

「老人家一定是疼錫孫兒，經常會問小朋友『冷嗎？』、『餓嗎』，很多時小朋友連口都不用開，點點頭甚至連頭都不用點，已經得到所需，令小朋友欠缺了表達機會。」

## 幼稚園專訪

梁金歡

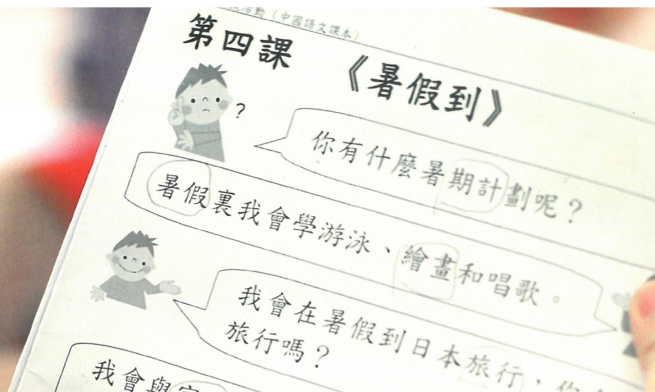
—— 聖公會荊冕堂士德幼稚園校長

### 日常訓練比N班重要

為了讓子女盡快適應幼稚園生活，不少家長會為子女報讀N班。聖公會荊冕堂士德幼稚園校長梁金歡認同N班有助適應N班，不過她亦認為沒有讀N班的小朋友表現一樣可以很好，視乎家長平日如何和小朋友互動而定。小朋友怕陌生人、怕陌生環境，令很多父母擔憂，其實多去公園等不同地方，接觸不同人和環境，便可逐漸減少不安。梁校長還指出，現時很多雙職家長，子女都由祖父祖母、外公外婆或工人照顧，而工人為了不讓小主人哭鬧，基本上會盡力滿足其要求，長遠影響子女的語言能力發展。

### 表達能力與自信 相輔相成

校長表示理解雙職父母的難處，她認為即使相處時間少，只要不放棄，同樣可以培養孩子的語言能力：「家長們可以把握『黃金時間』，不妨多介入子女的生活，引導小朋友說話。例如小朋友覺得冷，可以問他們『冷要怎樣？』，讓他們試著回答。」當然表達能力高的小朋友，能夠和其他同學有較佳的互動，自然較受歡迎，較容易建立自信心，這對日後成長大有幫助。



## 學前適應 5 大解決方案

### 01：環境轉變好可怕？

由一個安全而熟悉的環境，轉到一個陌生的校園，孩子當然會恐懼。建議家長儘可能在開學前帶孩子到幼稚園參觀，讓他們對幼稚園生活有初步了解，並對校園產生親切感。

### 02：規律生活不適應？

孩子一向自由自在、無拘無束，當然無法在短時間內適應的幼稚園規律生活。建議家長可在入學前，多與孩子進行一些模擬校園遊戲，讓他們先了解幼稚園內的人物角色及規則，並從中教導應對方法。

### 03：欠缺獨立能力？

由於孩子在家中一直被照顧週到，要甚麼，有甚麼，若突然走到一個要求獨立、舉目無親的地方，感到憂心也十分自然。建議家長多製造「分離」機會，如把孩子交托親友照顧一天，或讓他獨自與其他小孩玩耍，學習適應家人不在身旁的生活。

### 04：專注力不足？

3 歲小孩的專注力發展仍處於起步階段，當然無法應付長時間的校園生活。建議家長為孩子定立午睡時間，培養他們中午小休的習慣，讓孩子在入學前先補充體力，這樣即使是下午校學生也不怕精神或專注力不足。

### 05：社交出現問題？

自我中心可說是小孩 3 歲時的特徵，因為他們不懂如何去分享，不懂如何去跟別人相處。建議家長在學前多帶參與同齡兒童的聚會，鼓勵他接觸不同的人，從中學習待人接物的技巧。



### 內急要學會說出來

家長不需過份擔心子女的內急問題，梁校長表示，幼稚園老師會定時帶小朋友如廁，慢慢就能戒掉尿片：「初期不要怕小朋友尿濕，不要責備或取笑他們；只要定時帶子女上廁所和訓練他們說出來，慢慢他們便會學懂內急時的身體反應，並懂得告訴大人。」梁校長補充，戒片訓練其實早在小朋友一歲時便可開始，家長可預先為小朋友進行訓練，以適應幼稚園生活。

### 善用午睡補充體力

很多人都以為讀上午校的小朋友會比較聰明，梁校長直言這完全是錯覺，勸家長別迷信之餘，也毋須擔心子女不夠精神上課：「小朋友來到學校，有很多同學陪他玩，所以不會輕易睡著，反而是放學後才會。」若然家長想調節小朋友的生理時鐘，只要加插午睡時間便可。例如讀下午校的小學生可以在入學前先小睡片刻，便可解決上課時精神不足的問題；至於全日制幼稚園，一般都會在上午課後安排午睡，而下午則會進行集體遊戲及活動，所以家長不用擔心。