

遊戲對兒童發展來說不可或缺，能令兒童有效學習，促進孩子身心健康發展。同時遊戲也是兒童的語言，透過遊戲表達其經驗、感受及願望，然而，家長如何透過親子遊戲來理解兒童的內心想法呢？

講者施倩俐姑娘講解了兒童遊戲輔導的重要性，並教導家長如何運用以兒童為本的遊戲輔導方法，讓孩子透過遊戲探索表達自己原本未能表達的想法、感受或渴望。家長可以藉此了解孩子的內心世界，更加明白怎樣扶助孩子，改變日常相處的模式，建立更深厚的感情連繫。例如，當孩子在玩角色扮演遊戲時，家長可以觀察孩子的行為和言語，並用說話的方式描述孩子所扮演的角色、所處的情境和情節，進而了解孩子的想法和感受。

另外，施姑娘亦詳細示範及介紹兒童遊戲輔導的五大基本技巧及運用 ACT 與孩子設立限制：

### **兒童遊戲輔導的五大基本技巧**

1. 追蹤行為/反映內容：用說話描述兒童具體做出的行為/故事的情節
2. 反映情感/渴望：說出對兒童情緒/渴望的觀察及了解
3. 描述能力：描述所觀察的能力
4. 處理失敗：將失敗歸因於外物或注意「成功」的部份
5. 設立限制：ACT 設限方式

### **A C T 設限方式**

1. 說出子女的負面感受 (Acknowledge feeling)  
例：「我見到你…/我知道你好想…（停頓）」
2. 傳達限制/規矩 (Constraint)  
例：「…，但係之前講過生日或者我覺得你乖先會買玩具」
3. 提供其他可行選擇 (Target alternative)  
例：「…你可以揀去公園玩或者等多一個月你生日就可以買玩具」

這些方法能夠幫助家長更好地了解孩子的內心世界，從根源上解決問題行為，與孩子一起尋找解決問題的方法，建立更深厚的感情連繫。