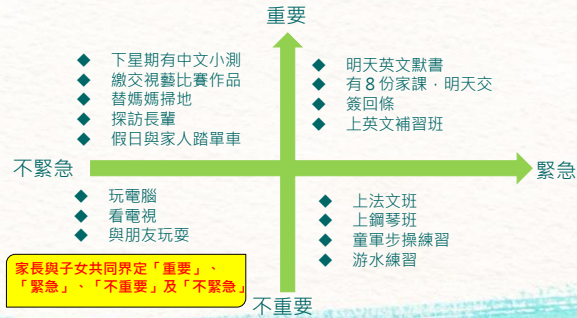
時間管理的重要性

- ✓ 做事輕鬆
- ✓ 有效率
- ✓ 情緒穩定
- ✓ 身體健康
- ✓ 成績進步
- ✓ 實踐自己想做的事



生活充實

權衡輕重緩急，優先順序



如何達致共識？

- 父母應引導子女認清自己的目標，與個人成長及發展為考慮因素
- 以子女的興趣為主
- 平衡生活（娛樂與學習）

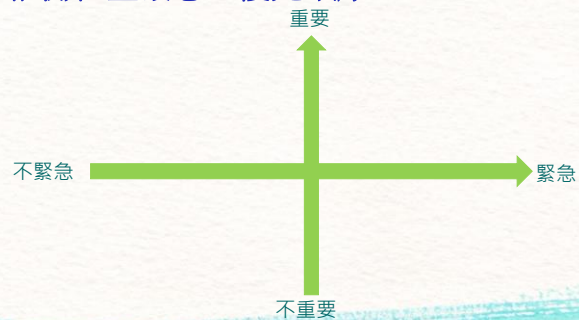
例:星期一

時間	必須做	需要做
7:00 am	起床	
7:30 am	早餐	
8:00 am	上學	
...		
12:00 pm	午餐	
...		
3:00 pm	放學	
	1) 明天要交的所 有功課 2) 看XXX卡通片	1) 替媽媽掃地 2) 溫習明天的英文默書 3) 溫習星期五的中文默書
5:00 pm	英文補習	
7:00 pm	洗澡	
7:30 pm	晚飯	
...		
10:00 pm	睡覺	

練習

1. 先選定一星期的某一天
2. 權衡輕重緩急，優先順序
3. 先安排指定時間內，處理日常生活/習慣的事情
4. 在時間表分辨「必須做」及「需要做」

權衡輕重緩急，優先順序



時間表:星期()

時間	必須做	需要做

時間管理技巧

• 找出自己的黃金時段：

了解孩子每天或每週的「能量」

週期，辨認身體與精神的最佳狀態來安排事務，發揮更高的時間效率。



謝謝!