

# 宜 ✓

## 如何幫助子女學習?

# 忌 ✗

### 培養自律能力

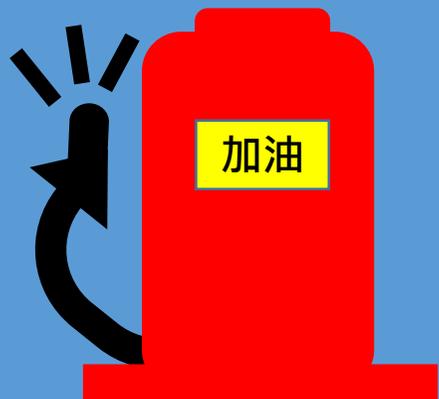


- ☑ 整理校服
- ☑ 30分鐘運動
- ☑ 做齊功課
- ☑ .....

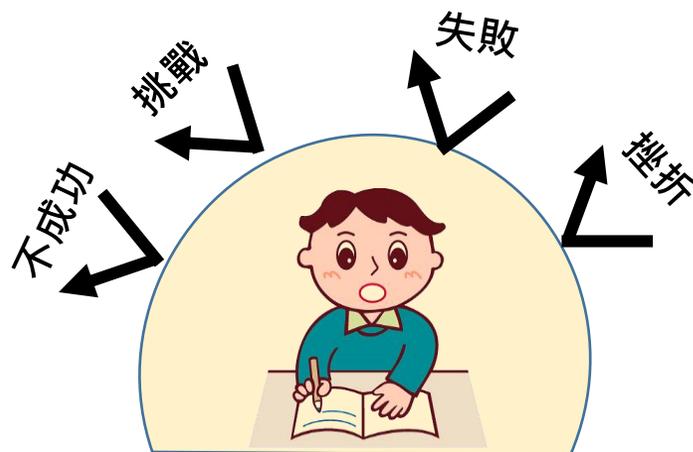
### 欣賞子女的長處和努力



### 適當的期望



### 高質素的相處時間



### 過份保護

### 與別人比較

你真係無用啦!  
讀書唔成!  
表哥就叻啦!  
年年考第一!



個個都得，  
點解你唔得?

### 嚴苛責備



相關連結：  
[如何幫助子女學習](#)  
[子女自尊自信，父母齊心創造](#)  
[爸媽和我一起面對挑戰](#)  
[情緒健康小錦囊](#)

