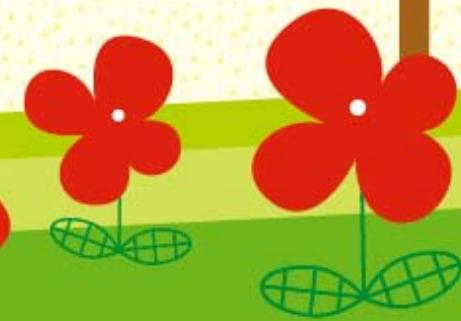




幼兒成長系列



長鬆教子誌



深水埗區議會贊助



目錄

序言.....	3
幼兒成長的階梯.....	4
父母管教基本法.....	16
賞罰的藝術.....	17
親子溝通有妙法.....	20
管教Q & A.....	21
社區資源.....	26



序言

孩

子處於成長學習階段，有許多事情都要依靠父母的悉心照顧及教導，協助他們建立健康的身心、情緒發展、以及良好的人際關係。在成長的過程中，孩子做錯事是在所難免的，若父母懂得以正面的態度、方法去面對及處理孩子的問題，他們不單可以從父母身上學習到體諒及包容的重要性，更學會從錯誤中學習，提升自省的能力，這樣孩子才有機會健康快樂地成長。

協康會一向致力為不同潛質的兒童提供專業訓練及家庭支援服務。有見深水埗是較多新移民、低收入、雙職父母家庭的聚居地，故在過去的十年間，在深水埗區議會的支持下，本會先後推出以關注兒童成長發展及家庭和諧為主題的社區計劃，例如「躍動的心」專注力失調/過度活躍症社區教育計劃、「關心兒童發展，共建共融社區」社區支援計劃、「做個積極快樂的父母」深水埗社區和諧計劃等，以配合區內人士的需要。

本會衷心感謝深水埗區議會的再次贊助，以及深水埗區議會長者及康復服務工作小組的支持，攜手推行「叻GO幼兒成長計劃」，並出版此小冊子，讓家長及同工可以認識兒童成長的里程，掌握幼兒成長常見問題的處理原則及方法，以及提升大眾對兒童發展障礙的認知，以便有需要的家長盡早在社區內找尋合適的支援服務。

趁此機會，祝願大家，能如小冊子內所提及的，以「身」、「心」關愛孩子，共同建立一個充滿「愛」及「和諧」的家庭。



曾蘭斯
協康會總幹事
二零一零年三月



幼兒成長的階梯

當子女呱呱落地的時候，相信每一位父母的心願都是希望子女健康、快樂地成長。但隨著年月日的過去，子女日漸長大，大家的「願望」也隨之而增多，希望子女健康之餘，更希望他們能夠「追得上」學習，將來可以「學有所成」。

古語有云：「玉不琢、不成器」，我們相信如果要把孩子琢磨成一塊寶玉，父母必須先由了解他們開始。只有恰當的認識，才可以對他們有合理的期望，有效地培育子女。
你對子女的發展情況及需要認識嗎？不妨參考下列的資料。

【0-1歲】

智能發展

- 眼睛會跟著移動的物體
- 會伸手摸發聲或旋轉的玩具
- 會找尋從他跟前消失的物品
- 聽到身後響聲，頭會轉向聲源
- 把東西放進容器中，再把東西從容器中倒出來
- 用方法拿取距離自己較遠的玩具(如：用繩子把車子拉近)

社交與情緒發展

- 當熟悉的成人靠近時，臉會轉向成人或對成人笑
- 會伸手取放在成人臉上的東西，如：毛巾
- 會玩躲貓貓的遊戲或當成人把臉遮住再出現時，會發笑
- 聽到有人叫他的名字時，會找尋呼叫的人

語言發展

- 尋找聲音的來源
- 對自己的名字作出反應
- 有意識地發聲來與人溝通



大肌肉發展

- 當成人雙手抱嬰兒盆骨，並向前傾斜時，嬰兒能主動伸手按地(6個月)
- 坐地時，能保持平衡30秒，亦能用雙手嘗試取玩具(7-8個月)
- 能保持四點跪，並伸手向前取玩具(9個月)
- 獨自站立5秒(9-12個月)
- 扶著傢俱，由坐姿至站起(10-12個月)

小肌肉發展

- 手能主動地向著物件伸展
- 利用掌心去抓握物件
- 伸直食指按物件(泥膠)
- 把物件放入盛器中及拿出來

生活技能發展

- 能吸啜奶瓶內的液體
- 能合唇取匙羹上的食物入口
- 在成人協助拿著杯時，懂得用杯進飲



【1-2歲】

智能發展

- 能逐頁翻看圖畫書
- 能用手探索有趣的物件(如：摸、拍、扭)
- 用一些較複雜的動作達到目的，例如：一手揭起小手巾，一手拿起毛巾底下的食物
- 明白一些物件的名稱，例如：問兒童「鞋鞋呢？」，兒童可以指出來
- 至少能指出身體的三個重要部份
- 能將兩塊形狀板放入形狀板孔內(圓形及正方形)
- 會嘗試用不同的方法解決問題，例如：拿出放在小盒內的食物

