

家長有準備



在家才不會崩潰

劃地為王



和小孩溝通自己的辦公區域，他有他玩遊戲的區域，你也有你辦公的場所。大家若在自己的範圍中，就不能去打擾對方。

安排行程



培養雙方生活 tempo 的默契，盡可能地讓生活有規律，三餐都事先想好要吃什么，減少這些苦惱三餐要吃什么的時間，絕對讓你做起工作來更得心應手。

家事小幫手



爸媽可以在這個時候請孩子當救援小英雄幫忙做家事！找些簡單的事情讓孩子動手，除了可以解決孩子打擾你工作的氛圍外，也能讓孩子學習當家庭的主人，為自己的生活負起責任。

夫妻同心



安排好辦公時段、彈性的分配每日家事，都能讓整個家庭的運作，更流暢且較無紛爭。若情況允許，可以安排輪流陪伴孩子，讓另一半能專心工作，提高在家工作效率！