開心玩樂有法寶--引導幼兒學習等待 輪流 分享

國泰綜合醫院　復健科心理治療組編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

「他去公園，只在旁邊一直看別人玩、不敢靠近，怎麼說都不願意動ㄟ？！」

「帶他去朋友家，看到想吃的就伸手拿，不會問也不等大人拿給他，不給就大聲哭，講也講不聽…」

「他去親子館，看到玩具就直接”搶”、”搶”不到就用咬的，溜滑梯時沒辦法等、直接把別人推倒，帶他玩讓我心驚膽跳！」

「他都不願意分享！明明手上就一整袋維他命糖，還不肯分給別的小朋友！也不分給我ㄟ！這樣以後怎麼交朋友、上學…」

■ 家庭人際初體驗，第一個學習場

上述這些是許多父母在教養家中幼兒常遇到的困擾：因為不敢玩、沒耐性等待、不會先開口問、不願意分享…進而延伸出哭鬧、霸占玩具、推人、咬人

等種種的行為，也讓旁觀者質疑父母到底有沒有在教！父母經常說的是：「家裡沒有其他的小朋友，讓他學習，我也很煩惱」。這時，我都會提醒父母：「別怕沒有其他的孩子，你是家庭的一份子，就是孩子的學習對象！」

■給予表達意見的機會

語言是孩子理解周遭世界、自我經驗和情感的方式之一，當孩子可以將想法和感受利用語言表達、說出心裡的話時，便是一大躍進。進入幼兒期，孩子更經由語言參與人際互動、解決問題、協商衝突。生活中，父母透過孩子玩的遊戲、語言表達及行為動作，觀察、感受並了解孩子在日常生活中對什麼有興趣、關心什麼，並讓孩子練習表達自己，包括：喜歡／不喜歡的、想要／不想要的、開心的／生氣的…。若孩子無法有完整句子的表達，父母可以先示範怎麼說，以協助孩子。孩子時時練習表達自己的想法、感受與經驗，當遊戲、互動或遇到衝突時，才能以語言反應，而不是只有叫鬧、推搶咬。

■體驗等待是什麼　一次次地練習

家庭是孩子世界的起點，他們對外在世界的態度和期待多來自家庭生活的經驗，他們的行為模式亦從與父母的關係中漸次形成。嬰兒時期，父母多是全心照顧、盡力而快速地滿足孩子的需求，讓孩子建立世界是可信任、安全的。隨著孩子認知、語言、動作等各項能力的進步，進入幼兒期，如果父母仍是不假思索地、凡事以孩子為第一優先，快速地滿足需求，孩子自然無法理解（接受）外面的世界怎麼會不一樣、為何需要等待，反而會以大叫、哭鬧、推搶咬回應。相反地，父母若能依生活中實際的狀況與孩子互動，適時、平穩地回應，孩子於經驗中，自然就能感受並學習到“等待”。例如：小傑大叫著「吃！布丁布丁」，媽媽能不受干擾地、一邊準備一邊地以口語回應「媽媽正在開，要等喔」「再等一下就好」。經過一次又一次地練習，孩子有了親身、真實的“等待”體驗（即使過程中又叫又跳又哭鬧），下回去公園玩溜滑梯，就願意在一旁等待。

■學習輪流　一次次地練習

孩子理解並接受等待後，接著學習輪流。孩子先要親身、真實的體驗輪流後，父母才能引導他輪流等待玩玩具、排隊玩溜滑梯...，最後才是和別的小朋友一起玩。輪流其實就是一個人玩、另一個人等待，再換一個人玩、另一個人等待，如此重覆循環。家庭生活中可以創造許多輪流的機會，如：「你吃一顆維他命糖」「爸爸吃一顆」「媽媽也要吃一顆」，「你再吃一顆」「換爸爸吃一顆」「媽媽再吃一顆」…。吃的食物、喝的飲料、看的電視、玩的火車...只要是孩子喜歡、又不專屬於他的，都可以做為練習輪流的機會。當孩子理解並接受輪流後，就能和別的孩子和平地共處，一起玩。

■一起玩輪流玩　學習分享

分享根基於對外在世界的信任，相信物品分給別人（分享）後我也一樣好，甚至更快樂，如果孩子沒有建立這樣的相信，很難學會分享。分享--把自己喜歡、心愛的物品分給別人，對幼兒並不容易，因此更需在生活中漸進練習。練習的方式是：我們

一起玩，然後輪流玩，每個人都玩到想玩的玩具；一次次地輪流玩／交換玩，每個人都能玩到想玩的玩具，每個人都安心又開心，孩子親身體驗分享的趣味後，最後才成就（學習）了分享行為。

父母在生活中發現哪些情境可以創造機會，引導孩子學習，只要多觀察多嘗試、肯花時間就能找到竅門！

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師或治療師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院　(02)27082121 轉 3742

我們將竭誠為您服務！

AP140.504.2020.01 初訂

2025.05 審閱