社交與情緒發展

- 會模仿別人曾經做過的動作或行為，例如：用毛巾抹桌子
- 會朝著成人手指的方向望去
- 在成人提示下，會向別人打招呼或分享食物
- 能依從簡單指令，如：「俾我」、「坐低」、「拿玩具俾我」
- 與別人一來一往地玩，例如：玩推波

語言發展

- 說出物件、人物及動作的單詞，例如：波、媽、抱
- 明白物件的名稱，例如：包、狗、鞋
- 明白環境性指令，例如：「將紙巾掉入垃圾筒內」
- 明白與物件功能相關的動作及物件的名稱，例如：「邊樣要嚟飲水？」

大肌肉發展

- 能自行爬上、落樓梯
- 站立時能彎身拾起地上的物件
- 能保持蹲下的動作30秒
- 能穩定地向前步行

小肌肉發展

- 用拇指及食指頭相向地拾取小物件(如提子乾)放入小瓶中
- 把兩塊積木疊高
- 用蠟筆在紙上隨意塗畫(任何一種握筆法)
- 雙手拉開物件，如：泥膠、較鬆的插拼玩具
- 把兩個圓形杯套起來

生活技能發展

- 能用手指把食物放進口中
- 能用吸管啜飲
- 能咀嚼固體食物
- 能用手勢或聲音表示如廁需要
- 能雙手把褲子拉下



【2-3歲】

智能發展

- ・會指出一些已學過圖片的名稱(橙、提子、巴士、公仔)
- ・能配對四種顏色(紅、黃、藍、綠)
- ・能配對三種基本形狀
- ・能模仿橫向排列3塊積木
- ・由1數到3
- ・能說出物件名稱(花、太陽、船)

社交與情緒發展

- ・在成人提示下，幫忙做簡單的家務，例如：收拾玩具
- ・會與別人玩家家酒或捉迷藏等遊戲
- ・能回答「你叫什麼名字？」、「你今年幾歲？」等問題
- ・能辨認生活環境常見的設施，如：麥當奴、地鐵站等

語言發展

- ・說出形容詞，例如：大/小、污糟/乾淨
- ・明白兩部份指令，例如：擺蘋果係呢度、拍手及摸鼻
- ・明白簡單問句，例如：「有冇、係唔係、乜嘢」
- ・說出雙詞或三詞短句，例如：飲橙汁、媽媽切蘋果

大肌肉發展

- 雙腳向前跳4吋，並保持平衡
- 雙腳跳過離地2吋高的繩
- 用雙腳由4吋高平台跳下
- 在6吋闊平衡木上雙腳交替步行
- 自行兩步一級上落樓梯

小肌肉發展

- 把7-8塊積木疊高
- 把兩粒1.5厘米的大珠子串起來
- 把書一頁一頁地翻動
- 以手指持蠟筆(前三指握筆法)摹擬畫圓圈

生活技能發展

- 能握匙羹從碗中舀取食物進食
- 能自行用杯進飲而不弄瀉
- 能安坐便盆如廁
- 能脫下簡單衣物，如：襪子、鞋、褲子、外套等

【3-4歲】

智能發展

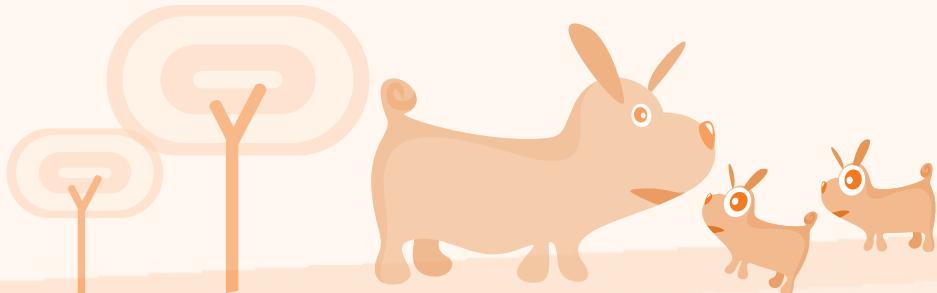
- 能辨別男仔、女仔
- 能指認簡單形狀，例如：長方形、正方形、圓形
- 能辨認常見顏色，例如：紅色、黃色、綠色、藍色
- 由1數到10
- 選擇方法達至後果，例如：切橙要「用刀」
- 明白「上面」、「下面」的意思

