

寄養服務

通訊



聖公會聖基道兒童院
寄養服務

2024年3月
第68期

編者的話

踏入2024年，我們在一月份舉辦了不少活動讓寄養家長及兒童一同參與！感謝一群熱心的寄養家長的支持，透過參加培訓活動，認識了有關兒童言語發展的訊息，寄養家長更親身體驗了創傷知情瑜珈。我們希望透過培訓活動讓寄養家長有相聚及交流的機會，同時可以讓寄養家長增值自己管教的技巧，與我們一起繼續服務寄養兒童！

言語治療師周易鴻先生於一月十二日及一月三十一日與一眾寄養姨姨分享了認識言語障礙及提升學童語言能力的方法。寄養姨姨們在照顧寄養兒童的過程中遇到了不同的困惑和挑戰，言語治療師周 SIR 向大家介紹了學童的語言發展階段，並解釋了常見的言語障礙類型。透過這些知識的分享，寄養姨姨能更好地理解孩子們的語言發展過程，並可運用實用的方法和策略來提升兒童的語言能力。





言語治療師周 SIR 和大家分享一下 有關兒童言語發展的小貼士：



1. 兒童言語發展階段

	語言理解	語言表達
2-3 歲	<ul style="list-style-type: none">理解不同概念，如：大小、方位、顏色明白簡單問題，如：「邊個食?」、「有冇波?」、「提子喺邊度?」、「要唔要車車?」理解較長的指令（如：「擺波喺枱度」、「拎蘋果同埋西瓜」）	<ul style="list-style-type: none">運用三至四詞句 （如：媽媽/食/橙，去/公園/玩，爸爸/擺/菜嘍雪櫃度，擺/餅餅/俾/我食）詞彙量增長得很快 （名詞、動詞、形容詞、副詞）發問簡單問題，如：「喺邊度?」、「乜嘢?」
3-4 歲	<ul style="list-style-type: none">理解因果關係明白較深的問題，如：「點解要睇醫生?」、「有幾多粒糖?」、「點樣刷牙?」理解較複雜指令，如：（媽媽 去街市買一個蘋果）	<ul style="list-style-type: none">運用四詞或複合句子，及以形容詞修飾（如：我想你買架紅色車俾我玩）能運用「點解?」、「咩呀?」、「邊度?」、「可唔可以?」問題描述圖畫內容及簡單程序
4-6 歲	<ul style="list-style-type: none">明白較深的概念詞彙，如：相反概念（高矮/長短/遠近）、時間性概念（而家、頭先、一陣、今日、聽日、之前、之後）理解較複雜句子，如：「食飯之前你會做咩?」理解「幾時?」問題	<ul style="list-style-type: none">描述過去的事情及生活經驗能應對日常的對話，說話語句接近成人運用連接詞，如：「但係 / 不過」、「如果…就…」運用故事元素說出故事（時、人、地、經過、結果、感受）

如果兒童的語言能力比一般同齡兒童顯著較弱，就有機會患上發展性語言障礙。而透過遊戲的方式，我們可以幫助克服語言障礙，並提升孩子的語言能力。遊戲培養興趣和參與度，學習詞彙、句子結構，並練習提問、回答問題，讓他們在輕鬆的環境中逐漸發展語言技能。



2. 透過遊戲提升學前幼兒語言能力

遊戲對兒童的重要性不可忽視。它不僅是成長所必需的一部分，也是兒童學習的有效途徑。透過遊戲，他們能夠與他人建立關係，學習不同的概念，促進語言和認知的發展。在遊戲中，兒童能學習詞彙、不同句子結構，並能夠作出要求、澄清和發問問題。同時，他們還能發展口肌功能和發音技巧，提高理解指令的能力。總之，遊戲是兒童綜合發展不可或缺的重要元素。以下為部分家長可運用的技巧：



