

父母子女俱乐部第一百三十四次子女教育活动

关于适度控制电脑游戏和网络短信的讨论



Video / Computer Game Rating

E: Every one

EC: Early childhood

E10+: Age 10 and older

T: Teenagers, 13 and older

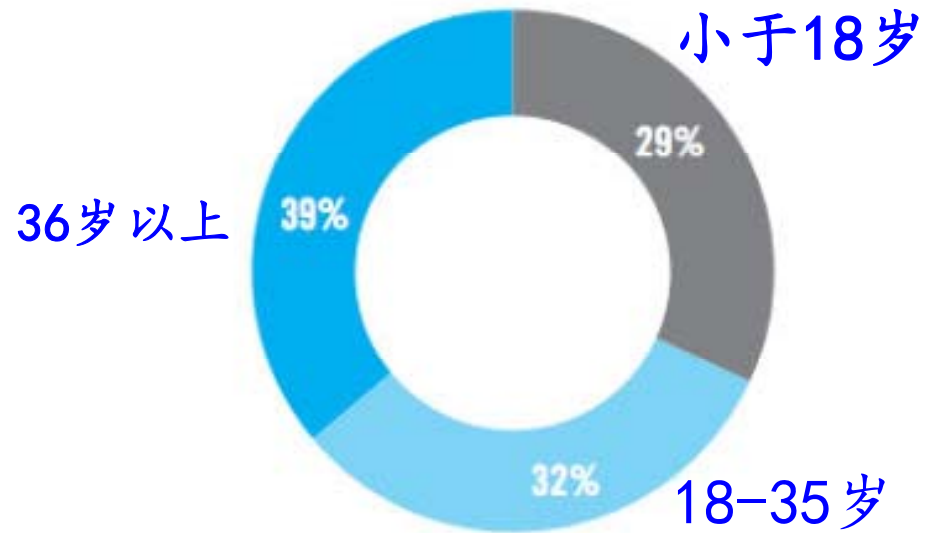
M: Mature, 17 and older

A: Adults, 18 and older

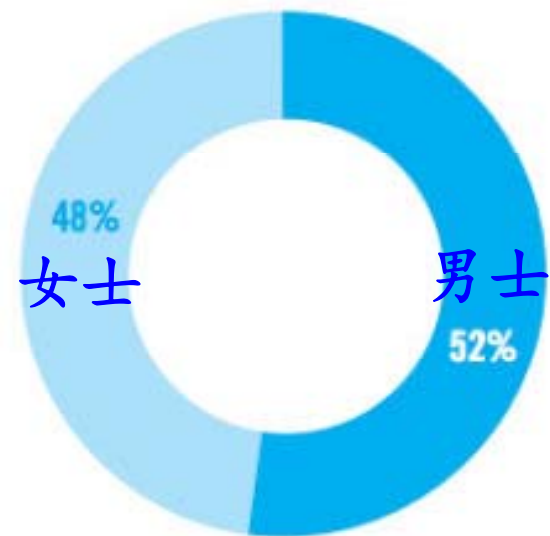
Cell Phone Apps:



The average game player is **31** years old



AGE
of Game Players
29% under 18 years
32% 18-35 years
39% 36+ years



GENDER
of Game Players
52% male
48% female

过度玩电脑游戏的潜在危害：

- 玩电脑成瘾，使孩子失去对其它事物的兴趣
- 影响孩子的学习及睡眠时间，失去健康成长的基本条件

玩游戏的时间限制

每周不超过6小时

电子游戏种类的推荐

具有艺术性，创造性，策略性，免费



- Kids' choice awards 2013-2015
- By 2014 Feb, 100 million users
- One of the best-selling video games of all time



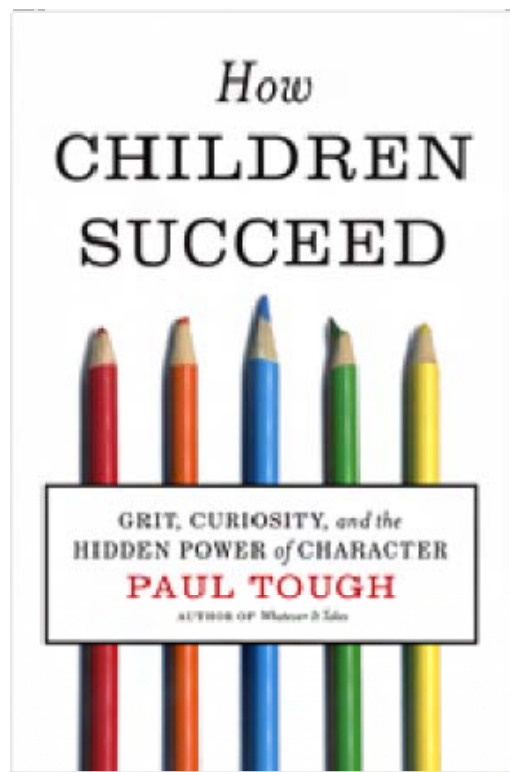
- Best technology, best visual art, best game design, most played game
- Top 25% of all technology companies
- 27 million /day, 75 million concurrent playing at peak time

