



女青賽馬會家庭健康促進中心  
YWCA Jockey Club  
Family Wellness Centre

# 基督教家庭服務處趣樂幼稚園 「培育社交小達人」家長講座

葉嘉恩姑娘（註冊社工）



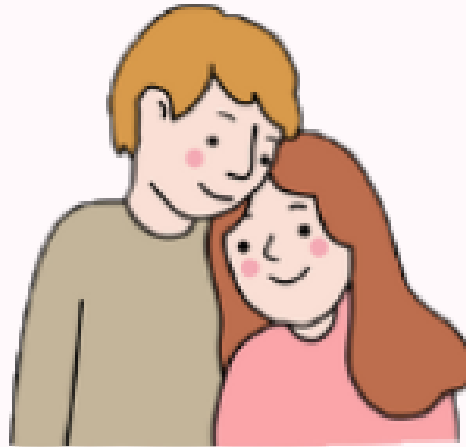
# 社交技巧為何重要？



處理孤獨感、  
建立自我形象



在團體中得到  
接納和支持



日後與人建立親密  
關係的基礎

# 兒童社交技巧的發展

## 初生至一歲



- 以哭、笑或發出聲音及改變身體姿勢以表達個人情緒
- 認出熟人的面孔
- 對別人的逗玩有反應
- 聽到自己的名字會有反應
- 開始模仿：聲音(Papa, mama)、動作(拍手, 揮手, 拜拜)
- 開始重複會引人注意及發笑的動作

# 兒童社交技巧的發展

## 一歲至兩歲

- 用手指指事（想要的事物/想去的地方）
- 開始模仿別人的表情
- 開始用簡短句子A+B與人溝通（媽媽食、搭車車…）
- 引導下開始懂得與人打招呼（姐姐, 哥哥…）
- 能遵從簡單指示（唔准, 停止…）
- 大多數獨自玩
- 開始發展平行式遊戲（一起玩但玩不同東西）
- 模仿朋輩的動作（疊積木）



# 兒童社交技巧的發展

## 兩歲至三歲

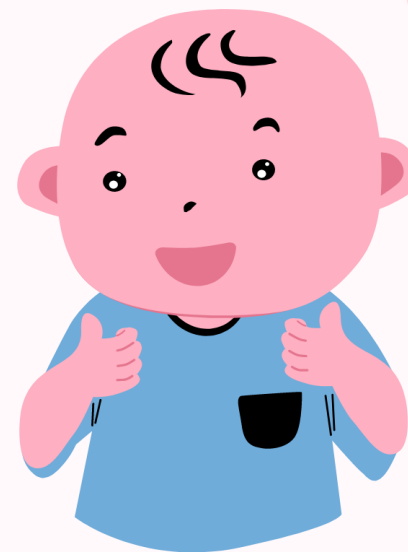
- 開始有男女意識
- 開始明白不同的面部表情
- 有更多的情感表現
- 在引導下懂得說：唔該，多謝
- 開始會拒絕大人（唔要！唔好！唔鍾意！）
- 開始與朋輩有互動，一起玩
- 開始學習輪侯和守規則



# 兒童社交技巧的發展

## 三歲至四歲

- 用簡單句子與人溝通（我要睇「didi」）
- 開始與人分享自己所有的東西
- 開始能向父母提出要求（穿黃色衫，買泥泥車…）
- 開始能玩角色扮演遊戲（老師，消防員，警察，廚師…）





# 兒童社交技巧的發展

## 四歲至五歲

- 安排別人的活動並發出簡單指令（你拎去嗰度…）
- 開始炫耀自己（出現驕傲情緒）
- 懂得關心別人（拍拍膊頭，攬攬）
- 自創簡單遊戲及規則
- 開始分辨勝負



# 兒童社交技巧的發展

## 五歲至六歲

- 選擇自己的朋友及玩伴
- 開始喜歡與數個朋輩一起玩
- 大部份情況下會遵從成人的意見
- 自發組織團體遊戲（捉，猜…）





# 孩子的不同「氣質」

## 「氣質」(Temperament)

- 人的性情或脾氣
- 人的心情隨情境變化而隨之改變的傾向
- 包括情緒狀況、適應力、活動力、忍耐力等等
- 受先天和後天的因素交互影響

# 幼兒氣質量表

1. 家人一起吃飯時，孩子安靜坐好，不會動來動去
  2. 到別人家二、三次後，孩子仍會感到不自在
  3. 孩子在陌生人面前會害羞
  4. 孩子哭鬧時會滿臉通紅，大哭大鬧，心跳加速
  5. 逛街時，孩子不會接受別的東西取代他本身想要的糖果
  6. 孩子在玩模型、拼圖、畫畫時，要花很長時間做完才肯停止
1. 活動量
  2. 適應性
  3. 趨近性
  4. 情緒強度
  5. 注意力分散度
  6. 堅持度