A. 睇佢玩，學佢玩，等佢講 (Follow the child's lead)

玩耍時，家長宜多等待孩子自由探索玩具，然後觀察孩子的玩法，最後順應孩子加入遊戲。加入遊戲後，家長宜多靜待孩子發言，不要搶着先說話。待孩子發言後，家長才作出回應。

B. 家長旁述 孩子聽 (Parallel talk)

以合適程度的言語來旁述，把情景中的細節和語句緊緊連繫，讓孩子了解兩者關係，對家長而言，多旁述能大幅度地減少發問的次數。鼓勵家長觀察孩子的玩法，跟隨其玩法，不多加意見或指引，令互動變得更自然。



例 孩子坐在地上，手裡拿著一隻玩具火車，輕輕推動著它。
家長：「推火車。」
孩子興奮地笑著，繼續推動火車。
家長：「火車入山洞啦！」
孩子開心地看著火車繼續前進，家長繼續旁述著情景中的細節，讓孩子更加投入遊戲。

C. 佢講啲啲，你講長啲 (Expansion)

家長回應孩子話語時，運用較長和複雜的句子覆述孩子的說話。即是孩子說出話語後，家長依其內容、詞序予以調整成為更完整的句式

例 孩子：「我畫了一隻大象！」
家長：「哇，你畫了一隻大象！太厲害了！它是什麼顏色的呢？」
孩子：「是灰色的大象！」
家長：「好棒！你用灰色填滿了大象的身體，讓它看起來真的很像真的大象。你還畫了大象的長鼻子嗎？」
孩子：「對！長長的鼻子！」
家長：「太棒了！你真的很認真地觀察大象的特徵，把它們都畫出來了。你的畫真的很有創意，我喜歡你畫的大象！」

通過使用較長和複雜的句子，家長可以回應孩子的話語並展開對話，提供更多的資訊和詢問，同時也鼓勵孩子表達自己的創意和觀察力。這種互動有助於豐富孩子的語言能力和思維發展。

寄養樂 • 小白兔音樂農莊活動暨 創傷知情瑜珈暨管教培訓



20 名寄養家長與 18 名寄養兒童於 1 月 14 日一同暢遊小白兔音樂農莊活動，享受大自然之餘，亦可親親小動物。寄養家長們更過了一個充實的早上，在導師 Ada 的帶領下，一同認識創傷知情瑜珈的知識，有助寄養家長們照顧自己的需要，認識依附理論並提升管教技巧。

自己和孩子的安全型照顧者， 讓身心感到安全

作者：Ada Wong, TCTSY-F, RCYT,
DNSET, E-RYT500, YACEP
創傷關懷行動 TraumaCare 創辦人兼講師

創傷知情的照護 (Trauma-informed Care) 著重建立安全的關係。當孩子在成長時沒有和照顧者建立安全、親密的關係，身體和情感需要沒有被滿足，甚或受到傷害、虐待、忽視、遺棄、打罵等，都會引致神經系統的情緒調節出現問題，覺得自己不被愛、不夠好、不重要、不安全。神經系統很可能會長期停在生存模式，也就是長期在偵測危險，認為世界就是不可信，並產生各種不安全的依戀模式，例如對分離過度焦慮的焦慮型依戀、視親密為威脅個人自由的逃避型依戀，以及對親密又恐懼又渴望的矛盾型依戀。

在農莊活動當天，很高興和各位照顧者分享過安全型和不安全型依戀的特點。今次繼續和大家分享安全型教養的原則，讓大家同時成為自己和孩子的安全型照顧者。



穩定回應身心需要

穩定地回應身心需要是安全型與不安全型照顧者的最重要分別。我們每個人都需要感到被無條件地愛著、被重視、被傾聽、被欣賞、被接納、被包容。

對自己：你可以當自己的安全型照顧者，每天定時確認自己身心需要，你是否允許自己休息？你有否花點時間欣賞自己？重視自己的情緒健康，以適當健康的方法釋放自己的情緒。你可以每天對著鏡子說「我愛你，因為你本身就值得被愛。」你需要甚麼才能讓自己從防禦狀態轉到安全狀態呢？你越能無條件地愛自己，就越能輕鬆無條件地愛其他人。

