

親子十八式 第十五式：孩子太沉迷？（對白稿）

實況劇一：錯誤情境

爸爸：兒子，放學那麼久了，怎麼還沒換衣服？

小偉：等一下再換。

爸爸：怎麼把書包隨處丟？

小偉：待會兒會放好的了。

爸爸：你回來多久了？

小偉：約兩三個小時吧...

爸爸：回來那麼久，不換衣服，不做功課，只會打機。

小偉：我正在玩，爸爸。

爸爸：你現在立即把書包拿回去，換衣服，做功課，整天只會打機，不吃飯，不睡覺。現在我沒收遊戲機，沒我批准，以後不許玩。

小偉：不玩便不玩，很了不起嗎？

專家之言

黃寶財教授：當小朋友正在看電視或打機，心不在焉，父母說甚麼當然都聽不到。這時候根本教不來，罵更沒用，更傷感情。所以父母要冷靜，想辦法讓小朋友注意你，才能教。其實小朋友不壞，只是不能控制自己，我們只要為小朋友，定立計劃，便能提升小朋友的時間管理智能。

實況劇二：正確示範

爸爸：小偉，爸爸有話想跟你說。你暫停一下，先關機吧。

小偉：怎麼了？

爸爸：爸爸很擔心你。

小偉：擔心甚麼？

爸爸：爸爸發現你每天花很多時間打機，例如現在，放學後不換校服，不做功課，證明打機已經影響你的生活和學習。爸爸小時候也像你一樣，每天只會看電視，我班主任跟媽媽說，如果繼續這樣我會變成電視的奴隸，要我媽媽想辦法，後來她丟了電視。

小偉：這樣也行？不是吧。

爸爸：現在你越來越沉迷打機，再這樣下去，你會變成遊戲機的奴隸。我跟媽媽商量過，由今天開始，你暫停打機兩星期，讓你過正常的生活。爸爸知道你會很不開心，但爸爸要保護你，不可以讓遊戲機侵佔你全部時間。我們一起定一個時間表，讓你有更多時間做其他事情，兩星期後時間正常後，我們可以讓你每星期打機一會兒。現在去換衣服，做功課，今晚飯後去看一會兒書，十時洗澡睡覺，現在先換衣服吧。

小偉：知道了，爸爸。