

**0-3個月**

心理發展：初生BB只懂吃和睡，即使嘴角向上翹，純粹是面部肌肉無意識地抽搐。直到約六星期大，才真正懂得笑！

生理發展：懂得握拳或握着手中物件，聽覺靈敏，但只能看見一呎範圍內的黑白畫面。



不少人擔心抱得多會寵壞BB，其實初生BB很需要透過肌膚接觸、母親的溫度及心跳獲得安全感，所以當BB哭的時候應主動抱起他們。

2-3歲

心理發展：開始有明顯的自我意識，會表達個人喜好；有足夠理解能力，明白大人說話的意思。

生理發展：感官、智力及體能發展愈趨成熟，能分辨簡單的顏色形狀，每日可以記到約50個新詞彙，亦可做到跑、跳及踢球等動作。

俗話話三歲定八十，現今的「港童」，性格普遍過於依賴、自我中心及缺乏自理能力。專家指出，零至三歲不僅是動作發展及語言的學習期，更是培養幼兒感官、情緒及專注力發展的重要階段。所以今次特別請來邁步兒童發展中心註冊臨床心理學家朱嘉麗，教導父母培育孩子的正確方法及注意事項。

3歲定80

4-6個月

心理發展：對外界充滿好奇，會透過聲音、笑聲及表情動作引人注意。

生理發展：視力開始增強，可以看到兩米以內的彩色影像。可伸手觸摸物件並放入口中吮吸。而頸椎亦逐漸有力，會隨着身體向前移動。

專家教路

0-6個月的BB雖然眼矇矇，但聽覺及感官觸覺特別敏銳，是建立安全感及情緒穩定性的重要階段。所以父母應經常同BB傾偈，令他們熟悉父母的聲音，並透過擁抱、觸摸或按摩，增加BB的安全感，對他們將來的情緒發展有很大幫助。

**2-3歲****專家教路**

2歲後幼兒的專注力加強，可以透過互動遊戲學習。例如帶他們去公園玩，既可訓練體能，又可帶來全面的感官刺激。或者參加playgroup，讓他們從遊戲中學習，同時提升社交技巧。此外，如果想訓練幼兒的語言能力，建議在2歲半之前只用單一種語言。同時注意看電視會阻礙他們的語言及認知能力發展，故每次看電視的時間不應超過10分鐘。

19-24個月

心理發展：開始有明顯的喜、怒、哀、樂，甚至懂得用簡單的語言表達情緒。

生理發展：語言及運動發展增強，懂得拿筆塗鴉、用雙手擲球，亦可以自己走動及學習上落樓梯。



Model: Kazaf Ngai

從遊戲中學習，有助訓練幼兒的智力及專注力。

**7-12個月**

心理發展：開始怕生和懂得認人，能理解別人簡單的意思，會透過情緒表達自己的喜惡，亦會逐漸流露出自我個性。

生理發展：開始長出牙齒，學懂坐、爬行、轉身，甚至用雙腳站立。亦能夠用手指拿起物件，並講到一些單字。



若幼兒十六個月大仍不懂走路，有可能是肌肉或其它問題所致，應找醫生檢查。

13-18個月

心理發展：對外界充滿好奇，會主動接觸不同事物，但專注力不足，對玩具只有三分鐘熱度。

生理發展：視覺和嗅覺愈來愈靈敏、能說出更多單字，以及扶着物件學習行路。

專家教路

幼兒是透過眼、鼻、口和用手觸摸等感官刺激認識世界，故學習時最好以實物代替書本上的圖畫，例如陪他們玩「煮飯仔」，有助提升專注力。

1歲後便應讓幼兒進食餅乾或成人食物，因為咀嚼運動有助嘴部發展，從而改善流口水及發音問題。