

今期內容

- (一) 專題文章 (二) 生活錦囊
(三) 爸爸見證 (四) 男色花絮直擊報導
(五) 爸爸孩子遊戲室 (六) 男健百子櫃

序言：爸爸俱樂部第四期出版了，把一份「玩」得之情與大家一同分享，希望繼續將筆者的經驗與大家交流及分享，讓大家感受一份有型與無型的關愛！

(一) 專題文章

『玩』是今期的主題，以下將有四位爸爸從不同的角度和經驗，用文字分享他們對「玩」的看法及感受，請用心細看。



孩子如何遊戲最得益

作者：偉樂爸爸

孩子今年九月讀三年級了，在他成長的過程中，我和太太為他安排了不少的活動及訓練！孩子所有的生活細節，彷彿都隱然是有目的的訓練，若活動得不到效益便似沒有意義的！這是孩子成長過程中，我們加之于他身上遊戲的「意義」。

在這種爭分奪秒，訓練大於一切的謬誤中，當然少不了我和太太的參與。這種參與其實是有極大的無形壓力，大人難以抒懷開心，孩子也不會全情投入的！漸漸地我們體會到其實遊戲就是遊戲，所以就算要通過遊戲，去加強訓練效果也好，遊戲也要好玩，孩子要投入才最重要。而要令孩子更投入遊戲，父母的參與是極其重要的。

要知道，遊戲是孩子們認識世界、學習社會的一種形式，有利於他們的智力發展。我的孩子年幼時，非常嚮往成年人的生活，如：駕車、當廚師、當醫師、當老師……等“做大人的事”他都渴望參加。但受年齡所限，這是遙不可及的事。遊戲恰恰滿足了他實習成人活動的要求。我和孩子小時候玩的親子遊戲內容，都是些基本老老土土的形式！有模仿性遊戲：如學醫生看病。當孩子扮演醫生，穿上白衣，戴上聽診器，一本正經地給我扮的病人聽心臟、打針吃藥時，他們體驗了去醫院看病的全部過程，玩過這種遊戲後，孩子真去醫院看病時，就較不害怕或嚎陶大哭了。其次是智力遊戲：如玩 UNO、puzzle、分辨聲音等等。以紙牌為例，和孩子一起比賽，誰能最快地把相同色的牌一對一對的拿出來，這種比賽的形式有助於訓練孩子的記憶力。最多的是音樂體育遊戲：如：唱唱歌、賽賽跑、捉迷藏、在公園遊樂場玩玩或伴隨音樂做體操、隨音樂節奏打擊樂器等。這些遊戲將可發展孩子的動作，協調全身動作，提高音樂感、節奏感

我相信大部份家長都明白，遊戲有益於孩子的身心健康，而父母是孩子最早、最好、最友善的玩伴。不要只讓孩子之間玩，也要愛同孩子一同玩親子遊戲，不要封閉了孩子豐富生活的大門。父母應通過親子遊戲，指引孩子在遊戲中，學習到他們所缺乏的各種好的內涵。家長都應捨得撥出自己的寶貴時間，和孩

子一道做親子遊戲，持之以恆，而且要質量兼顧，不要一曝十寒，也不要敷衍了事。父母能參與的遊戲，不但可以使遊戲內容豐富，而且會使孩子更投入，更能從玩遊戲過程中得益。

其實隨着孩子成長，依附父母的時間也會慢慢縮短，趁他們仍肯拖着您的手，仍肯和您一起玩的時候，就要珍惜機會，留下美好的回憶。祝大家隨着多進行親子遊戲，和孩子的感情日濃，孩子的進步也越大！

「遊戲中玩出個關係」

天諾爸爸字

【玩】這個字在遊戲過程當中真是會令到大家彼此之間關係拉近，尤其是父親與孩子之間的關係。我是天諾的爸爸，兒子出世至2歲的階段都喜歡跟著女傭和媽媽一起玩耍，很少時間跟著我因工作太忙碌了。所以當我有空時間和兒子一起時，他總會用冷淡、陌生的態度對待我，這時我的心好似被把刀刺中一樣，感覺很痛及不舒服因為自己的兒子為甚麼這樣呀？後來太太解釋：「因你甚少時間與兒子相聚一起玩耍，所以你們之間的關係不但沒有密切反而逐漸冷淡。」自此之後，我會儘量騰空一些時間和兒子相處，那時正正協康會有些親子遊戲活動包括體能及思考方面；在遊戲過程中導師透過深入淺出的方式去教導爸爸怎樣與兒子一起在遊戲中作出訓練，不單止在中心玩耍學習，還可以將遊戲帶到家中；這樣兒子不但在愉快環境下得到適當的訓練，而且最重要是我和兒子之間在這段期間建立了很密切關係，使我內心真的很感恩和喜悅。

