



# 如何協助「動作協調困難 / 障礙」的孩子

## 情緒篇

### 我的孩子有動作協調困難 / 障礙，為什麼情緒時有波動呢？

這些孩子常因未能達到自己或別人的期望，屢遭挫敗或被別人取笑而產生憤怒。另一方面，他們可能對自己笨拙的表現感到傷心失望；這些孩子不願在別人面前暴露自己的弱點，更害怕遭同輩孤立及摒棄。故此他們的情緒有時起伏較大。

### 甚麼因素會影響動作協調困難 / 障礙孩子的心理適應？

動作協調困難 / 障礙對孩子個人的限制及他們的主觀感受皆會影響他們的心理適應。若得不到別人了解、鼓勵，他們多採取逃避、放棄的態度，長遠會打擊他們的自信心及養成悲觀的性格。所以，別人（包括老師/家長/家人 / 朋友）的接納及家長的管教態度等，對孩子的心理適應都有一定影響。

### 家長應如何輔導孩子的情緒問題？

- 家長應抱平常心，唯有寬容的心才能設身處地了解 and 接納孩子的困難和局限。
- 多欣賞孩子的努力，多給予鼓勵及讚許，幫助孩子訂立合理、清晰的目標，使孩子看見自己的進步，而不是總跟別人作比較。
- 給孩子機會參與趣味性活動，著重參與的過程多於結果，都有助舒緩緊張情緒及減低壓力。



## 家長如何培育孩子的自尊和自信？

- 家長應避免說出傷害孩子自尊的說話，不要在別人面前批評孩子，多公開讚賞孩子付出的努力或進步，讓他知道你欣賞他所做的事情。
- 給予孩子選擇權，尊重他的決定，鼓勵孩子參與，享受參與過程而非著重成果，讓孩子有滿足感及成功感。多發掘孩子興趣和強項，並強化他的優點，表達愛意，給他安全感。



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

