



# 培養兒童發展系列

## 認知發展篇

認知是指所有與兒童學習、思考及解決問題能力有關的心理活動。

### 培育孩子的認知發展，為什麼這樣重要？

- 當孩子不斷接受認知方面的刺激時，同時也會獲得許多新的知識和能力，像是增強記憶能力、了解周圍環境等。
- 當孩子不斷的思考家長的問題和考驗時，有助於發展解決問題的能力。他可能會發揮許多想像力和創造力，並且想出家長都不知道的方式和答案。
- 由於孩子會不斷的發揮想像力去思考，這有助於改善他的思考模式。
- 當孩子不斷的靠自己解決問題，或是發展新的能力時，他會感覺自己變得獨立和成熟，可以應付家長給予更多的任務和責任。

### 如何培養孩子的認知發展？

- 三至四歲的孩子充滿好奇心，熱衷於探索和學習。除了愛與關懷、合理的限制與管教外，孩子也需要你的引導和鼓勵，才可讓他發展和實踐新的能力。這個階段的孩子會花很多時間嘗試理解身邊的事物，亦因為好奇心的驅使，孩子會不停地發問。孩子的抽象邏輯推理能力仍未完全發展，所以他們只能理解一些簡單而具體的答案。家長亦不需期望自己全都懂得回答，只須告訴孩子一起找答案，這樣做不但有助增進孩子的知識，同時亦可教導他們學習的方法。



- 對於四至六歲的孩子來說，培養理想的社交技巧及情緒發展是相當重要的。孩子需要測試自己的能力和所作的決定，藉此來提升自信和解決問題的能力。嘗試給他提供不同的學習環境，體諒他在學習獨立過程中的需要，向他表露你的愛、支持和鼓勵。即使你覺得他在挑戰你，或者違反你曾經與他設定的規則，也請保持冷靜，並對他作出堅定的管教及明確的指導。

## 家長可以做的：

- 每天抽時間跟孩子單獨談話
- 跟孩子談天時要耐心聆聽他要說的話，對他點頭、微笑，表示鼓勵
- 回答他的發問和向他提問，促進他在學習及語言能力的發展
- 幫助他用語言來表達自己的情緒和需要
- 每天和孩子一起閱讀，和他討論故事人物的行為和感受，也告訴孩子哪些行為是你欣賞或不贊同的
- 教他新的詞彙，並在他的說話中添加字詞，豐富他的詞彙和加長他所說的句子
- 利用日常生活中的事物教他抽象概念，如分辨大小、顏色和數目等
- 鼓勵他獨立照顧自己
- 讓孩子做簡單及能力所及的家務
- 讓孩子作簡單的選擇
- 多讓他跟別的孩子或成人玩耍
- 和孩子玩扮演遊戲，讓他作主導
- 鼓勵孩子每天運動，以增強體魄，也可讓他的精力得以宣洩



- 帶孩子到不同的環境，如公園、遊樂場、動物園、圖書館、博物館等，讓他探索和學習

## 家長可以選擇的玩具：

- 可以用來玩假裝遊戲的玩具，例如：迷你茶具、玩具屋、玩具車和車房、動物玩具、機械人、玩偶等
- 能讓孩子發揮創意的家居用品或玩具，例如：積木和泥膠
- 顏色筆、顏料和其他美勞材料
- 拼圖
- 有關唱遊或簡短故事的光碟
- 色彩繽紛和插圖清楚的圖書
- 桌面遊戲，可加強訓練孩子輪流和遵守規則，例如飛行棋（近六歲）
- 具教育意義的互動電腦軟件（近六歲）

## 參考資料及更多閱讀：

1. 衛生處家庭健康服務網頁- 「兒童發展知多少 — 給學前兒童的家長」  
[https://www.fhs.gov.hk/tc\\_chi/health\\_info/child/14821.html](https://www.fhs.gov.hk/tc_chi/health_info/child/14821.html)
2. 衛生處兒童體能智力測驗服務網頁- 「兒童成長及發展- 家長教室 [影片]」  
[https://www.dhcas.gov.hk/tc/parenting\\_channel.html](https://www.dhcas.gov.hk/tc/parenting_channel.html)



衛生署兒童體能智力測驗服務  
香港特別行政區政府

2021年7月版 © 版權所有

