

小學家長教育資源套

建立穩固的發展基礎： 如何建立正面的親子關係？

親子活動

親子活動 1：互相欣賞

目的：通過認識 24 個長處，學會欣賞自己和欣賞別人！

內容指示：家長與子女一起看下圖中 24 個長處，並進行討論。例如：

- 「創造力」是什麼意思？
- 你身邊什麼人有創造力？
- 這些人做了什麼事情，令你覺得他們有創造力？
- 你覺得你有什麼長處？為什麼？

創造力



洞察力



判斷力



喜愛學習



好奇心



勇敢



堅毅



誠實



熱情



仁愛



愛



社交智慧



公平



領導力



團隊合作



寬恕



謙遜



謹慎



自律



幽默感



欣賞美麗



感恩



希望



靈修性



小學家長教育資源套

建立穩固的發展基礎： 如何建立正面的親子關係？

親子活動

親子活動 2：與子女玩遊戲

目的：與子女一起玩遊戲，通過優質時間，建立親子關係。

內容指示：下載教育局出版的《玩轉親子樂：家長教育資源套》
（<https://www.parent.edu.hk/article/playtimekit-tc>），與子女一起玩資源套介紹的遊戲：

- 親子花式跳繩：<https://www.parent.edu.hk/article/g02tc>
- 親子彈彈球：<https://www.parent.edu.hk/article/g03tc>
- 猜猜畫畫：<https://www.parent.edu.hk/article/g04tc>
- 真的假不了：<https://www.parent.edu.hk/article/g05tc>
- 玩轉親子樂：<https://www.parent.edu.hk/article/playtimeboardgame>

小學家長教育資源套

建立穩固的發展基礎： 如何建立正面的親子關係？

親子活動

親子活動 3：與子女聊天

目的：與子女一起聊天，通過優質時間，建立親子關係。

內容指示：定期問子女以下問題，然後主動鼓勵回應子女的好消息，積極聆聽回應子女的壞消息！如果子女透露一些出乎家長意料的事情時，家長可以先聽子女說完，才考慮是否需要作出評判、加以勸告或提供幫助。

- 今天你在學校遇到**最有趣**的是什麼事情？
- 今天你在學校學到什麼**新知識**和**新技能**？
- 你明天**最期待**的是什麼？
- 今天有沒有什麼事情令你感到**難過**？令你感到**生氣**？令你感到**緊張**？
- 今天你上課時有沒有遇到什麼**困難**呢？
- 你明天**最不想**做什麼？