



如何培養幼兒 逆境智商

經歷全球疫情後，我們更著眼於當幼兒面對逆境時的能力，因此我們應從小培養幼兒的抗逆智商，讓他們一點一滴地累積面對逆境的經驗。

我們如何看待逆境

近期翻開本港新聞，屢屢傳出學童輕生悲劇事件，叫人惋惜。根據撒瑪利亞防止自殺會調查顯示，過往自殺危機處理中心曾有4歲幼童求助，而僅僅2023年7至10月期間的求助個案中，年紀最小的也只有8歲。因此，我們除了關心幼兒生理健康外，心理健康同樣重要。

面對逆境需要的能力

有些幼兒遇到困難時會變得沮喪或卻步，有些卻能安然面對或者能從逆境中迅速復原過來，展現出抗逆的能力。「抗逆」是指面對逆境時積極適應的過程。幼兒面對逆境需要以正面樂觀的心態、解難能力和溝通能力面對。家長從生活中，透過行動、心理和言語培養幼兒逆境智商，以下為筆者給予家長的一些點子。

① 掌握生活小挫折的機會

日常生活中，不用將失敗視之為洪水猛獸，反而讓幼兒明白「偶然的失敗」亦是我們生活中的一部份。以筆者的學校每月都與幼兒進行小食製作為例，有一次他們製作麵包時，幼兒可能因製作步驟、食材份量或時間控制等因素，而未能成功製作出麵包作品。當中我們正需要幼兒認識「失敗」，即使麵包烤黑了，但只要願意嘗試和找出失敗的原因，讓幼兒汲取經驗，為下次小食製作作準備，灌輸成功不是靠偶然，而是靠努力與不斷嘗試來獲得的。幼兒最終製作的麵包，由「焦黑」變成「金黃」麵包，享受成功的樂趣。樂觀的心態很重要。學會接受失敗，是我們人生學習的一部份，並非所有事情都能如期



望中進行，要讓幼兒記住逆境不會持續，而只是問題出現的現象。

② 常懷希望的心態，培養正面態度

家長在日常生活中作好榜樣，對事物常抱持希望，如：「這裡沒有合適的物品，我相信別的店舖應該可以找到。」另外家長可以與幼兒一同閱讀有關希望和堅毅的故事，如《塞翁失馬》和《愚公移山》。家長可先引導幼兒找出失敗的原因，然後問：「下次可以怎樣做得到？」讓幼兒認識失敗的原因，學會想辦法解決，培養他們面對困難的正面態度。

③ 愈愛愈要學懂放手

有些家長會不停地問「點解你咁做？」「點解你咁諗？」一旦幼兒做錯決定，家長不要立即否定其行為或想法。家長要信任幼兒，以及在適當時候放手，讓幼兒學習成長。在管教的過程中，以引導式的提問方式，讓他們一步一步地說出自己的原因和想法。家長從中了解到幼兒面對的問題，幼兒亦能從過程中漸漸提升自己的溝通能力。

家長培養幼兒逆境智商，刺激幼兒探索世界的積極性，帶領他們建立正面的思想。幼兒從失敗與成功中不斷學習，一點一滴地累積面對逆境的經驗和能力。當他們得到別人的認同及支持，便慢慢建立自信、獨立、自主解決問題的能力，培育韌力，放手讓他們以樂觀心態迎接困難。☑