

東華三院邱金元中學

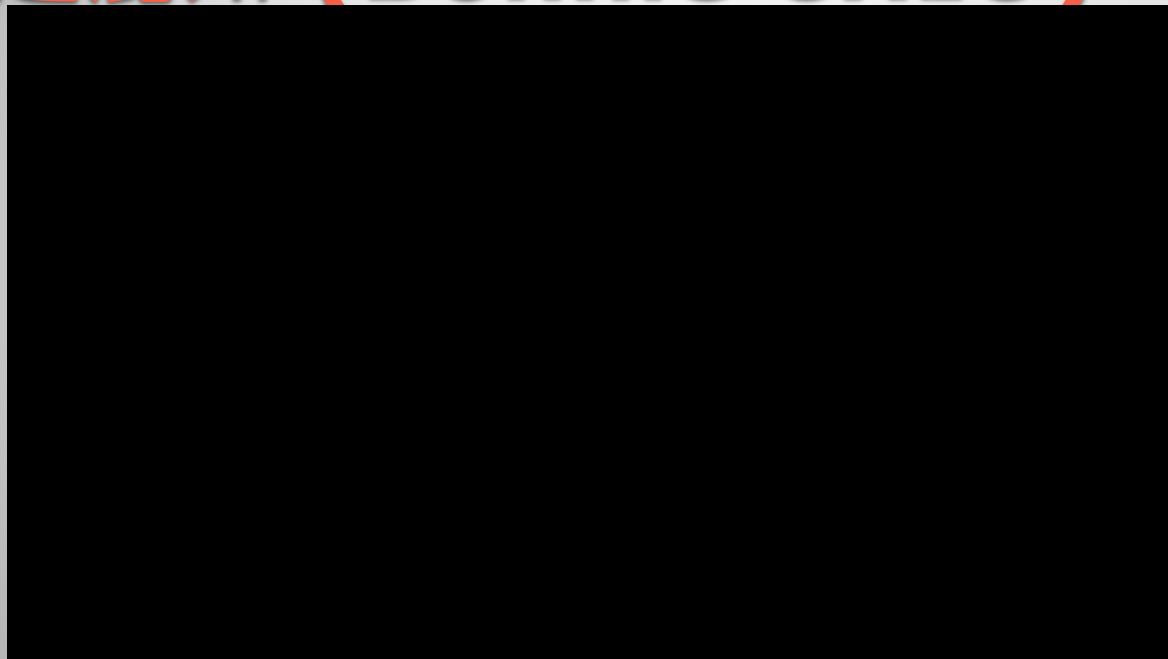
如何保持教養正能量 提高子女自信心



講者：趙麗如
大學專業應用副教授、律師(非執業)、
親子及教育專欄作家

18/11/2022

趙麗如 (Bonnie CHIU)



自我介绍：趙麗如 (Bonnie CHIU)

- 社會科學學士(香港浸會書院)
- 文學碩士(法律研究)
(英國布里斯托大學)
- 律師(非執業)



自我介绍：趙麗如 (Bonnie CHIU)

- 曾任職香港電台、聯合國總部電台
- 香港亞洲電視新聞部、香港有線電視新聞部
- 香港無線電視新聞部
- #主力外交新聞、中國領導人
外訪報道
- 任職記者及主播超過十年



自我介绍：趙麗如 (Bonnie CHIU)

- 教學：廣播新聞、主播學、傳播法、新聞道德、殘疾運動等
- 已婚，育有三小孩
- 聲畫及文字專欄：
- 「如見」及「媽媽週記」作者；
- 「如思寫意」及「港媽如話」專欄
- 為特區政府、私人企業、社企及培訓機構提供訓練課程





虛擬網紅

- Ruby Gloom



香港的虛擬網紅

由高等教育界的回望

- 學業
- 獨立管理自己的能力
- 情緒
- 社交
- 工作

影響親子及正向教育的中、小學家長十大挑戰

- (一)「贏在起跑線」的壓力漸大
 1. 「贏在起跑線」或至少「不要輸在起跑線」的概念
 2. 「做好好過做少」，但同時也懷疑：「是否真的需要？」
 3. 培育孩子不應看贏輸
 4. 倘若真的要論成敗，也寧願「贏在終點線」

影響親子及正向教育的中、小學家長十大挑戰

- (二) 鬥早報名，學位難求
 1. 「一位難求」
 2. 不是某一所學校令你的孩子成功
 3. 學校或成績對孩子的影響真的那麼大？
 4. 盡了力就是了，孩子總有學校唸的

影響親子及正向教育的中、小學家長十大挑戰

- (三) 中文艱深，「普教中」百上加斤
 1. 幼稚園、小學及中學的中文課程普遍偏向艱深
 2. 加上不少學校採用普通話教中文
 3. 令孩子不抗拒中文
 4. 玩遊戲、閱讀、看電視劇、去遊學等

影響親子及正向教育的中、小學家長十大挑戰

- (四) 功課及操練過多，無法早睡
 1. 繁忙兒童：小學、中學絕大部份全日制
 2. 十一、十二樣功課見怪不怪
 3. 參加課外活動或興趣班，更加無法早睡
 4. 中學暑假要回校補課
 5. 長期不夠睡眠
 6. 教授時間管理、約法限制上網