社交與情緒發展

- 能依從吩咐，如：取積木給媽媽
- 會適當地向別人說「多謝」、「唔該」、例如：別人給他食物時會說「多謝」
- 明白別人「生氣」、「開心」的原因，例如：弟弟哭因為他的車子不見了
- 能回答有關家庭問題，如：「住在哪裡」、「家中的電話號碼」

語言發展

- 說出三詞或以上句子，例如：「貓跳上電視機度」、「爸爸搭巴士返工」
- 運用連接詞，例如：同埋、然後
- 發問不同的問題
- 明白類名詞，例如：文具、水果、玩具
- 明白三部份指令，例如：「擺積木喺床上面」/「哥哥要餅同埋糖」



大肌肉發展

- 跨過一呎闊的距離
- 跑向並踢動固定球5呎
- 單手可拋網球3呎
- 雙手持托盤步行10呎而不弄翻盤上的杯子

小肌肉發展

- 用剪刀剪斷5厘米(2吋)寬的紙條
- 摸擬畫三角形
- 在一厘米直線範圍內畫線不出界
- 能雙手協調扣合大鈕扣

生活技能發展

- 用匙羹進食、大致保持清潔
- 如廁後能沖廁
- 能穿、脫簡單衣物，如：襪子、鞋、褲、開胸背心等
- 能開關水龍頭



【4-5歲】

智能發展

- 能取出10件以下的物件
- 明白「前面」、「後面」或「旁邊」的意思
- 能填寫20以內缺失的數字
- 辨認常見的形狀(圓形、正方形、三角形、星形、長方形、心形)
- 能說出9種顏色名稱

社交與情緒發展

- 能傳達簡單口訊，例如：告知媽媽下次要帶毛巾盒
- 能在遊戲中模仿扮演爸爸、媽媽或其他成人的模樣
- 能與小朋友輪流玩遊戲

語言發展

- 明白生活化的「點解」問句，例如：「點解要飲水？」
- 明白笑話及相反詞
- 明白及複述簡單故事
- 懂得基本的電話對答

大肌肉發展

- 單腳站立5秒，身體保持穩定
- 跨跳向前兩呎
- 雙腳跳過高度及膝的橫欄
- 雙手接由6呎遠拋至雙手位置的8吋膠球
- 能單手下手拋網球至4呎遠、2呎 \times 2呎的目標

小肌肉發展

- 能雙手拼合較緊的插拼玩具，如：力高積木
- 能仿畫簡單圖形，如：「十」、「口」、「X」
- 能用剪刀沿直線剪約8厘米
- 能一手握洞洞板，一手握繩穿

生活技能發展

- 能用筷子「扒」食物入口和夾食物
- 能穿、脫T恤，背心內衣等日常衣物
- 能粗略地扭乾毛巾及用毛巾抹臉
- 能用牙刷擦牙及用清水漱口



【5-6歲】

智能發展

- 能畫出簡單人或動物圖畫，並說出這些畫的名稱
- 用數手指的方式，做5以內的加和減
- 能挑選「一個」和「半個」
- 能說出自己的生日是幾月幾日
- 能將相同性質的物件放在一起，例如：水果、動物、衣物

社交與情緒發展

- 在成人要求下，參與學習活動時，能保持安靜
- 因故要離開課室時，會徵得老師的同意，如：舉手表示去廁所
- 可獨立完成習作，而無需成人隨時注意

語言發展

- 理解成人的說話
- 掌握成人說話的句式
- 能推理及思考事件的原因，例如：「點解佢走得咁快？」
- 運用語言作抽象的思維活動

大肌肉發展

- 單腳站立10秒，身體保持穩定
- 單手把網球擲地，並用同一隻手接回
- 單腳連續跳八次(左右均需完成)
- 左右手輪流拍氣球向上四次
- 連續單手拍籃球三次

小肌肉發展

- 能用剪刀剪出圖形
- 能在邊長約2厘米的方格內寫字而出界(如花、狗)
- 能用尺子畫長線10厘米

生活技能發展

- 大便後能自行用廁紙清潔
- 能分辨衣物的底面、前後、左右
- 在成人少許協助下，能自行洗澡、塗抹潤膚膏
- 能簡單地整理自己枕頭和被舖

倘若發現子女的發展能力與同齡兒童有顯著的差距，便應盡早安排他們到母嬰健康院或兒科醫生作檢查，以確定需否轉介往兒童體能智力測驗中心接受全面的評估。



父母管教基本法

時常聽到家長們訴說子女的「過份」行為，他們用盡各式各樣的方法，軟硬兼施均不能令子女「變乖」。作為父母，固然感到百感交集，既憤怒，又無奈。深究箇中原因，往往是父母未能有效執行管教基本法。