其實，孩子們在童年時都希望爸爸可以和自己一起玩耍，至於有發展障礙的孩子，我們作為父親更應該要花多些時間與他/她一起相聚(玩遊戲)，使他/她在童年時不致缺乏父【愛】，父親們也不會遺憾吧！

「活動」教學

作者:羅先生

很高興又和大家見面了，由於今期張姑娘的提示是寫關於開心的東西，順理成章就想在這裡分享一些開心的教仔心得，亦即是活動教學。

普遍來說，活動教學給人的概念是透過一些活動或遊戲來教導小孩子，讓他們有興趣地去學習一些知識。但我們可能存有疑問，活動教學除了提供活動給孩子們，同時間能否提供「好玩的活動」給我們？答案是可以的。首先要問自己(爸爸的角色)喜歡甚麼戶外活動？例如行山、踏單車、玩遙控模型(車、船、飛機)、打波(足球、籃球、乒乓球、羽毛球)、釣魚等。由於戶外場地所限，我揀選了遙控車、羽毛球和足球(原地踢足球)。活動由輕至重，例如活動一，遙控車；活動二，羽毛球；活動三，踢足球。每次約個半小時，好讓我和兩個孩子們(安安和文文)都能慢慢地適應，且每次大家都玩得很開心、很愉快。

以上的例子說出在我們設計活動或遊戲的時候，不要忽略自己，在整個過程中其實可以加插令我們開心的參與環節，久而久之，便會增添教導他們的推動力，作為弱兒的爸爸，一定會更加開心和充滿熱誠去教育孩子們。

每當家傭放假常被問道：「滿樂會不習慣嗎？」

我回答：「怎會！滿樂只需要有一個任其差遣和跟他玩耍的人便成。我是他的一件會發聲並能搓圓按扁的玩具，服侍大少爺正是我日常的任務…」

適當運用遊戲不僅可以增加親子關係，對體能、智力以至語言發展皆有一定幫助，然而如何能夠引起小朋友的興趣令其投入卻不容易。曾有家長褒獎道：「真羨慕你和滿樂玩得那樣開心，我的孩子一會兒便提不起興趣跑開了。」挾着十年的《玩伴》生涯，在此分享一些我在遊戲時用來吸引兒子的經驗，藉以大家互勉：-

投其所好

引起孩子的興趣最直接的方法莫過於玩一些他們喜歡的東西。滿樂很喜歡迪士尼巡遊，平常我們教他生詞如節日名稱很難會引起他的學習興趣，然而將它套在迪士尼上如《迪士尼“萬聖節”巡遊》、《迪士尼“中秋節”巡遊》等滿樂便會開心學習。所以和子女玩耍前請確定內容是他們的興趣而非家長自己的喜好。

放下身段

要子女在玩耍時投入，家長自己先要融入當中，沒有父母子女尊卑高低之分，大家都是對等角式玩起來便容易投入遊戲之中，除了身份，放下我們的「高度」也非常重要，家長和小孩身高的差異往往是他們眼神交流的障礙，所以和滿樂玩耍時總愛蹲着身子來適應他的高度，在過程中我便更能體會他的面部表情反應，如果覺得孩子不愛望你，「放下身段」可能令你有意想不到之回報。

聲情並茂

看過爸爸俱樂部創刊号【小丑】的朋友都知道做小丑是我服侍滿樂的慣常技倆，不單樂樂，我相信大多小朋友皆會被聲線有趣、動作誇張和表情卡通化的人物吸引，正如上文所述能引起小朋友的興趣對遊戲的成效非常重要，所以不要怕『肉麻』，和子女玩耍時嘗試提高你的嗓子並配以豐富的表情看看他們的反應會否有別從前。

