



如何協助「發展遲緩」的孩子 行為篇

我的孩子訓練時很不專心，該如何幫助他？

孩子不專注的背後可能有很多原因，家長可先從以下幾個因素分析：

- 發展遲緩的孩子的專注控制可能較一般的孩子弱，故不宜對孩子要求過高。
- 訓練活動的要求若與孩子的實際能力不配合，例如活動過多或太難時，孩子便很難專注。
- 有時候，孩子未能配合訓練，可能和他的狀態有關，例如孩子太疲累或正在遊戲當中，這些都會影響孩子的專注及參與程度。

因此，為孩子進行訓練時，要按他的實際能力及專注程度來設計訓練活動。若訓練活動能循序漸進由淺入深，添加趣味性元素，並安排在合適的時段及配合適當的獎勵，就可事半功倍。

我的孩子常發脾氣、不合作，我應怎麼辦？

- 每個行為的背後可能有很多原因，要幫助孩子改善情緒，可從觀察入手。家長可嘗試記錄孩子發脾氣前的引發事件（如當中涉及的人物、地點、時間、事情）及事件後果（如家長的處理手法）。這有助發現孩子問題行為的前因或持續原因，然後家長可嘗試改變一些當中的因素。



- 家長應留意自己的處理手法會否無形助長了孩子的問題行為。例如：如果孩子發脾氣後可得到某些好處（如延長遊戲時間，給他買玩具）或逃避了某些他不喜歡的事情/活動（如不需繼續進行訓練、做功課），這會無意中鼓勵了他將來同樣以發脾氣來達到他的要求。家長可教孩子以恰當的方式表達他的需要，而不是直至孩子發脾氣才遷就他。
- 孩子發脾氣、不合作亦可能是一些訊號，來表示他們正遇上某些問題（如別人拿了他的玩具，他不懂得怎樣處理、訓練內容過深而孩子未能完成）。發展遲緩的孩子因能力較弱，有時候未能有效地解難和表達自己的情緒。這些時候家長應嘗試體諒孩子的處境，幫助找出他們的困難。另外，家長應多引導和鼓勵孩子用語言去表達自己的情緒，亦可減少孩子的發脾氣行為。
- 平日裏當孩子表現合作時，應即時給予稱讚或獎勵，以強化他們的合作動機。而當孩子出現一些不合作的行為時，可給予適量的合理後果。例如孩子發脾氣把玩具掉在地上，家長可暫時收起該玩具，在孩子冷靜過後才再繼續遊戲時間。最重要的是，家長需要善用賞罰，切忌以打罵去處理孩子的問題行為。



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