# 常見社交狀況一： 不打招呼/不回應人



晴晴3歲，遇到別人時，會躲在媽媽身後，不願跟人打招呼。別人主動跟她say hi，她似乎聽不到，只低頭做自己事。問問題要問幾次才回應。很怕別人覺得晴晴無禮貌。

1. 活動量
2. 適應性
3. 趨近性 ←
4. 情緒強度
5. 注意力分散度 ←
6. 堅持度

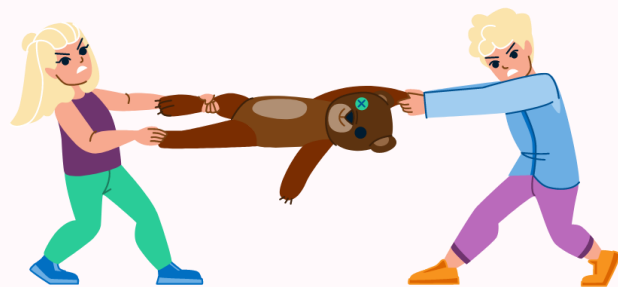
# 幼兒的社交發展

- 趨近性低對不熟悉的人有退縮傾向
- 需要時間適應環境
- 缺乏安全感
- 專心的孩子未能快速轉移專注力
- 回應比較細微
- 不明白大人的說話
- 不懂調整溝通行為



# 處理不打招呼/不回應人的孩子

- ❑ 標籤：「你咁怕醜/無禮貌架！」
- ❑ 追問：「點解你唔同人打招呼？」
- ❑ 強迫：「講早晨啦」
- ❑ 懲罰：「你唔應人就冇雪糕食架喇」



# 處理不打招呼/不回應人的孩子



- 容許熱身時間（第一步，第二步，第三步…）
- 留意對方是否有些舉動令孩子不安（距離，接觸，聲線等等）
- 說出孩子面對陌生人的焦慮及不安（晴晴好耐無見陳叔叔啦，知道你有啲緊張）
- 接納：「我地第一次見，可以唔太熟，唔想答住，唔緊要，等我地熟啲先啦~」
- 明確溫和地表示聽不到回應
- 觀察和接納孩子其他的回應方式（揮手）
- 肯定及感謝：「多謝你同叔叔say hello!」
- 利用布偶角色扮演





# 常見社交狀況二： 不願意分享物件



明明4歲，去到一個公共遊戲室，不喜歡跑跳，只坐著玩停車場玩具。另一位小朋友伸手想玩，但明明不讓，並說：我要將全部車泊好先呀！

媽媽著急地與明明說：你咁小氣，下次我唔帶你黎！並從明明手上拿了玩具給該位小朋友。



1. 活動量 ←
2. 適應性
3. 趨近性
4. 情緒強度
5. 注意力分散度
6. 堅持度 ←

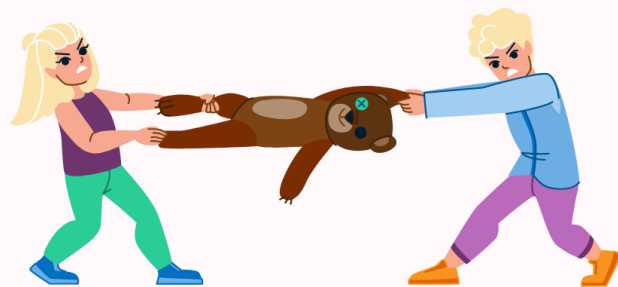
# 幼兒的社交發展

- 活動量低的孩子不喜歡運動，較喜歡靜態活動
- 堅持度高的孩子容易抓著一件事不放
- 語言能力不足
- 未有強的時間觀念
- 對物件有佔有慾

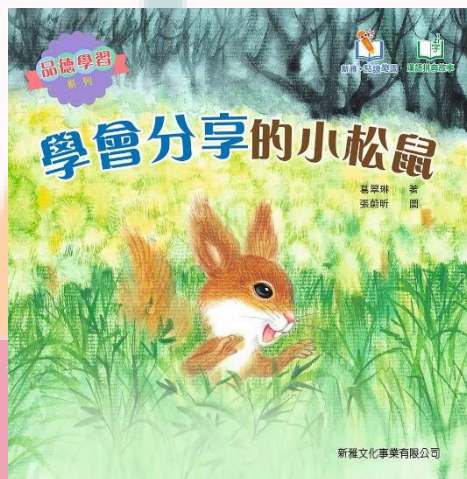


# 處理不願意分享物件的孩子

- ❑ 標籤：「你咁小氣/自私架！」
- ❑ 追問：「點解你要唔比人玩？」
- ❑ 強迫：「你再唔比人，我就唔帶你出黎」
- ❑ 懲罰：「直接搶走玩具」



# 處理不願意分享物件的孩子



- 反映孩子的感受（我知道你唔開心…）
- 適當的時間才引導孩子（並非作為交換條件）
- 避免模糊的指示（玩多陣就要比其他小朋友）
- 預先心理準備（玩10分鐘就要放低）
- 提議如何分享（泊多5架車之後就到其他小朋友/  
你泊1架，佢泊1架/ 我地合作將啲車泊好）