管教基本法法則

• 明確要求

父母必須對子女有明確、清晰的要求，讓子女知道哪些行為會被接納，哪些行為則不為父母所接受。

• 堅定立場

當子女所提出的要求被父母拒絕時，他們大多會苦苦哀求，或大聲哭鬧，務求令父母心軟或感到尷尬。遇到這種情況的時候，父母除了要簡單、直接、明確地向他們解釋被拒絕的原因外，更重要的是要言出必行，不論子女怎樣哭或哀求，父母亦要堅持立場。如果要緩和氣氛，可把子女帶離現場，或借其它事物轉移其注意力。

• 遵守承諾

當子女被拒絕而表現得不快時，相信父母會採取容忍的態度去安慰及勸解子女，但若仍未見效，父母可以再重申立場，並簡單明確地向子女指出違規行為的後果，例如：「我知道唔准你買Thomas火車，你很唔開心，但係我地上次已經講好了，你有五個星星貼才買給你，所以今次是不會買的。」然後，便與子女一起離開。

• 提供選擇

如在父母能夠接受的情況下，父母可讓子女作出「抉擇」，向他們解釋不同選擇的後果。例如：子女為了要先到遊樂場玩耍，而選擇不進食午膳，家長可以預先向子女表明，如果現在不吃，要到晚上才有東西吃，在他到過遊樂場後，雖然不停地嚷著肚餓，家長亦要嚴格執行，堅持子女到晚餐時才可以進餐，讓他們明白要為自己的選擇負責。

• 訂立契約

父母不妨與子女訂定「理想行為」的協議，例如：每天要完成功課後，才可以看電視，如子女未做完功課便看電視，家長可以發出「口頭提示/警告」，當子女仍未能履行承諾時，可以執行已訂立的協議，如：關掉電視機。若子女仍然繼續大吵大鬧，可以禁止他看電視兩天。

賞罰的藝術

讚賞/獎賞子女需要有實質與具體的理由支持，例如：子女考試進步或盡力比賽等，如子女在過程中盡了努力，但仍未達到預期目標，家長亦應以鼓勵性的說話加以讚賞及鼓勵，子女的行為若能得到父母的讚賞或認同，會為他們帶來很大的滿足感。

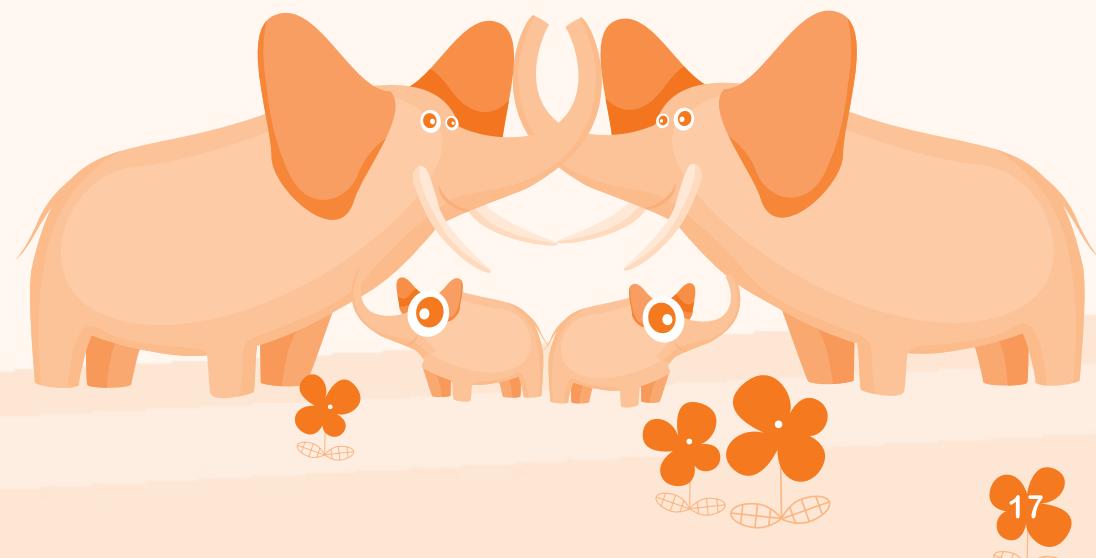
增加「恰當行為」的方法

• 嘉獎恰當行為的規則

- 特定行為發生後立即給予獎勵
- 每次特定行為發生後都要獎勵
- 不給予獎勵，直到特定行為發生後才給予

• 獎賞的種類

- 活動獎賞(如：帶子女到海洋公園或喜歡的地方)
- 物質獎賞(如：食物、玩具)
- 非語言獎賞(如：笑容、目光接觸給予注意、輕撫子女等)
- 口頭讚賞(如：「做得好」、「很勇敢」)
- 象徵性獎賞(如：獎星星貼或子女喜歡的貼紙，用象徵的物品或標記去嘉許和記錄子女的理想行為)



