



## 搞定數位小孩

蓋瑞·巧門、艾琳·培利坎 著  
林淑鈴 譯

出版社/遠見天下文化  
出版年/2015  
ISBN/9789863208594  
定價/300  
主題/親職教育

科技的世代來臨，父母身處在全新時代，孩子是數位原生代，父母卻是數位新移民，父母在教養孩子要面臨數位科技的全新挑戰，兩位非常重視家庭和人際互動的作者，在書中提醒父母留心3C產品對於孩子的人際或親子互動時光可能造成的減損，進一步呼籲父母讓孩子的房間成為零數位區、將孩子的休閒時間安排遠離螢幕的活動並且讓孩子告別數位保母，父母自己也應以身作則，回到家中遠離數位，父母教養並非討好子女，在必要時，父母必須拿出魄力和耐力引導孩子做出改變，書中也提出培養孩子五種人際技能的方法，包含情感的付出和接納、表達感恩、管理怒氣、勇於認錯和集中注意力等，全家一起打造以人為核心的家，把家找回來。(陳若琳)