2026.11.03

友善家庭職場講座(技鋼)~ 3C世代的親子相處錦囊



技嘉友善家庭講座於11/3舉辦「3C世代的親子相處錦囊」，特別邀請米露谷心理治療所臨床心理師暨輔仁大學學生輔導中心心理師楊淯惇老師，帶領同仁認識3C世代孩子的成長需求，以及數位科技對青少年可能帶來的正負向影響。

面對手機、平板已成為孩子生活中不可或缺的一部分，家長如何訂定合適的3C使用規範，同時兼顧孩子的需求與家庭界線，往往成為親子間常見的衝突來源。課程透過實際案例與情境討論，協助家長掌握與孩子互動及溝通的技巧。

楊老師也分享如何在「同理與支持」孩子的同時，堅持家庭規則與使用界線，讓管教不只是責備，而是建立理解與信任。透過實用的親子溝通方式，陪伴家長在數位時代中找到更適合的相處模式，讓親子溝通更順暢、家庭關係更融洽。

















