

在家學習一頁紙：青春期前（10-12 歲）

每天可以做的事

- 寫功課的作息由孩子自己執行，你在附近，有問題可以問。
- 用自我測驗來讀書：闔上書、回想、對答案。
- 一次練一點，分散在一週裡，不要一次練很久。
- 每天讀點課外書，孩子自己挑。
- 問孩子想法和努力的過程，不只問分數。
- 睡眠：每天 9-12 小時，3C 產品不進臥室。

可以這樣聊

「你想先從哪一部分開始？」

「把書闔上，跟我說你還記得什麼。」

「你用了什麼方法？下次想試試什麼？」

「你今天讀到什麼讓你覺得很意外？」

少做這些

- 幫孩子寫，或每一題都檢查。
- 把「你好聰明」當成主要的稱讚。
- 考好給錢，或為孩子本來就喜歡的事給錢。
- 晚上臥室裡有螢幕。