對寄養兒童：穩定地回應孩子的身心需要，除了照顧衣食住行的基本需要外，情感需要同樣重要。讓兒童感覺到他們不需要滿足到特定標準才值得被愛，同時支持他們的成長和進步。定時關心兒童的感受，接納他們的情緒，引導他們辨識情緒，不用拒絕情緒。例如叫孩童「不要哭」，往往會讓神經系統負荷更大。

例如當小孩子悲傷時，可以說：「我知道你現在不開心，你如果需要哭泣可以哭，我可以在這裡陪伴你，我知道悲傷是很不好受的。」

修補能力

安全型和不安全型家長最重要的分別在於修補創傷的能力。在發生衝突、意外或不快事件之後，照顧者能夠承擔責任、主動道歉或原諒、以適當的方式抒發情緒和溝通需要，是讓大家都能在不快事件中成長並加強關係的關鍵。

對自己：當自己出錯，又或覺得自己做得不好時，承擔責任的同時，可以對自己說：「錯誤是進步的機會，我可以原諒自己有做得不好的時候，我覺察這刻我感到難過是因為(……)，但不代表我不值得被愛，我可以肯定自己已盡力，和鼓勵自己下次做得更好。」

對寄養兒童：假設照顧者當天控制不了脾氣，大罵了孩童一頓，事後回想其實孩童也沒有什麼大錯，這時照顧者可以跟孩童

說：「對不起，這不是你的錯。是阿姨/叔叔我今天心情煩躁，發了你的脾氣，不是你的問題，也不是你不好。我和你一樣都會有情緒，我都在學習管理情緒，這是我的責任。我發脾氣時你是否很害怕，你現在想告訴我嗎？(然後可以讓兒童表達他們的情緒，他們可能通過說話、哭泣、動作來表達)如果你現在不想，也沒有問題。」

權力與選擇

受創往往是在孩童既無權力又無選擇的情況下發生。創傷知情著重尊重每個人的選擇自由，因此在教養過程中盡可能地給予選擇，可以讓兒童感到有自由和權利做自己，同時無需因為屈服於權威而犧牲自己的獨特性。

對自己：有時候我們可能會不覺察地強逼著自己做某些事情，這樣有時是基於我們自己童年時經驗。假設我孩童時要考試滿分才不會被罵，為了安全，為了不被罵，我的生存策略是一定要考到滿分。當我長大成人，即使我再不會被罵，我也會要求自己事事做到滿分，因為我內在的聲音告訴我：「只有滿分才叫好。」你現在可以培養自己成為安全型照顧者，不用強逼自己一定要達到滿分。假設你當天很累，但你可能覺得你「一定要」做完所有家務才去睡，這時不妨給自己一個選擇的權利：你可以選擇今晚或明早掃地，不論你今晚或明早掃地，你其實都可以是個很好的照顧者。

對寄養兒童：你可以嘗試將「選擇」帶入你的日常照顧中，並擁抱每個人都有獨特的喜好、情緒和發展需要。不影響安危的事情，說話中可以多用邀請式語言，例如「你可以」、「不如試試」，並專重兒童說「不」的權利，其實也幫助自己放下過多的責任。給予選擇，兒童不覺得被壓迫，反而會更容易接納你的建議。

例如你需要安排兒童在睡覺前洗澡，與其你指明說：「你9點前必須洗澡！」你可以給他/她選：「你可以選擇在晚飯前5點洗澡或晚飯後8點洗澡。」其實你還是可以達到你需要他/她9點前洗澡的要求，但你可以容許兒童練習作出選擇。



復活節快到了！小朋友們一同來設計屬於你們的復活蛋吧！



如對寄養服務有興趣，想加入成為寄養家長，
歡迎致電 35830411 查詢！



聖公會聖基道兒童院
寄養服務

寄養服務

地址：香港北角百福道 21 號
香港青年協會大廈 15 樓
電話：2520 1632
傳真：2529 9979

寄養服務通訊 網上版
[http://www.skhsch.org.hk/
download_area/publications/mother](http://www.skhsch.org.hk/download_area/publications/mother)



編輯：寄養服務社工 陳紫欣
督印：服務總監 鄭美儀
份數：250 份