

抗疫下的為人父母

在家工作和照顧孩子真是不容易。如家長多給孩子正面的指引，讚賞孩子的好行為，孩子便會較容易合作

直接指出你希望孩子做到的事

用正面的語言來告訴孩子應該做什麼

- 「不要把地方弄得亂七八糟」 → 「請把你的衣服收拾好」
- 「不准再打機」 → 「不如暫停一下，休息完再玩」
- 「當我講電話的時候不要大叫」 → 「請保持安靜15分鐘」

讚賞孩子良好的表現

留意孩子的好行為，讚賞他們做得好的地方

- 「我留意到你在吃飯前有洗手，這是一個好習慣！」
- 「你能夠保持書桌整潔，做得很好！」



幫助孩子與外界保持聯繫

- 鼓勵孩子與親友保持聯繫，
例如透過視像通話
- 鼓勵青少年和朋友透過電話或
社交媒體維持社交接觸



二零二零年四月



學生健康服務
Student Health Service



衛生署
Department of Health