影響親子及正向教育的中、小學家長十大挑戰

- (五) 抗逆能力差，情緒波動
 1. 社會氣氛注重學業及成績，學童承受巨大壓力
 2. 偏重學業，社交、情緒智商及抗逆能力也未必發展得好
 3. 學童包括大學生情緒個案不斷上升
 4. 不要讓自己後悔、多點溝通

影響親子及正向教育的中、小學家長十大挑戰

- (六) 群星拱照，自理能力弱
 1. 小朋友的自理能力較弱
 2. 家長工時一般頗長，依賴傭人或長輩幫忙照料孩子
 3. 不懂收拾、很遲才會綁鞋帶、自行洗澡等
 4. 早點訓練自理能力，終身受用

影響親子及正向教育的中、小學家長十大挑戰

- (七) 疾病多，食物安全成疑
 1. 疾病種類多、傳播途徑廣
 2. 食物的種植方法及來源可能因為不同原因，安全成疑
 3. 鍛鍊強健體魄、嚴選食物

影響親子及正向教育的中、小學家長十大挑戰

- (八) 家校合作，家長參與度大增
 1. 選擇做父母，準備了要付出時間培育子女
 2. 社會強調家、校合作，出發點十分好。
 3. 家長被期望多參與和學校有關的活動，要付出更多時間
 4. 量力而為、和子女解釋

影響親子及正向教育的中、小學家長十大挑戰

- (九) 手機、電子產品、互聯網入侵
 1. 社會似乎普遍不反對學童使用電子產品、手機及上網
 2. 部份學童更被要求使用電子產品上課或做功課等
 3. 沒可能禁止他們接觸
 4. 讓子女有節制地使用：約法三章，例如了解內容及限制時間

影響親子及正向教育的中、小學家長十大挑戰

- (十)百物騰貴，大灑金錢
 1. 「平有平養，貴有貴教」
 2. 興趣班、外遊
 3. 教育很難以金錢衡量成果
 4. 量力而為
 5. 不要忘記家長親自陪伴及教授才最重要

總結：父母為孩子定位：正能量思維

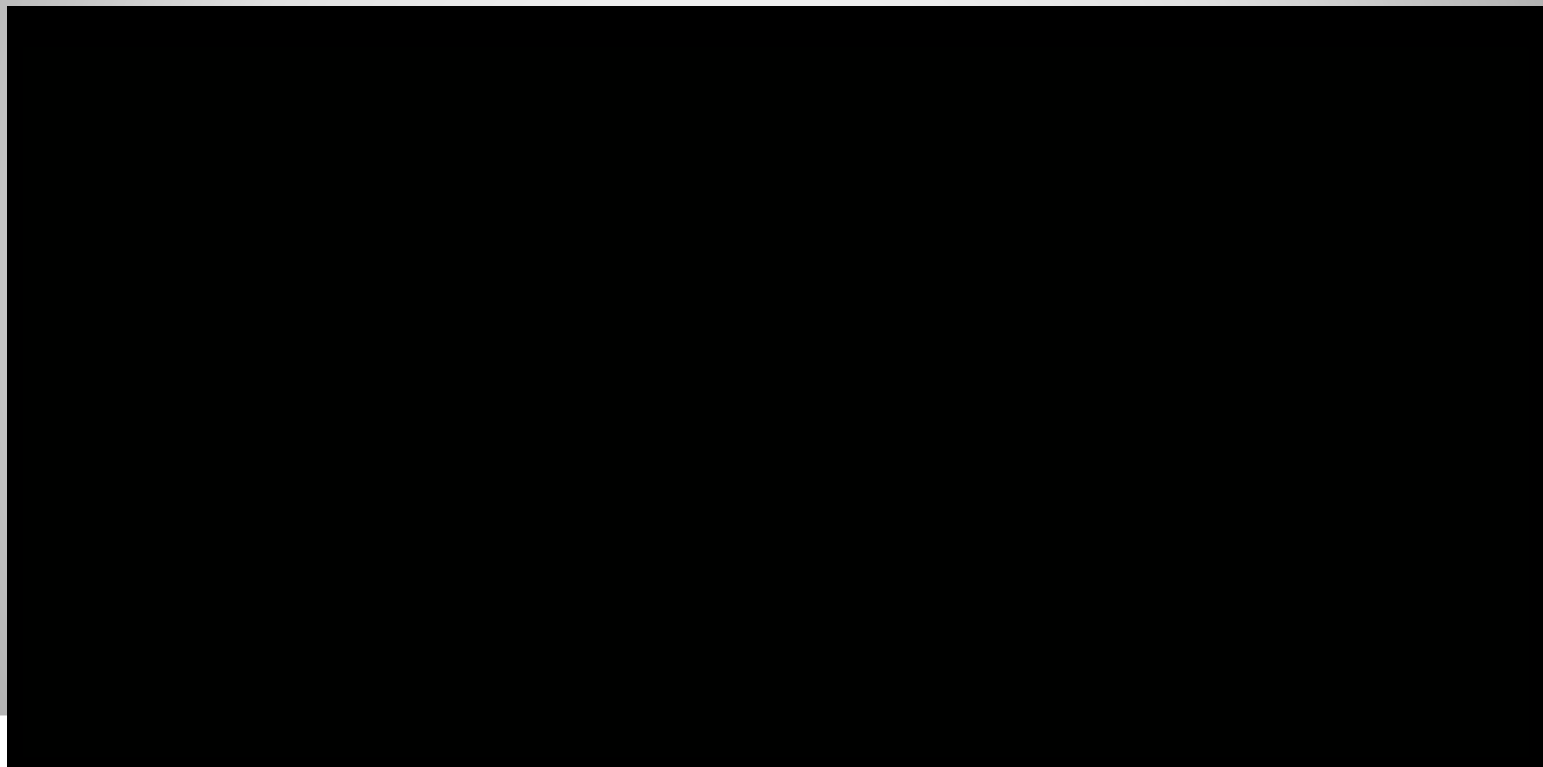
1. 孩子的性格、能力不是3歲定80：發展有早有遲
2. 贏在起跑線？贏在終點線？
3. 只有一間學校會令子女快樂成長及發揮所長？
4. 考不到心儀學校、成績不好又如何？
5. 以後不可以轉校或改行嗎？
6. 當父母是一輩子的事，
子女以後的路，每次也不會失敗嗎？
7. 何不欣賞子女的長處，鼓勵他們盡力，然後順其自然。