減少「不當行為」的方法

• 懲罰

- 「懲罰」是指當子女在表現了「不當行為」後，給予他們一些不好的東西，或拿走他們一些喜歡的東西，從而減少他們做出這「不當行為」。例如：如孩子每日應該有一粒糖果，在子女作出違規行為後，父母可以不給予糖果，作為懲罰；又或縮短其玩玩具的時間，這兩種處理方法都是「懲罰」。
- 父母有時或會用「責罵」的方法以停止或減少子女不當行為，但必須注意在施予「責罵」時，訊息要具體、直接、正面，如：「打人，不可以的」、「站好！不要到處走」，而最重要的是用詞不可帶侮辱性。

反面例仔：「囡囡！你真係好唔聽教！我教過你幾多次，玩完玩具後，要自己執拾好玩具！你睇你幾一團糟，啲書都係亂咁擺，你估你爸爸請了很多工人服侍你呀！你想做死我咩！一陣你啲嘢俾細佬整爛咗，你又小氣同佢打架！」（這位母親說了一大堆的說話，不但沒有具體指出孩子的不對行為，只是不斷發洩自己的不滿情緒及指責孩子的性格。）

正面例子：「囡囡，你玩完玩具後應該把玩具執拾放回玩具箱，現在你立即把玩具放回玩具箱吧！」（在例子中，該母親用了直接、具體、正面的說話表達了子女有收拾玩具的責任，並且不附帶任何的個人負面情緒及侮辱孩子的訊息。）

• 短暫隔離

- 根據兒童心理學家指出，「短暫隔離」是一種很有效的方法，尤其是應用於學前兒童，目的是讓孩子處於一個孤獨的空間一段很短的時間，停止其不適當行為，並「冷靜下來」。
- 「短暫隔離」法通常用於停止孩子失控的情緒，因此必須貫徹執行才會有效。當孩子情緒失控，不聽指令時，把他帶離現場，於一個安全的環境下作短暫隔離，家長先讓孩子在隔離區，平伏情緒，安靜後，便告訴孩子不對的行為，並教導他應有的行為，明白後，請他就事件道歉，才讓他離開。
- 「隔離」的時間不宜太長，一至兩分鐘的時間已很奏效，而年紀較大的孩子可以延至三至五分鐘，而太長時間會令孩子產生抗拒感。隔離的時候，家長要陪伴孩子，如：孩子吵鬧，可重覆提示他要「安靜」，家長不宜嘮叨。家長亦可於這時段冷靜下來，才能平心靜氣地教導孩子。





賞罰的步驟

• 鎖定目標行為，把該行為具體地列出

(如：子女不願意幫忙家務，家長先向子女解釋怎樣的具體行為才能得到獎賞)

事項	一	二	三	四	五	計分
在玩完玩具後，把玩具放回玩具箱	☆	X				
吃飯時，協助放好碗筷	☆	☆				

* 可用“☆”代表孩子喜歡的貼紙

• 訂定清晰的獎罰條件

例如：當孩子對妹妹表現友善及愛護時，可得到不同種類的獎賞；但當子女對妹妹表現不禮貌及動手欺負妹妹時，則運用懲罰/剝奪他的獎賞，以減少不當行為。如想加強獎勵和理想行為之間的連結關係，並發揮其正面效用，必須於理想行為出現後，即時進行獎勵，例如：子女收拾好玩具後，即時獎他一粒糖/貼紙。除了即時給予子女獎勵之外，亦要強調良好的行為，以鞏固子女的觀念。例如：父母可以同時說出：「明仔收拾好玩具，所以獎你一粒糖/貼紙。」讓子女清楚當中的因果關係。

