



如何协助「动作协调困难 / 障碍」的孩子

情绪篇

我的孩子有动作协调困难 / 障碍，为什么情绪时有波动呢？

这些孩子常因未能达到自己或别人的期望，屡遭挫败或被别人取笑而产生愤怒。另一方面，他们可能对自己笨拙的表现感到伤心失望；这些孩子不愿在别人面前暴露自己的弱点，更害怕遭同辈孤立及摒弃。故此他们的情绪有时起伏较大。

甚么因素会影响动作协调困难 / 障碍孩子的心理适应？

动作协调困难 / 障碍对孩子个人的限制及他们的主观感受皆会影响他们的心理适应。若得不到别人了解、鼓励，他们多采取逃避、放弃的态度，长远会打击他们的自信心及养成悲观的性格。所以，别人（包括老师 / 家长 / 家人 / 朋友）的接纳及家长的管教态度等，对孩子的心理适应都有一定影响。

家长应如何辅导孩子的情绪问题？

- 家长应抱平常心，唯有宽容的心才能设身处地了解 and 接纳孩子的困难和局限。
- 多欣赏孩子的努力，多给予鼓励及赞许，帮助孩子订立合理、清晰的目标，使孩子看见自己的进步，而不是总跟别人作比较。
- 给孩子机会参与趣味性活动，着重参与的过程多于结果，都有助舒缓紧张情绪及减低压力。



家长如何培育孩子的自尊和自信？

- 家长应避免说出伤害孩子自尊的说话，不要在别人面前批评孩子，多公开赞赏孩子付出的努力或进步，让他知道你欣赏他所做的事情。
- 给予孩子选择权，尊重他的决定，鼓励孩子参与，享受参与过程而非着重成果，让孩子有满足感及成功感。多发掘孩子兴趣和强项，并强化他的优点，表达爱意，给他安全感。



卫生署儿童体能智力测验服务
香港特别行政区政府

2021年7月版 © 版权所有