电子游戏的潜在益处 - Top 10 List

1. 发挥创造力和想象力，不断刺激大脑
2. 培养独立解决问题的能力，学会合理安排资源
3. 训练团队精神，促进相互合作，增进同学关系
4. 磨练毅力，增强耐心，提高自制力(成功要素)

孩子怎样成功的7大要素

Paul Tough



1. Grit – 坚韧
2. Self control – 自制力
3. Curiosity – 好奇心
4. Passion – 热情
5. High EQ – 高情商
6. Optimization – 乐观
7. Gratitude – 感恩

电子游戏的潜在益处 - Top 10 List

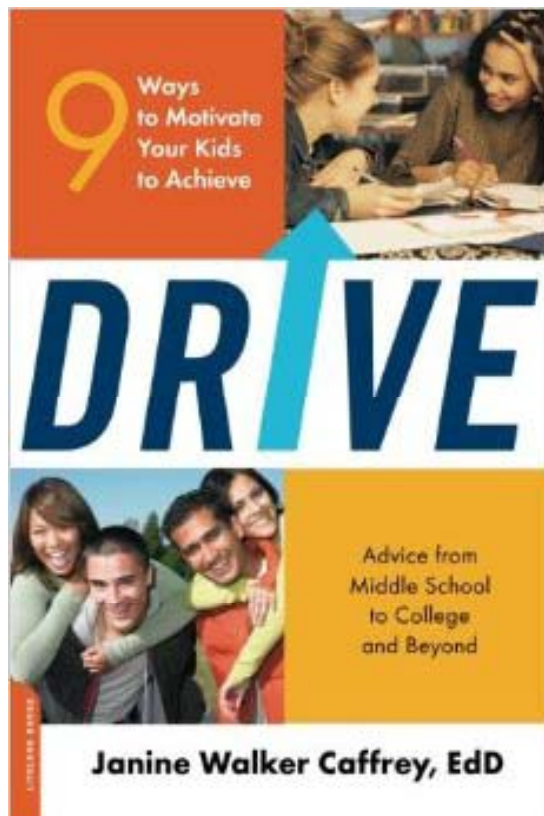
5. 玩具与时俱进，与现代新技术接轨，促进学习新技术的兴趣
6. 了解历史知识，理解人物特性，增强记忆力，提高阅读及打字速度。
7. 学会multi-task, 适应现代生活节奏。
8. 激发对音乐和艺术的兴趣
9. 体会将来全新的工作种类及应用
10. 对未来世界的展望及适应

帮助孩子控制玩电脑游戏的几点建议

- 找孩子有兴趣的好书看
- 安排其它有意义的活动，增强对其它事物的兴趣（体育，音乐，艺术，童子军，等等）
- 安排与学校课程无关但对孩子独立生活有帮助的暑期活动。最好是一星期以上外宿夏令营，没有上网机会，如童子军活动。
 - 童子军的好处：
 - 公益活动，关心他人，扩大视野
 - 独立生活能力，团队精神，吃苦耐劳
 - 融入美国社会，与美国人同吃，同住，同玩
 - 学习多项校外科目，掌握生存技能，救死扶伤
 - 培养社交及组织能力，学会自己设计项目计划，带领队员完成任务，写项目总结报告，接受考核及口头答辩。