總結：如何提升子女自信

1. 放膽讓孩子嘗試，有能力孩子才有自信，包括自理
2. 感受未必有對錯，相信孩子的感受，被愛的才有自信
3. 鼓勵子女說出感受、難題、錯事，肯表達才會有自信
4. 令子女發揮所長，不單看子女的學業
5. 不把子女跟其他孩子直接比較
6. 做對了、小進步要讚賞、獎勵；做錯要指出
7. 讚要有技巧，例如讚努力、讚體諒別人等等，要具體

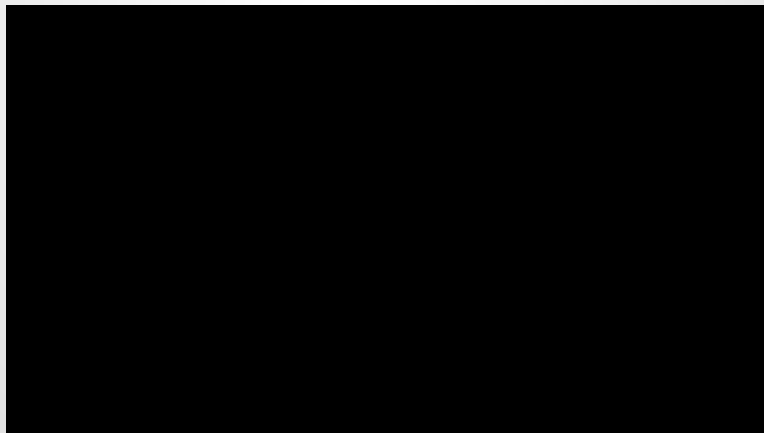
最想跟子女說的話



我的個人分享：什麼對你最重要？

- 1. 愛的胎記，帶走歧視

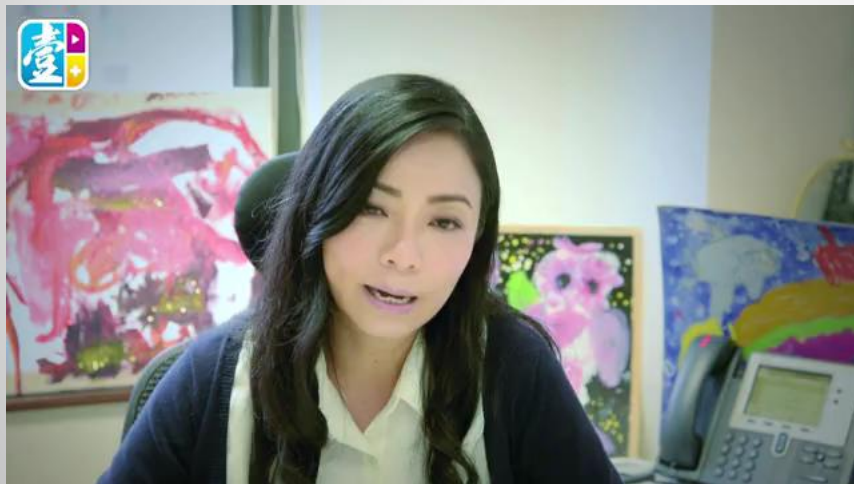
- (video) <http://nextplus.nextmedia.com/columns/%E5%AA%BD%E5%AA%BD%E9%80%B1%E8%A8%98/20170629/523560>



我的個人分享什麼對你最重要？

- 2. 一種堅持，兩條性命

- (video) https://nextplus.nextmedia.com/article/2_515810_0



問題及討論

- 謝謝各位家長！