

學前小貼士 (2006年9月7日)

幼兒入學適應 -- 從「觀察」開始

孩子快將入讀幼稚園，做父母的既興奮又掛心。要確保能「順利過渡」，父母宜多了解孩子的性格及適應能力，從多方面觀察孩子是否有充足的準備及能力面對新環境。

懂得控制情緒?

一般來說，兩、三歲的孩子較自我及容易發脾氣，父母應該對孩子有適當的規範 (Limit Setting)，而且態度要堅定，例如孩子有不當或過激的行為，應給予即時及合理的回應，如把孩子從遊戲中抽離及給予短暫的冷靜時間。

另外，兩、三歲的孩子一般較為獨立，但若他們因為較慢熱或缺乏安全感，而抗拒離開父母，父母則需要諒解及給予高質素的相處時間，在該段時間全情投入與孩子玩耍，減少孩子的憂慮，再漸進地安排孩子接觸新環境，訓練其適應能力。

有足夠的社交、溝通能力?

要知道孩子的社交及溝通能力，最重要是觀察他們能否理解別人的想法，例如能否用眼神、身體語言及言語和別人溝通。倘若父母懷疑孩子有社交、溝通或言語的困難，就必須盡快尋求協助。此外，父母亦需觀察孩子能否在適當的鼓勵下，與別的孩子分享玩具及相處，從而觀察出孩子的社交能力。

能專注於事物當中?

雖然一般兩、三歲的孩子會較活潑好動，很多時候都難有一刻的安靜，但當他們玩一些需動腦筋的遊戲時，例如砌積木，砌圖、聽故事、繪畫等，就可觀察到他們的專注力。倘若孩子表現十分衝動，不能專注，就需要諮詢兒科醫生，尋求專業意見及協助。

養和醫院兒童發展及評估部兒科專科 劉健真醫生