9 Ways to Motivate Your Kids to Achieve

By Janine Walker Caffrey, EdD

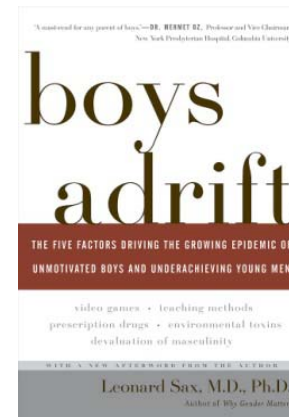
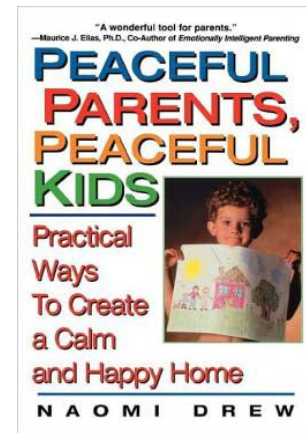
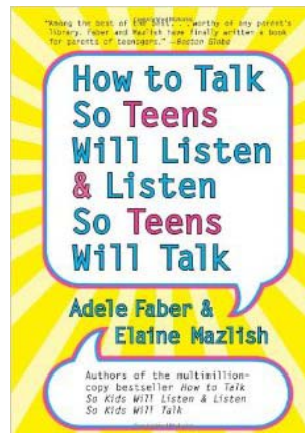
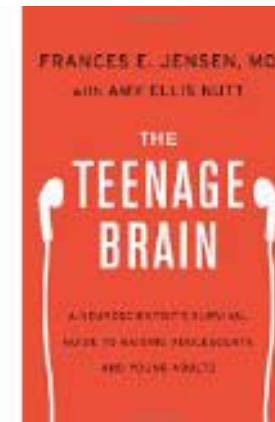
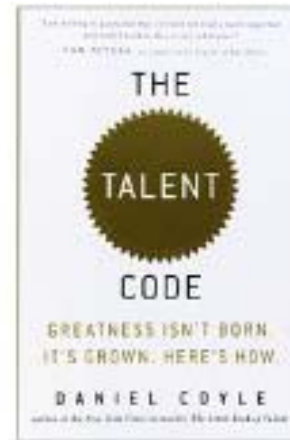
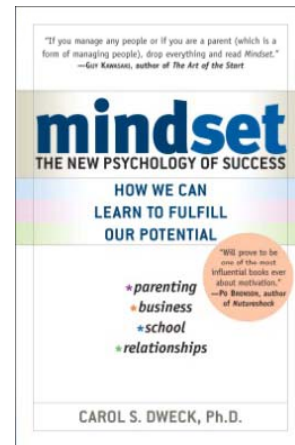
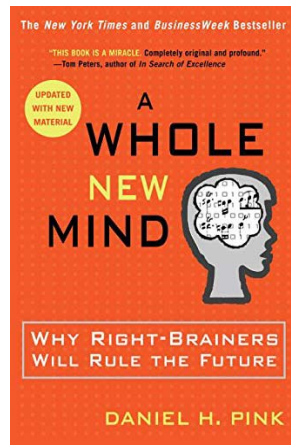


1. Be a Pathfinder
2. Increase Risk
3. Decrease Rewards
4. De-schedule
5. Reduce Comfort
6. Delay Gratification
7. Encourage Accomplishment
8. Control the Crowd
9. Create a Sense of Purpose

帮助孩子控制玩电脑游戏的几点建议

- 与孩子建立良好关系，有足够的感情投资
 - 耐心倾听孩子说话
 - 避免不必要的斗争，站在孩子的角度替孩子着想
 - 多从正面鼓励，少用负面词汇
- 和孩子一起协商游戏时间，制定和修改合理可行的计划。双方遵守合同。该严格的时候就严格。可灵活的时候也可适当放松。
- 孩子配合，用计算机技术协助控制时间。
- 父母要有勇气对孩子放手，给孩子有成就感的机会。对孩子的信任，就是给孩子增加自信心，使他们最后能够真正掌控自己的生活。

Reference Books



Web Links:

Dr. Leonard Sax's web site

<http://www.leonardsax.com>

www.leonardsax.com/pcg.pdf (presentation handout)

Web links about play:

http://www.ted.com/talks/stuart_brown_says_play_is_more_than_fun_it_s_vital?language=en

E时代：孩子真的要输给网络了吗？

<http://www.overseaswindow.com/node/14769?from=singlemessage&isappinstalled=0>

关于孩子玩电脑的讨论

<http://www.anniekids.com/forum.php?mod=viewthread&tid=14289>

Secret to Helping Children Succeed

http://www.familiesandwork.org/blog/secret-to-helping-children-succeed/?utm_source=streamsend&utm_medium=email&utm_content=22827111&utm_campaign=Secret%20to%20Helping%20Children%20Succeed

感谢

父母子女俱乐部的志愿者们

- Tracy 高
- 黄敏
- 戴庆红
- Bonnie Zhang
- Sandra Liu
- Angela Chiu
- Joy Zhao

在座所有的父母们