



發展注意力的方法

1. 環境設定

- a. 在房中選擇一個寧靜的地方。
- b. 減少孩子的精神不集中：
 - (i) 把電視機關掉
 - (ii) 利用視覺上的阻礙物
例如：高櫃及沙發的背面
- c. 設立一個給孩子的工作範圍，並放置適合孩子大小的椅子及桌子，
(例如：茶幾或兒童用的矮桌子)。
- d. 利用盤子或餐墊來規定工作範圍。
- e. 選用「完成玩具」（請看以下描述），

例如：

- 把小方塊連結來把砌圖完成
- 重疊環子
- 把東西分類在不同箱子的遊戲

2. 鼓勵孩子多參與遊戲

- a. 給孩子一個信號顯示在桌上的遊戲正式開始，
例如：口頭預告，用手勢或動作來表達。
- b. 只給孩子玩具的一部分，
例如：告訴孩子把一個環子或一幅圖畫放到桌子上。
- c. 當引領孩子到桌子時，你應唱些「轉接歌」；
例如：用「有隻雀仔跌落水」的曲配以「這是時候坐過來桌子玩玩的詞。

3. 遊戲時間

- a. 為了讓孩子知道怎樣去做，你應在他們遊戲前示范給他們看，
(例如：你可放入第一小塊在砌圖內)。
- b. 如果你的孩子在完成遊戲時需要幫助，你應在他們需要時給予身體上的幫助，
(例如：以你的手接觸他的手的幫助)。
- c. 逐漸地增加遊戲的時間，成人必須陪同孩子一起進行。但起初只可用短時間，如三十分鐘便已足夠。
- d. 若孩子想繼續玩耍，可給他/她重複上述說明的遊戲程序。
- e. 若孩子在預定完成時間前或後失去玩耍的興趣，你可令孩子只完成遊戲的第一部，這是帶有鼓勵性的方法，可使他們知道限制是由成人制定的。