# 常見社交狀況三： 推撞其他小朋友





孩子在公園排隊，有其他小朋友站在附近  
疑似「打尖」，孩子便推撞該位小朋友，  
你當刻會怎樣處理？

- 檢查有否受傷
- 需要孩子解決問題或補償
- 了解孩子動機，給予機會表達
- 講解社交規則
- 幫助孩子明白別人感受
- 教導如何表達感受





孩子在公園排隊，有其他小朋友站在附近  
疑似「打尖」，孩子便推撞該位小朋友，  
你當刻會怎樣處理？

- 檢查有否受傷
- 需要孩子解決問題或補償
- 了解孩子動機，給予機會表達
- 講解社交規則
- 幫助孩子明白別人感受
- 教導如何表達感受



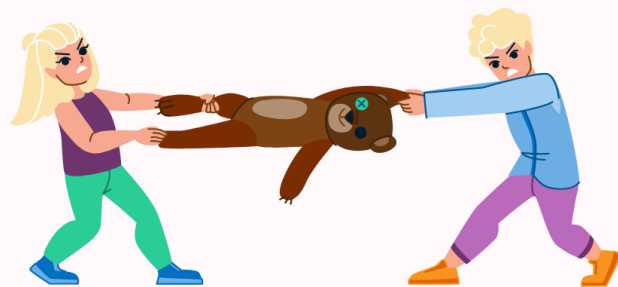
# 幼兒的社交發展

- 自我中心主義 Egocentrism
- 追求價值感，想獲得注意
- 想捍衛自己的權利
- 適應性低的孩子不容易接受「意料之外」
- 情緒反應激烈的孩子一生氣就會顯現
- 未能及時抑制衝動、未建立道德觀念

1. 活動量
2. 適應性 ←
3. 趨近性
4. 情緒強度 ←
5. 注意力分散度
6. 堅持度

# 處理會推撞的孩子

- ❑ 標籤：「你咁粗魯/惡死架！」
- ❑ 追問：「點解你要推跌人？你知唔知佢好痛？」
- ❑ 責怪：「總之推人就唔啱！」
- ❑ 武斷：孩子推人不見得一定是孩子的不對



# 處理會推撞的孩子



- 以身作則關心被推的小朋友的狀況
- 先了解來龍去脈（話比我知發生咩事）
- 反映孩子的感受（我知道你好騷…）
- 事前約定（如果見到你推人，我地就暫停啦）
- 給予更佳方案（唔推人→ 可以即刻話比我知/用說話同對方講）
- 減少比較和競爭
- 不勉強孩子接納

# 建立幼兒社交能力的方向



# 建立孩子社交能力的方向

## 1. 改善語言理解及互動語言

- 聽得好 ~ 才可以回應、明白遊戲規則
- 說得好 ~ 才可以表達自己，不用出手





# 家長的角色：訓練孩子聆聽

- 呼喚孩子
- 要求孩子回應你，你才繼續講  
(眼神、身體、言語、動作)



# 家長的角色：訓練孩子表達



在回家的路上，孩子因為眼瞓所以開始哭鬧。

➤ 孩子2歲前：當**解碼器**，幫孩子說出來

家長可以說：「孩子，你覺得好眼瞓了，想快點到家，是嗎？」

➤ 孩子2歲後：以**引導或提問**的方式，鼓勵孩子說出來

家長可以問：「孩子，你覺得怎樣呢？」、「你想做什麼呢？」

➤ 鼓勵孩子以**完整句子**表達，例：「我好想快d返屋企，因為我好眼瞓。」

# 透過對話式閱讀提升幼兒表達

1. **鼓勵幼兒採取主動的角色**：盡量鼓勵幼兒說出圖片中的各種資訊，讓他能參與其中，並常使用開放式問句，避免封閉式的問句，在必要時給予協助
2. **給予回饋**：在說故事的過程中，順著幼兒的興趣，運用延伸、示範、更正、讚美的對話來提供回饋
3. **逐漸調整進步的標準**，透過大人的鷹架，引導幼兒對閱讀的內容做更多的觀察和描述幫助幼兒發揮其潛在的能力，提升幼兒的語言理解能力

# 家長的角色

- 減少使用電子產品，即使使用，也要有家長陪同參與及講解
- 多跟孩子進行對話式的親子共讀
- 多跟孩子聊天，並有不同的活動以增加話題
- 留意孩子的語言發展，如有遲緩，可尋求言語治療