• 實徹執行

家中的成人有否一致執行賞罰分明的原則，往往是成敗的關鍵。父母、傭人、祖父母等皆為重要人物。倘若各人的處理不一致，孩子定會找到「灰色地帶」，最終不能貫徹執行約定。

• 檢討成效

任何賞罰，最終都是希望子女養成良好的習慣，所以需要不時因應子女的接受程度而作出調適。



親子溝通有妙法

「團團！你由放學到而家已經成大半日，一味顧著看卡通片。唔用啲心機讀好啲書，你係咪想好似你爸爸咁無出色！……快啲同我熄電視，番埋位做埋啲功課！」

以上情形，雖看似笑話一則，但也許是大家的生活寫照。

作為父母，雖然一心想把子女教好，但往往容易犯上「親子溝通」的毛病，不單令管教不見效，更令子女拒絕溝通，影響親子關係。

與子女溝通時，有否想過用你的「身」及「心」去表達你對子女的愛？

- 眼：給子女多點注視，但並非注視其不恰當的行為，而是多欣賞/讚賞其恰當行為及表現。
- 耳：留心及專注地聆聽子女的說話，與子女對話時，首先，視線要與子女一致，並且給予適當的回應，讓子女感覺到你在聆聽他們的說話；切忌一邊聽子女表達需要，一邊做自己的工作，例如：看報紙、做家務。
- 口：家長避免與子女短話長說，問太多問題、令子女感到嘮嘮叨叨；內容需要具體，盡量避免使用模稜兩可、又或含有負面的字眼，如：「你可唔可以……」、「你知唔知唔准xx……」等句語。
- 鼻：當子女玩得身水身汗時，傳來陣陣惡臭時，你會提他快點洗澡，用嗅覺給他知道你留意到他；相反，當他沐浴過後，身上傳來陣陣香氣時，可以給他一個擁抱，讓他知道你很喜歡這清香的氣味。
- 手：平日與子女相處時，給他們多點鼓勵，縱使只是輕輕撫摸其頭/拍拍其肩膀，甚至一個擁抱，都足以令他感受到父母的支持和愛。相反，如果子女沒有遵照指示，不要只「干著喊叫」重覆叫喚孩子的名字，以作提醒他應服從指示，父母應該走近他的身旁，拍拍他，或看著他，再清楚說一遍指示。
- 心：當子女表達需要時，無論是正面或負面，家長首先要接納及表示明白，再逐步與子女一起分析當中的利弊，及事後檢討後果。



管教Q & A

做事不專心

情境

- 吃飯時，不專心吃飯，會離開座位四處跑、又或玩玩具。
- 做功課時，坐在位上發白日夢/弄枱上文具，又或是借故離位做其它事情。
- 玩玩具未夠兩分鐘，便失去興趣，要求轉玩具。

管教法寶

導致孩子不專心有很多因素，例如：孩子當時的健康狀態、其本身的專注力、環境因素等，家長必須了解箇中原因，才可以對症下藥。

- 調教合理期望

有些孩子的專注力較佳，有些則較弱，家長必須先了解孩子的能力，對他們訂定合理期望。一般而言，2-12歲孩子的專注力如下：

孩子年齡	平均的專注的時間（分鐘）
2	7
3	9
4	12
5	14
5 - 10	20
10 - 12	25

- 訂定目標

協助孩子訂定目標，輔以獎勵，加強孩子的動機。例如：在指定的時間內完成這份功課，會有甚麼的獎勵。例如：如孩子在指定的時間內(如十分鐘)看完故事書，便可以讓其與弟弟玩一會兒。若他們尚未懂看時鐘，可用計時器響鬧代替。

- 營造環境

盡量為孩子安排一個寧靜的環境，如：關掉電視機，讓其可以專注於某一事項，那麼便不容易分心。此外，應盡量讓孩子完成一件事情，才開展另一項工作。

- 背誦口訣

指示孩子身體動作，如：「Pat Pat」貼着椅、坐直、手執鉛筆，眼望功課等。如成為口訣，孩子的身體意識強了，自然會較容易專注。





不肯做功課

情境

- 叫孩子取功課出來，他總是滿不願意。
- 對着功課，老是不願做或哭鬧嚷着不想做。
- 老是說自己很累，想休息一會兒再做。

管教法寶

每個人在學習的過程，都需要付出時間及精神。當孩子學習到這個法則，便不會逃避。

- 做好預備功夫
做功課時，先讓孩子上洗手間、飲些水、擺放好功課、課本、筆盒、文具等，才開始做功課。
- 切勿要求過高
要按孩子能力而作出合適的要求，容讓孩子有歇息的時間，待腦袋鬆一鬆，有助孩子集中精神溫習。
- 適當的獎勵
每完成一份功課，給予孩子少許鼓勵，如：用貼紙作獎勵、又或獎勵孩子玩其喜愛的玩具一會兒等。

不肯自己吃飯

情境

- 「妹妹也快吃完了，你怎麼碗內的飯餸，動也不動呢？」
- 「為何你自己不吃飯，係要別人餵，都已經4歲啦！」

管教法寶

孩子的健康十分重要，見他們正餐吃不好，父母當然會感到憂心。儘管父母耐心勸解，孩子依然不願意乖乖吃飯，父母的憤怒及無奈是可以理解的。

- 愉快進食

若家庭成員在一個開心愉快，氣氛融洽的環境下進餐，孩子會較有食慾。進食不容催逼，否則只會有反效果，久而久之，孩子可能會利用進食，去吸引父母的注意力。

- 調教飯餸的份量

當孩子看見一大碗滿滿的飯，會感到壓力。不妨嘗試每次給孩子少量飯餸，待他吃完再添，讓孩子感到目標較容易達到，吃起來便比較輕鬆。



與兄弟姊妹爭玩具

情境

- 兩兄妹經常為了爭奪東西而爭執，無論是吃的、用的、玩的，只要買回來的東西不一樣，兄妹倆就搶奪吵鬧，因此，惟有盡量買一式一樣的物品給他們。
- 礙於經濟所限，有時只能夠買一份較昂貴的玩具，兩兄妹經常因要分享玩具而爭吵。

