

孩子沉迷電腦遊戲，怎辦？

前言

我的兒子正就讀中二，向來名列前茅的他，早前突然對我說：「我不想讀書了，讀書有什麼價值呢？同學們欣賞的，多是那些在運動或者音樂方面有出色表現的同學，我在此兩方面的表現都較同學遜色。況且，我班的男同學多喜歡玩籃球或到網吧玩電腦遊戲，我感到很難融入他們的圈子當中。」

曉以大義和作出建議

我於是便向兒子曉以大義，重申讀書的重要性，並建議他為自己定下目標和將來的方向，但他只能概括地道出自己較喜歡在數學和理科方面發展。我又建議他參加青少年中心的籃球班，以便與同學一起玩籃球，建立關係。但他對球類運動的興趣不大，所以不接受我的提議。

其後數星期，兒子經常於放學後數小時才返家。最初他推說到同學家溫習功課，經我再三追問下，他才說出放學後與同學到網吧玩電腦遊戲。當我知道他說謊後，即時感到非常憤怒，本想把他狠狠地教訓一頓，但我結果選擇了以下的處理方法。

與孩子一起解決問題

我對兒子說：「我知道你很喜歡玩電腦遊戲，也瞭解你希望得到同學的認同，但是過份沉迷電腦遊戲會影響學業。我們可否一起商討兩全其美的解決辦法？」兒子回答：「我可否一星期騰出兩天時間與同學到網吧玩，其餘的時間則留在家裏，以網上連線的方式與同學玩網上遊戲？」我繼續問：「那麼，你如何平衡玩電腦遊戲和溫習功課的時間呢？」兒子回答說：「我放學後先用兩小時玩電腦遊戲，稍為休息後便做功課，然後再於晚飯後溫習課本。」我再提出問題：「如果放學後有課外活動，如何處理？」兒子回答：「我便取消玩電腦遊戲的時間。」我說：「好，就依照你的建議去做。」其後，兒子便按著他的計劃去做。期終考試後，他不但能保持原有的學業成績，與同學的關係也更為密切，現在，他更成為電腦遊戲的「霸主」，所向無敵。

給父母的話

從以上的例子中，我們可以看到尊重孩子的重要性。當我得悉兒子沉迷電腦遊戲，卻不肯花時間溫習功課和參與更有「意義」的課外活動時，著實傷心了一段時間。後來，我嘗試從兒子的角度去看問題。兒子在運動方面的天份不高，而他的潛質是在邏輯思考方面，在電腦遊戲設計攻略的過程中，正好發揮了他的潛能，增強了他的成功感和滿足感。再者，遇到問題時，父母不應勉強要求孩子服從自己的意見，應和孩子一同商討解決辦法。在商討的過程中，父母能幫助孩子發揮創意，讓孩子學習從不同角度去思考和解決問題，況且孩子會更有動機去實行自己想出的解決方法呢！

資料來源：香港城市大學社會科學學部講師 郭黎玉晶

本文轉載自：聖公會聖基道兒童院有限公司 - 健苗軒 網頁