# 建立孩子社交能力的方向

## 2. 安排社交互動機會

- 學習利社會行為
- 輪流、分享、等候、合作、遷就、表達意見、商借
- 社會學習理論(經由觀察、增強和模仿達成)



兔子生活百貨:a76879922





社交互動：有禮貌、求助、表達感謝、眼神接觸、聲音大小





# 建立孩子社交能力的方向

## 3. 協助幼兒理解人際關係(點解同佢做朋友?點解要幫佢?)

- 外在特徵 (身體特徵或擁有物件)
- 聯合活動 (與好朋友的共同活動)
- 敬慕 (美德、優點、成就)
- 情感 (與他一起很快樂)
- 利他行為 (他會幫助我、他會安慰我)
- 親密 (他會講心事給我聽)

# 幼兒同儕關係(K3)

- 是好朋友，會一起玩
- 吃飯一起坐
- 會玩賽跑遊戲
- 會分享秘密
- 好好笑
- 她很漂亮/頭髮長
- 會分享玩具
- 她會幫助我
- 他會送貼紙給我
- 他吃飯很快

- 他會打我/踩我的腳
- 會破壞我的東西
- 會一直抓我
- 流鼻涕不擦/玩口水
- 常跑來跑去
- 吃飯時一直說話
- 上課不專心
- 用別人的東西
- 會令老師罵人
- 每天唱一樣的歌

# 建立孩子社交能力的方向

## 4. 教導孩子察覺及表達情緒、同理心、尊重



# 說故事圖咭

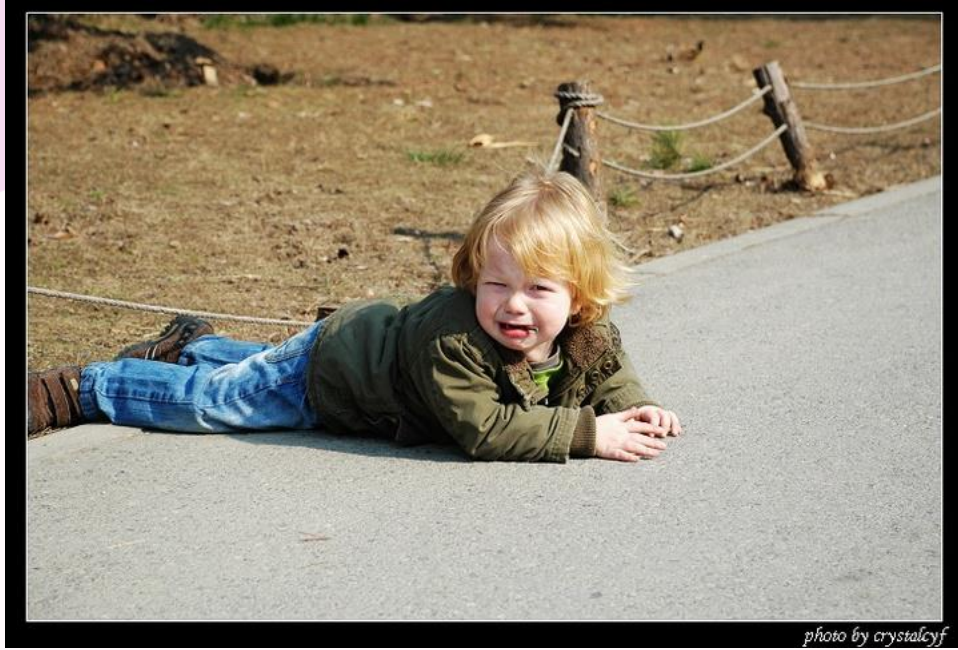


- 留意及明白人物的身體語言
- 估計人物心情及想法
- 明白社交規則
- 思考處理方法
- 訓練言語表達



# 認識不同的情緒 (及背後的原因、需要和處理方法)





## 多代入及想像 建立同理心

1. 佢發生咩事？
2. 你估吓佢有咩感受？
3. 你覺得佢要啲咩幫助？
4. 你會點樣安慰佢？
5. 如果你係佢，下次會點做？





## 多代入及想像 建立同理心

1. 你知唔知發生咩事？
2. 咁我而家有咩感受？
3. 你覺得我要啲咩幫助？
4. 你會點樣安慰我？
5. 你會點樣提醒我？

# 影響幼兒社交表現（或需專業介入）

- 童年創傷（不穩定照顧者、分離、疏忽）
- 特殊學習需要（專注力不足/過度活躍症、自閉症譜系障礙）
- 言語障礙（發音，組織，流暢）
- 感覺統合障礙（自身統合影響如何與環境互動）
- 選擇性緘默（焦慮症的一種）

# 身教最重要

