

## 每月一篇

### 當孩子成長的好夥伴

聖誕節和新年假期到了，家長可能會帶孩子參與不同的慶祝節日聚會。在聚會中，家長可以觀察孩子如何與其他小朋友相處。你們會否常常希望孩子主動些和勇敢些？或是教導孩子「不要怕醜」、「不要驚」？其實每個孩子都有不同的氣質，以害羞為例，可能是高敏感的一種表現。高敏感的孩子對環境的氣味、聲音和光線都比較敏感，對別人的注目感到不自在，因此他們亦容易敏感別人的情緒，容易被影響。家長可以嘗試由日常的言行習慣開始，幫助孩子接納及應對自己的高敏感，齊來當孩子成長的好夥伴！

#### 避免標籤

如果孩子遇到陌生人而躲在家長身後，家長不要說：「他／她怕醜。」，也不用對孩子說：「不要怕醜。」因為這樣會強化了「怕醜」的標籤，家長可以解釋為：「孩子喜歡先觀察環境，等一會才決定怎樣做。」，以肯定孩子的需要。

#### 為孩子做準備

孩子對新環境會抱有擔心，例如參與新的活動及與陌生人見面，家長可以先跟他們預告將會發生甚麼事，小朋友會感覺安心些。因此在出發之前，家長可先向他們解釋將會看到、聽到和做的事，有誰會在那裏，以及如何尋求協助，亦可帶他們視察新地方，讓他們有更多的心理準備。

#### 以身作則

孩子透過觀察家長的行為，比起聽家長的教導，會學習得更好。讓孩子看看家長怎樣面對陌生人表現友好、與鄰居及其他家長聊天，以及與自己的朋友相處都是很好的學習機會。

孩子需要家長的耐心教養，幫助他們應付不同的刺激，在群體中感到自在，建立友誼，並讓孩子有健康的社交圈。如家長有任何查詢或需要支援，歡迎於辦公時間

致電 2700 1700 與我聯絡。☺

駐幼稚園社工  
黃姑娘  
12/2022