胆大心細

小朋友須要從挫敗中成長，在遊戲當中我在可能的範圍我都會放手給滿樂嘗試，當他跌到或失敗時便給他鼓勵，倘若過份保護，恐防孩子受傷，這樣不好，那樣不要，投入情度必受影响。當然恰可「心細」還是需要。心細除了小心還有細心的意思。在和滿樂日常玩耍過程包括靜態的，如一起和他看影碟時，我盡可能也會仔細留意，因為這些細節往往能增進他語言溝通能力…

滿樂和一般語言障礙的小朋友一樣發音都不大準確，表達的能力較弱，加上性格怯懦，很多時當別人不明白他的句語時便容易放棄。然而他很愛找我說話，因為我是他私人翻譯員呢！記得某回太太告訴我滿樂整天說「愛問你」，她們猜了很多答案也不對，令樂樂很失望。我喚兒子說：「係唔係【艾蔓莉】呀？」，霎時間滿樂臉上流露喜悅表情，因為他已找到《知音人》了。假若沒有跟他看過『芝蔴街』，我又怎能聯想到【愛問你】便是『芝蔴街』裡的其中一個角色的名稱。

每一個小朋友都有其獨特的性格和喜惡，用那種遊戲技巧令他們投入其中實在不一而足，可是只要我們有着一份百折不撓的精神，一顆真摯關愛的心，「小姐」「少爺」們皆會樂於跟我們玩耍的。

(二)生活錦囊

玩甚麼

作者：李炳豪

一提到玩，大多數人不期然想到一群人在進行一些帶娛樂性的活動。在香港，熱門的玩樂有卡拉 OK、打麻雀、行山遊泳、遊船河、旅行、球類運動等等。簡而言之，都是一些動態的，集體進行的體能活動。這些活動或者對身體有益、或者能夠增進友誼，值得提倡，值得進行。

但是，在香港，靜態的活動似乎被大多數人忽略了。何謂靜態的活動呢？靜態的玩樂是心靈的活動，是個人單獨進行的活動。例如寫字、或者聽音樂、或者看看書。在香港這個步伐急速的社會，靜態的玩樂可以平衡疲累的身心，使自己處於一種真正的休息狀態。或者有人問：這些高深的玩意，不適合普通的人吧？其實不然，繪繪畫，寫寫字，並不等如求你做一位書畫家。只要你隨意的寫你自己喜歡的字（當然，基本的方法仍然要學一點的），畫你自己喜歡的畫，當你投入的時候，你的精神變得專注，整個人會很鬆弛，身心會達到一種休息的狀態。

又或者有人說：我沒有藝術細胞，這也沒有所謂，不想參與，也可以觀賞。香港有不少不錯的博物館、美術館。常常舉辦各類展覽。不想觀畫賞字的，可以參觀文物館、歷史博物館。不喜觀看舊東西的，可以看常有新事物的科學館。厭倦了這個小小地球的事物，可以到天文館看看無限的宇宙。一張家庭証、不過二百多塊，一家幾口，無限次進場，想看新的舊的，大的小的，悉隨尊便。尤其是我們家有「A 仔」的家長，除了讓孩子進行『動』的玩樂之外，無論為己或為了孩子，都應該常常帶他們進行『靜』的活動，一方面擴闊他們的視野，另一方面可以訓練他們的專注力，增強他們的觀賞力。」最後，有一點我覺得值得一提的是：這些活動，既便宜得來可以增廣見識，又不用長途跋涉，實在值得各位爸爸認真考慮。

(三)爸爸見証 - 海洋天堂



我看完呢套戲時，有一節令我有好大的感觸，就係大福學拖地時，果位爸爸情緒控制得好。雖然爸爸有發脾氣，但會好快就安慰兒子，「不要緊，我們慢慢來」。在這一刻是特別感動和讓我們學會到做父母怎樣去對孩子這種愛護，這是一部很好的電影。

彭生

在電影內，可以仔細描繪自閉症人士的特徵，例如重複別人的說話、喜歡把物件放得井井有條、固執地認為某樣物件應放在某個地方等等，使影片更加寫實，可以讓更多人認識自閉症人士的特徵。事實上，增加更多社區教育，實在可減少自閉症人士及家人的壓力呢！！