管教法寶

- 公平分配

父母對物品的分配要公平，絕不能因個人的喜好而偏私。若因經濟原因只能購買一份，需要向孩子說明。若以獎勵的理由而買給其中一人，亦應向子女說出箇中因由，以免引起不必要的誤解和紛爭。

- 建立擁有權觀念

父母可協助子女將各自的東西劃分清楚，讓他們明白物品的擁有權，教導子女應彼此互相尊重，未得對方同意，不可擅自取用他人物品。同時亦要鼓勵他們將自己的物品或玩具與人分享，若他們能夠做到，便加以獎勵。

- 共同負擔責任

共用的物品由孩子共同保管及運用，若雙方同時想使用時，父母可從旁協助他們共識使用的先後、和期限，從中讓子女學習「輪候」及「分享」。若雙方未能達致共識，發生爭執，可以把兩人分開，或把物品暫時收起，家長可以在旁加以引導，讓孩子兩人共同商議解決方案。





到公園玩耍不願意離開

情境

- 帶孩子到公園玩，每次要離開的時候，孩子總是不願離開。

管教法寶

孩子跑跑跳跳，喜歡玩耍，實對孩子的身心成長有莫大的益處。

- 定時活動

少外出之孩子，往往渴望外出活動的機會，不願意回家的情況常會發生在他們身上。最理想是家長定時帶孩子外出活動，舒展身心。

- 預告時間

出發前，告訴孩子即將會到公園，並打算何時回家，孩子願意遵守才外出。在離開公園前10-15分鐘，父母可以再向孩子預告，給予他們足夠的心理準備。

不肯收拾家中玩具

情境

- 孩子在家中玩玩具後，往往不懂自動自覺地把玩具收拾過來，也不懂珍惜玩具

管教法寶

- 不要給太多的玩具

現今社會經濟富庶，再加上家庭奉行「少」孩政策，孩子所得到的物質自然豐富，容易造成孩子不懂珍惜玩具，故可考慮減少給孩子的玩具數量，讓他們學會珍惜。

- 提供玩具箱作拾執之用

父母在教他們收拾玩具時，可以替他們預備玩具箱，孩子每次玩完玩具後，就教他們將玩具放回玩具箱內。當孩子沒有把玩具收拾妥當或隨處擺放時，父母可以將玩具收藏起來，別讓他們找得到，讓子女知道不收拾好玩具的後果----玩具會消失不見，再沒有得玩。

- 以身作則

父母不妨做好榜樣，以身作則，讓孩子明白把物件收拾好的重要性，在環境的熏陶下，定能令孩子學習自行收拾玩具的課題上做得更好。





不肯與人打招呼

情境

- 見到陌生人或熟人不肯與人打招呼，總是躲在家人身後。

管教法寶

過份害羞的性格，會影響孩子之社交發展及人際關係。

- 找出原因

找出孩子害羞的原因，是先天氣質影響，還是後天與父母管教有關？如果父母以打罵或強迫孩子與人打招呼，孩子會變得緊張，或會造成孩子抗爭，只會把事情弄巧反拙。若孩子害羞和退縮的性格是與生俱來，父母必須接納並尊重孩子的氣質，耐心地幫助孩子學習與人相處的技巧。

- 製造機會

增加孩子參加不同類型的社交活動，讓孩子熟習不同的社交場合。或多邀請一至兩個與孩子年齡相若的玩伴，父母可從旁引導孩子，協助其發展社交技巧。

- 建立自信

有些孩子或因欠缺自信而表現得退縮，父母宜多建立孩子成功的經驗，及多予嘗試新事物的機會。另外，培養孩子自我照顧和獨立能力，勿過份保護或作出負面的評價，使孩子的自信心慢慢建立起來。

