



朱嘉麗

親子活動提升孩子能力(上)

現今家長對孩子智能、體能與情緒等發展都很重視，故很樂意花錢買玩具去提升孩子不同方面的能力。但原來，父母本身就是最有效的工具。

親子互動孩子獲益

研究顯示幼兒兩歲前是接收外界刺激最為強烈的時間，他會透過視覺、觸覺、聽覺、味覺、嗅覺來認知周遭發生的事物。如孩子在兩歲前得到充足的環境刺激，這對日後智能與體能上的發展奠定一個很好的基礎。

另外，在智能發展理論中，著名心理學家維各斯基(Vygotsky)指出，社會互動在孩子的智能發展中扮演一個不可或缺的角色，他認為孩子不是獨自開創自己的世界，而是經由與他人互動而重新創造自己的世界。兒童從與他人的互動中，特別是自己的父母，來獲取知識和適應社會的方法，透過這些親子活動，亦可增加孩子與父母之間的親密感。

以下便根據 0-2 歲幼兒的發展里程碑，為父母介紹一些親子遊戲。

訓練社交技巧

0-1 歲孩子：會主動與其他人接觸，他們會較喜歡注視人的面孔。表達方面，他們會對人微笑及看着別人時發出咿咿呀呀的聲音。

1-2 歲孩子：會對其他孩子表達互動的意願，例如會注視對方，向對方發出咿咿呀呀的聲音，或輕拍對方。

建議活動

- 1 讓孩子模仿簡單動作，如「請請」、「舉手」、「拜拜」、「開」、「無」等。如播放歌曲完畢後或食完東西時，父母可做出「無」的動作。
- 2 與孩子玩「點蟲蟲」、「躲貓貓」遊戲，提升孩子與別人交往的能力，同時亦能提升親子關係。
- 3 與孩子玩簡單輪流互動遊戲，如兩人或三人推波、傳玩具等，最能提升孩子交往能力。
- 4 父母或其他孩子一起進行相似活動(如煮飯仔、砌積木)，並引導孩子觀察、模仿對方。



訓練小肌肉

接近 1 歲孩子：已能用前三指抓握物件，並能把物件放入較大的器皿中。物件操控方面，這階段孩子能推玩具車，可主動拉動有繩的玩具，亦能運用雙手把玩物件及拍手。

1-2 歲孩子：能同時用拇指及食指拾取細小的物件。這階段孩子能用食指按掣，把蓋揭開，能疊起最少兩塊積木，亦能用掌心握筆及塗鴉。

建議活動

- 1 家長可於小食時間將切成細塊的水果或零食(約 10 塊)放於器皿內，讓孩子自己拿來吃。
- 2 家長與孩子以輪流形式疊高積木(2-4 塊，根據孩子的能力而定)，疊高後一起把積木推倒。
- 3 家長可預備兩個碗，一個碗盛滿白米或珠子，並要求孩子用匙羹把米從一個碗搬到另一個碗。(待續) ▣