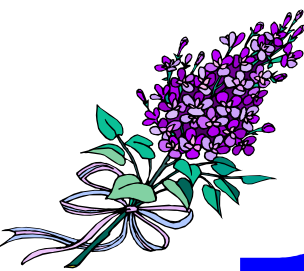
梁爸爸



看了電影後，應該會讓大家對自閉症有多點了解，對自閉症兒童的父母會多加一份諒解和尊重，希望作為家長的，也可以教導子女如何跟自閉症兒童相處，培養他們的同理心。

安安爸爸






我覺得《海洋天堂》全片的調子都是淡淡的，沒有特別高潮的劇情，令我印象最深刻的，就是父子情。好像大福患有自閉症，未能像正常人一樣有自理能力和表達自己感情，可是，為人父親的，還是默默付出，不問回報，只求當自己離開世上後，兒子能夠好好生活就夠了，正好反映作為自閉症孩子的家長心情！

德爸爸

王大福是一名二十二歲的自閉症青年，母親早在幾年前遇溺身亡。大福的父親王心誠在水族館工作，對兒子日夜照料，呵護備至，加上街坊街里心懷憐惜，常送上食物和玩具，兩父子過的日子還算快樂。然而，心誠心裡明白，他總有一天會離開大福，而這一日比任何人想的都要來得快.....

看罷七月四日這套電影 爸爸們又有何感想呢 !!!



非常感動，值得觀看。爸爸媽媽是要互相溝通教育小朋友是互動的，好感動王心誠是一位絕世好爸，我自問及不上，常想別人代為教導，自己仍要學習的還有很多。

陳爸爸

獨力撫養患有自閉症的兒子大福，心誠擔心自己離開世界後，大福會從此無依無靠，當他知道自己的生命進入倒數階段的時候，就四處找尋可以收留兒子的地方，但因為兒子已經廿二歲，特殊學校都容不下他。幾經辛苦，大福最終獲一所院舍收留，心誠又要教大福如何照顧自己，好像如何更衣、簡單煮食、在家中模擬坐公車，甚至學習拖地等工作技能，全片沒有刻意煽情，但作為家長我怎能不會「眼濕濕」。

莊生



(四)男色花絮直擊報導

心靈鬆一鬆 10/7/10

讓家長學習自我放鬆之技巧，輕鬆地面對生活的壓力

正向思想法 12/6/10

鼓勵家長從正向思想角度
找到自己及子女的優點，
從而肯定自我



(五)爸爸孩子遊戲室

透過唱歌，遊戲，讓孩子學習與人
溝通及合作 !!!!!

是大朋友同小朋友的天地



(六)「男健百子櫃」



要做好爸爸，可從教仔「十因歌」做起，

- ◎ 教仔第「一」要上心，細心留意多聆聽。
- ◎ 尊重仔女的「意」願，易地而處互體諒。
- ◎ 老婆不是萬能俠，有你「摻」扶才成事。
- ◎ 要讓孩子識獨立，莫要事事做阿「四」。
- ◎ 「唔」准不要掛嘴邊，聽聽仔女的意見。
- ◎ 「Look」到子女有進步，不要吝嗇開口讚。
- ◎ 嚴肅面孔放一邊，「七」情上面顯親情。
- ◎ 學校生活「八」多些，兩代溝通話題增。
- ◎ 孩子心事急舒解，不要積累太「久」遠。
- ◎ 子女期望宜恰當，「十」項全能不現實。

爸爸的信箱



歡迎你將 **喜樂** 與 **煩憂**
寄給我們！！！！讓我們一同分享與交流

海富中心
地址:九龍旺角海泓道海富苑海欣閣一樓



編輯工作小組成員：

天諾爸爸，偉樂爸爸，
羅偉忠，滿樂爸爸，
張雅麗，師奶爸爸 李炳豪



爸爸俱樂部 會員申請表格

爸爸姓名: _____
子女年齡: _____
發展障礙類別: _____
聯絡電話: _____
電郵地址: _____
所屬中心: _____
對小組的期望: _____

申請辦法:
請填妥以上的表格交回或傳真 2784 1194 至海富家長資源中心，歡迎致電 2777 5588 向海富中心社工查詢。