

# 宜 ✓

## 如何帮助子女学习?

# 忌 ✗

### 培养自律能力

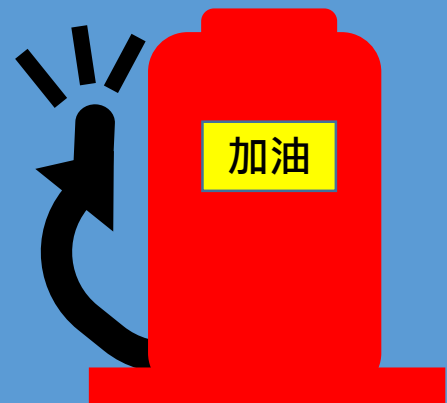


- ☑ 整理校服
- ☑ 30分钟运动
- ☑ 做好功课
- ☑ .....

### 欣赏子女的长处和努力



### 适当的期望



### 高素质的相处时间



### 过份保护

### 与别人比较

你真是沒有用!  
读书不成!  
表哥多厉害!  
年年考第一!



每个人都行，  
为什么只有你  
不行?

### 严苛责备



相关连结：  
[如何帮助子女学习](#)  
[子女自尊自信·父母齐心创造](#)  
[爸妈和我一起面对挑战](#)  
[情绪健康小锦囊](#)

