



親子桌遊好好玩 呂芝青

每年輔導室舉辦親子桌遊講座，不僅受家長及孩子喜愛，而且造成熱烈迴響。感謝講師林佩玲心理諮商師說明桌遊的樂趣及指導家長和孩子玩桌遊。

我們知道「滑世代」的來臨，大家隨時隨地看手機，滑手機，當了低頭族，造成人們之間情感冷漠。在家庭方面，親子之間少了彼此的溝通，造成關係疏離，我們可以藉由桌遊來幫忙。親子共玩桌遊有什麼好處呢？

1. 全家一起玩桌遊，不僅父母可陪伴孩子，拉近親子之間的情感，而且藉對話中發覺孩子的個性及其反應，強化孩子的優點，引導孩子要修正其缺點，使孩子在觀念行為上更加進步。
2. 透過桌遊玩樂互動中，孩子學會輪流、等待、懂得尊重遊戲規則及其他玩家，知道在對的時間做對的事情。
3. 讓孩子學會面對輸贏及容忍挫敗。父母發現孩子對遊戲不滿，脾氣不佳，說出情緒字眼時，父母趁機要教導孩子，輸時不要一直抱怨，有時也是靠運氣而獲勝，最重要是懂得享受玩樂的過程。
4. 有些桌遊是以合作為目的，遊戲者互相分組，組員們一起討論、合作，共同達成一個任務。增加了孩子的興趣，還學習到了團隊合作的觀念與樂趣。
5. 桌遊比其他休閒活動，來得經濟實惠，因為不用花很多錢，隨時隨地全家都可玩在一起。

輔導室希望藉由親子玩桌遊的活動，讓大家減少盯著電視與手機，促進家庭成員彼此的了解，增加親子之間的良性互動，增進家庭和諧的氛圍。

