

體藝活動多不勝數 如何選擇？



Q： 我的兒子今年開始讀幼稚園，眼見其他的父母都為子女安排很多不同的課外活動，想請問，究竟如何選擇合適子女的課餘體藝活動？托管形式的？還是潛能開發形式？注重學習成效，還是消閒玩樂的好？



A： 當家長為孩子選擇體藝課程，先要觀察孩子的性格、他們活動量的高低、生活的規律或對人對事敏感度等，不要一廂情願地為子女作選擇，甚至以內心補償的投射心態，要求子女學習自己沒有機會學習的課程。

興趣 + 能力的四種組合

可讓孩子多方嘗試不同活動，也要讓他們有放棄的自由。當孩子對活動開始厭倦，要求放棄時，家長可以留意：孩子是否不喜歡老師，或老師的教法、是否不適應學習方式、是否遇到班上有同學欺負他。

若確定不是那些因素，再看看孩子的學習狀況：假如孩子對某種體藝有高度興趣也具高度能力，那麼注意他的學習程度及師資的選擇；若孩子是高興趣低能力，那就當作興趣來培養，重點是培養孩子的欣賞能力。若孩子是低興趣高能力，就要想辦法激發孩子的學習興趣；若孩子是低能力又低興趣，就不要勉強孩子，可以嘗試尋找其他的興趣。

創意與心靈空間更重要

其實，孩子每天上課七至八小時，放學後可能要去補習兩至三小時，又或要參加體藝活動，回家

還要應付功課、備戰考試測驗，極可能已耗盡精力，連最富生命力的好奇心和創意都被扼殺。家長有否為孩子提供一點空間，讓他們無所事事地望著天上的白雲，發發白日夢，滋長無限想像力與創意？有否或讓孩子靜心探索自己內在的心靈，以感恩的心欣賞世界，以熱情的態度活出豐富的生命？這種空間是香港教育制度裡所缺少的，家長應為孩子營造這重要的空間。

小學至初中階段正是孩子人格發展與價值觀養成的關鍵時刻，亦是孩子有機會面對自己、體會世界，並且學會如何與他人相處的階段。因此家長可鼓勵這階段的孩子參加不同的團隊活動，例如：童軍、義工服務、團體活動等。在團體裡學習與人互動，並建立孩子的歸屬感、能力感，提升溝通能力和協作能力。孩子在群體中成長，漸漸發掘出興趣和潛能，這時候再視情況協助他們將興趣變成進深學習，再找專業的老師教導，因孩子產生興趣並有自信心之後，再栽培他們，效果會更為顯著。 **FB**

黃潔貞

輔導及行政經理
心暖心輔導中心

本專欄會將問題分為孩子情緒和管教、學習、健康、家庭及夫婦關係四大類，並會找相關專家解答讀者難題，歡迎立即到FAM《樂活.家》facebook(www.facebook.com/famworldhk)留言，或電郵至editorial.fam@enrichculture.com告訴我們。