



## 如何协助「发展迟缓」的孩子 行为篇

### 我的孩子训练时很不专心，该如何帮助他？

孩子不专注的背后可能有很多原因，家长可先从以下几个因素分析：

- 发展迟缓的孩子的专注控制可能较一般的孩子弱，故不宜对孩子要求过高。
- 训练活动的要求若与孩子的实际能力不配合，例如活动过多或太难时，孩子便很难专注。
- 有时候，孩子未能配合训练，可能和他的状态有关，例如孩子太疲惫或正在游戏当中，这些都会影响孩子的专注及参与程度。

因此，为孩子进行训练时，要按他的实际能力及专注程度来设计训练活动。若训练活动能循序渐进由浅入深，添加趣味性元素，并安排在合适的时段及配合适当的奖励，就可事半功倍。

### 我的孩子常发脾气、不合作，我应怎么办？

- 每个行为的背后可能有很多原因，要帮助孩子改善情绪，可从观察入手。家长可尝试记录孩子发脾气前的引发事件（如当中涉及的人物、地点、时间、事情）及事件后果（如家长的处理手法）。这有助发现孩子问题行为的前因或持续原因，然后家长可尝试改变一些当中的因素。



- 家长应留意自己的处理手法会否无形助长了孩子的问题行为。例如：如果孩子发脾气后可得到某些好处（如延长游戏时间，给他买玩具）或逃避了某些他不喜欢的东西/活动（如不需继续进行训练、做功课），这会无意中鼓励了他将来同样以发脾气来达到他的要求。家长可教孩子以恰当的方式表达他的需要，而不是直至孩子发脾气才迁就他。
- 孩子发脾气、不合作亦可能是一些讯号，来表示他们正遇上某些问题（如别人拿了他的玩具，他不懂得怎样处理、训练内容过深而孩子未能完成）。发展迟缓的孩子因能力较弱，有时候未能有效地解难和表达自己的情绪。这些时候家长应尝试体谅孩子的处境，帮助找出他们的困难。另外，家长应多引导和鼓励孩子用语言去表达自己的情绪，亦可减少孩子的发脾气行为。
- 平日里当孩子表现合作时，应实时给予称赞或奖励，以强化他们的合作动机。而当孩子出现一些不合作的行为时，可给予适量的合理后果。例如孩子发脾气把玩具掉在地上，家长可暂时收起该玩具，在孩子冷静过后才再继续游戏时间。最重要的是，家长需要善用赏罚，切忌以打骂去处理孩子的问题行为。



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