在街上扭計買玩具

情境

- 經過玩具店，孩子老是不肯離開，嚷着要買玩具，不買不肯罷休。

管教法寶

孩子想得到「想要」的東西是很自然的事，但是他們亦要學習不是每一樣東西都可以擁有。

- 訂定規範

當父母帶子女外出時，說明當天要去的目的地，告知不會買玩具，讓孩子有心理準備。當經過玩具店時，如：孩子仍嚷着要買，就要提醒孩子外出時的約定。

- 獎勵計劃

為孩子訂定獎勵計劃，如達到目標，可讓孩子有機會到玩具店選擇禮物。

- 離開現場

如孩子在街上吵鬧，立刻抱孩子離開現場，或站於一角，讓孩子冷靜後才離開，重覆表示明白他的感受，說明這次不會買玩具，何時才可以買玩具。



社區資源

兒童體能智力測驗中心

衛生署中九龍兒童體能智力測驗中心
九龍九龍城亞皆老街147L號2字樓
2246 6633

衛生署下葵涌兒童體能智力測驗中心
新界葵涌麗祖路77號下葵涌分科診所及
特殊教育服務中心2字樓
2370 1887

衛生署尤德夫人觀塘兒童體能
智力測驗中心
九龍觀塘茶果嶺道79號3字樓
2727 8474

衛生署尤德夫人沙田兒童體能
智力測驗中心
新界沙田插桅杆街31-33號2字樓
2210 1600

衛生署屯門兒童體能智力測驗中心
新界屯門青松觀道屯門醫院地下
2468 5261

衛生署粉嶺兒童體能智力測驗中心
粉嶺壁峰路2號粉嶺健康中心四樓
2639 1402

大口環根德公爵夫人兒童體能
智力測驗中心
香港大口環道12號
2974 0331

深水埗區綜合家庭服務中心

社會福利署長沙灣綜合家庭服務中心
深水埗發祥街55號長沙灣社區中心2字樓
2360 1364

社會福利署石硤尾綜合家庭服務中心
石硤尾棠蔭街17號大坑東社區中心2至3樓
2777 3015

香港家庭福利會西九龍分會深水埗（西）
綜合家庭服務中心
深水埗麗安邨麗德樓地下
2720 5131

香港國際社會服務社深水埗（南）
綜合家庭服務中心
深水埗南昌邨南昌社區中心高座地下
2386 6967

相關網址

1. 協康會
<http://www.heephong.org>
2. 教育局
<http://www.edb.gov.hk>
3. 社會福利署
<http://www.swd.gov.hk>
4. 香港教育城大同學習村
<http://www.hkedcity.net/specialed>
5. 香港小童群益會
<http://www.bgca.org.hk>
6. 香港基督教服務處親職教育中心
<http://hkcschild.edu.hk/pec/index.php>
7. 防止虐待兒童會有限公司
<http://www.aca.org.hk>
8. 特殊教育資訊中心
<http://www.edb.gov.hk/serc>
9. 兒童復康資訊通
<http://childrehab.heephong.org>
- 10.香港特殊學習障礙協會
<http://www.asld.org.hk>
- 11.專注不足/過度活躍症(香港)協會
<http://www.adhd.org.hk>
- 12.香港資優兒童家長會
<http://www.gifted.org.hk>

協康會簡介

協康會於1963年成立，為一間非牟利的社會服務機構。我們的使命是讓不同潛質的兒童在愉快的環境下健康成長，協助他們盡展所能，共同締造平等融和的社會。本會透過逾三十個服務單位，為兒童提供多元化的專業訓練、治療及家庭支援服務，當中包括：

早期教育及訓練中心

透過專業指導，為初生至六歲發展上有障礙的幼兒，提供每星期一至兩次的早期教育及訓練服務，並協助家長掌握照顧和啟發幼兒的技巧，以充份發揮幼兒的潛能。

特殊幼兒中心

透過每星期五天全日制的專業訓練和照顧，協助二至六歲有特殊需要的兒童發展潛能，為他們未來的學習和發展奠定良好基礎。

幼兒園

為智能正常的兒童提供悉心的照料、理想的學習環境，以及優質的學前教育；使他們奠下良好的基礎，在人生的學習過程中踏出成功的第一步，健康愉快地成長。幼兒園附設兼收位，為有輕度學習困難的兒童提供服務。

家長資源中心

為家長提供全面的支援服務，協助他們解決在培育有特殊需要子女上所遇到的困難和問題，同時建立他們彼此間的互助與支持，從而紓解生活壓力。

兒童健樂會

透過傷健共融活動，提高社會人士對特殊需要兒童的認識和接納，而特殊需要兒童亦可透過多元化的社交康樂活動，提升個人效能，人際技巧及社會適應能力。

青蔥計劃

為初生至初中階段有特殊需要兒童提供多元化的專業支援服務，給予家長在政府和私營服務以外，另一服務選擇。計劃不受政府資助，服務以自負盈虧模式運作。

駐校服務

配合政府在中小學推行融合教育的政策，為學校提供駐校的專業教育心理服務，並支援有特殊學習需要的學生，包括提供個別評估及諮詢服務、小組支援、老師及家長訓練等。

專業培訓服務

定期為本港的老師和家長提供專業的培訓，以提升他們對兒童成長及學習方面的認識。同時更為內地、澳門及台灣相關機構舉辦交流及專業訓練課程，以促進兩岸四地間教育及康復服務的發展。

研究及出版

致力研究及開發「實證為本」的訓練模式，並把在教育和康復服務累積多年的經驗，透過出版多種不同的書籍及訓練指南，與業界分享有關成果，藉以提升學前教育及康復服務的整體質素。



幼兒成長系列 輕鬆教子法

謝謝：深水埗區議會



編輯及出版

協康會

地址：九龍大坑東邨東裕樓地下一號

電話：2776 3111

傳真：2776 1837

網址：<http://www.heephong.org>

出版日期：3-2010

版權所有，翻印必究

