好聞好文分享

- **原來 3C 容易上癮的原因與「多巴胺」的分泌有關？**3 個讓孩子不再狂刷短影音、放下手機的解方提案！「家長的正向陪伴」原來有這樣積極的功效！黃之盈心理師｜黃瑽寧醫師健康講堂
  影片連結 https://www.youtube.com/watch?v=uA1x1aeOqTk

- **孩子從小就是低頭族，滑手機影響學習能力？｜滑掉學習力｜**公視 #獨立特派員 第 786 集 20230201
  影片連結 https://www.youtube.com/watch?v=xoCSz-Md5Lg

- **我的孩子被手機綁架，該怎麼辦？**

  by 嚴周彥君 臨床心理師-心風景心理治療所（親子天下嚴選）
  如果孩子沉迷於手機，完全不想花心思在學校課業和家庭裡，除了手機以外，什麼事也不想做；如果管控他的使用狀況，就會非常生氣，甚至把東西亂摔亂丟。請問可以怎麼辦呢？
  https://www.parenting.com.tw/article/5089042

- **家有青少年，如何才能好好跟父母講話？親子間如何建立融洽的依附關係？**吳志文老師｜黃瑽寧醫師健康講堂
  影片連結 https://www.youtube.com/watch?v=_25Dy705VXo

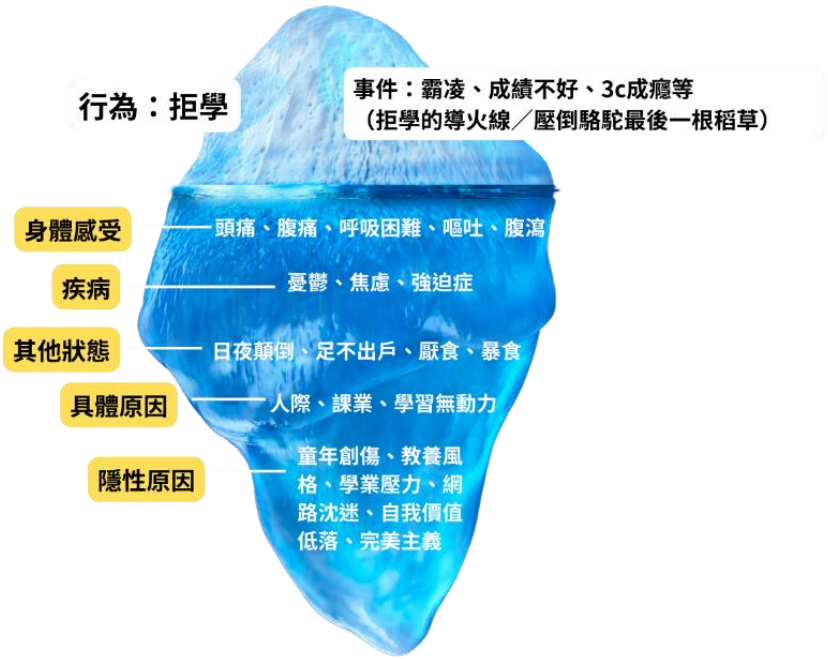
■ **親子天下「青少年拒學之籠」**https://reurl.cc/2jQ1dn

｜ 拒學困境 ｜

疫情前後，世界各國都有一群
數量不斷增加的孩子
「拒」絕上「學」。

美國全國在 2021-22 年間，
超過 1,400 萬學生達拒學標準。
台灣高中職休退學比例，
10 年來成長了 80%，
日本文部省統計，
中小學已逼近班班都有拒學生。

孩子拒學，就像困在心裡的牢籠。
冰山上是拒學，冰山下卻原因複雜，
為何學校成為愈來愈多學生
踏不進的禁地 ？



拒學冰山