

玩出親子情

在觀察家長與孩子玩遊戲的過程中，常常會看到家長把握每個教導孩子知識的機會，例如運用玩具讓孩子學習辨認顏色及其英文名稱，或在角色扮演時教授社交禮儀。一般家長與孩子玩遊戲時，往往着重如何透過遊戲令孩子在學術、語文及與人相處等方面有所得着。能寓學習於遊戲對孩子固然有好處，但其實孩子可能更需要家長全心全意跟他們在遊戲中體驗快樂。這樣做不但促進孩子的安全感，更有利於建立優質的親子關係。就讓筆者提供三個在遊戲時與孩子建立正向親子情的小貼士吧！

★ 放下批判

放下批判對一般家長來說，是一件很難的事。曾聽過有家長在遊戲時會指着孩子的積木砌成品說：「這可一點也不像（孩子想要表達的東西）！」或將不同孩子之間的表現作比較：「妹妹比你玩得更好！」有些家長習慣指出孩子的缺點和漏洞，是因為希望他下次做得更好。但其實在遊戲世界裏，並沒有絕對的對與錯、美與醜等準則。家長應學習放下批判，讓孩子可以安全舒暢地透過遊戲與家長交流。

★ 接納情感

情緒沒有對與錯之分，開心、興奮、生氣、傷心、害怕等情緒也是與生俱來的。在親子遊戲時間裏，家長可能會遇上孩子有不同的情緒。例如孩子在遊戲中輸了，可能會感到沮喪；孩子被人搶了玩具，心裏真的會生氣。此時，孩子最需要的是與家長在情感上的連結，而不是沒有溫度的教導。

試想像你是孩子，你會期望聽到父母對你說：「輸掉遊戲是小事，你可以再玩啊！輸掉便哭，其他小朋友以後不和你玩的了！」還是期望聽到「如果媽媽小時候輸掉遊戲，也會像你一樣不開心。媽媽明白你的心情。」接納和明白孩子的情感需要，才能令親子感情更連結！

★ 孩子主導

「好，這個遊戲需要你先坐好，聽我說遊戲規則……」家長在親子遊戲時間裏總是不小心主導了遊戲的內容和方法，讓孩子感到沒有選擇權。我鼓勵家長嘗試讓孩子在安全的範圍內擁有自主權，例如問：「孩子，你想用積木砌成什麼？」或者「我們有兩個活動，你想玩哪一個？」這樣做不但可以提升孩子的創造力和能力感，而且孩子也會感受到被尊重，亦因此學懂尊重別人。

遊戲，是親子之間的最佳橋樑。當家長能夠全情投入與孩子去「玩」，並幫助他們自由地表達自己的想法和情感時，家長與孩子的距離會拉得更近，關係會更親密，也有助孩子建立無比的自信心。

