

邀王意中醫師分析父母棘手問題

勿讓小孩被☹勒索重建親子關係

【本刊訊】中鋼集團教育基金會於三月十日在夢時代八樓演藝廳，舉辦今年第二場市民講座，邀請到臨床心理師王意中先生，透過堅定、合理、耐心、規律加理解等方式，親臨分析現代父母最棘手又無奈的問題。

「爸爸，我要玩平板！我要



►王意中老師幽默的演講神情（朱啓璋攝）

玩、給我玩啦！」面對小孩大哭大鬧，打他和罵他，對於大部分小孩，或許只會讓場面更加混亂；如果給他們平板的話，是的，沒錯，大家都輕鬆，所以，我們該放棄教養權嗎？

王意中醫師和大家分享自己教導小孩的方式，他會和小孩約法三章，事先訂好玩樂時間，並且要「說到做到」，當然，小孩的慾望也會越來越大，從一小時要求到兩小時甚至更多，王老師建議，可以分時段給小孩使用，並講究原則。

至於甚麼時候適合讓小孩自己擁有手機？王醫師提到，希望能讓小孩提出理由來「說服」自己。當小孩說：「我想要買iPhone X，因為大家都有」，此時各位父母應該和小孩溝通並且分析，「大家」是誰？是一個、兩個還是全班；進一步，王老師會希望小孩能說出自己為何一定要有iPhone的理由？每一次的親子溝通、每一次的討價還價，都

是一種學習，一種教養的過程。

「想要」和「需要」可以是等號，但不必然是等號。對於幼兒園的小孩，當看到父母在用手機，他可能會「想要」玩手機，但她還不「需要」手機，講師希望每位家長可以思考這兩者的差別，便清楚何時可以讓孩子們擁有手機，年紀漸長，手機可能變成「需要」，也可能擋都擋不住，這時父母就需要和孩子們商討，需要的程度，和管理孩子的需要。

給手機之前，你或許被小孩

☹勒索，然而給完手機之後呢？小孩會不會也被☹勒索了呢？明明就在同一個班上，為甚麼要用☹☹互相聯絡？而當你漸漸發現要求小孩放下手機，他卻因此感到焦慮，甚至直接告訴你，他的朋友們都在網路上。或許我們該開始關心，孩子們在現實生活中的情況。王老師建議，「多和孩子一起互動，與其自己看電影，不如和孩子一起看。」現代許多父母忙於工作，疏於陪伴小孩，導致他們沉迷網路，脫離現實。王意中醫師也分享到，他把家族旅遊的行程，交給他兒子負責，給予他使用網路權力的同時，也讓他從規劃行程的經驗中

學習，並且應用在現實生活中，而這樣的方式確實讓全家人度過了一個愉快的旅行，也讓小孩自動自發地安排日後的每次行程。

每個人都有可能在某個時間點迷失自我，然而「網路成癮者不會發現自己成癮」，因此，除了從小注意讓孩子們使用☹產品的時間，做為父母，更需要在孩子迷失且無法走出來時，給予最大的幫助，不管是尋求醫生協助，或是帶孩子們出去走走，都是為人父母應該學習及注意之處。

整場演講，在王老師幽默的帶領下，讓全場聽眾對於☹與現代人的親密關係有了新的詮釋。

拾金不昧



【本刊訊】煉鐵廠陳琨忠同仁於一〇六年十二月十六日晚間十一時，在小港行政區診療所西側救護車通道，拾獲Eurasia行動電話乙支，即送事業關係組處理。陳先生拾物不昧，廉潔可嘉，本刊特予披露表揚。