

## 报道◎蔡玮谦

cweiqian@sph.com.sg

防疫措施影响孩童的身心，一些孩子的语言表达能力、社交技能未能如期成长。疫后如何帮助他们回到正常的发育轨迹？受访专家提出见解和建议，包括通过用故事激起孩童的兴趣，以教导良好的沟通方式。

**戴**口罩和居家学习是防疫期间的常态，“冠病一代”孩童生活在一系列防疫措施下，不仅社交机会减少，辨别表情及语言表达能力也可能被削弱。这对他们的成长造成一定的负面影响。

如今防疫措施已松绑，社交活动恢复至疫前状态，受访的专家认为，只要家长和学校给予支持与帮助，学习与表达能力受疫情影响的孩童仍可奋起直追。

孩童心理咨询诊所Annabelle Kids的临床心理学家周泳伶博士接受《联合早报》访问时说，居家学习是防疫期间固定的学习模式，孩童的屏幕时间因此增加，户外活动则减少，这不仅提高发胖的风险，也影响睡眠质量。

“口罩也是防疫期间的必需品，孩童与他人沟通时，无法看见对方嘴唇、听不清发音，也看不到对方的表情，这将影响孩童掌握语言及识别表情的能力。”



周泳伶博士：孩童的每个年龄段都有一定的“发育里程碑”，家长可通过“里程碑”看出孩子发展是否缓慢。（受访者提供）

她也说，防疫期间的实体互动减少，孩童不仅失去社交机会，变得更怕生，也少了练习沟通的机会。

## 孩童的“发育里程碑”

职总优儿学府儿童援助服务部学习辅导组长何美莲观察到，一些幼儿园一、二年级的孩童与家里以外的人互动时感到不自在，他们在课室里也不愿与他人分享东西，缺乏礼让精神。

周泳伶说，孩童的每个年龄段都有一定的“发育里程碑”，例如可以识别表情及懂得与他人分享事物等，

“冠病一代”孩童的发育可能因为生活在防疫措施下而受影响，只要家长和学校给予支持与帮助，孩童仍可奋起直追。（iStock图片）



## 后冠病时代 帮助孩童成长路上 奋起直追

家长可通过“里程碑”看出孩子发展是否缓慢。

职总优儿学府儿童援助服务部心理学家徐秀真举例说，两岁孩童应开始模仿他人脸部动作或声音；三岁时开始拥有识别表情的能力；四岁时会与其他孩童玩在一起等。

周泳伶补充道，若孩童到了五岁表达能力有限，而且经常闷闷不乐，这是发展缓慢的迹象，如果家长担心孩童的发育，可以找儿童临床心理学家帮忙找出问题。

## 每个孩童是独立个体

与此同时，淡马锡理工学院心理学研究讲师梁惠真博士指出，虽然孩童大致上会根据一个发育轨迹成长，但每个孩童是独立个体，发展有快慢，家长一般上无需过于担心。



梁惠真博士：孩童大致上会根据一个发育轨迹成长，但每个孩童是独立个体，发展有快慢，家长一般上无需过于担心。（受访者提供）

“除非家长发现孩子的日常活动受影响，包括没有办法与同学沟通等，那及早寻找专业帮助可解决

问题。”

她也建议学校多创立兴趣小组让孩童参与，促进之间的互动，加强他们的情绪管控和换位思考的能力。

职总优儿学府儿童援助总监庄怡珍说，职总优儿学府早前推出了课堂辅助计划（Class Support Programme），让学习上需要更多帮助的孩童可以通过小组活动学习。

“进入后冠病时代，社交人数不再受限，场合变得更大，我们近来推出情绪和行为管理课程，以协助孩童更好地应对人多的环境。”

## 父母可身体力行当楷模

新跃社科大学纳丹人力发展学院学前教育课程高级讲师林爱敏博士说，孩童社交能力高低有先天的元素，如性格；也有后天的因素，如有否提升社交技能的机会。

“疫情只是影响孩童成长的部分原因，家长是否给予支持与陪伴也十分重要。比如一个孩童可能天生害羞，见到陌生人会比较慢热，但如果家长多带孩童认识亲戚朋友，这有助提升孩子的社交能力。”

她说，孩童一般视家长为楷模，

疫情只是影响孩童成长的部分原因，家长是否给予支持与陪伴也十分重要。比如一个孩童可能天生害羞，见到陌生人会比较慢热，但如果家长多带孩童认识亲戚朋友，这有助提升孩子的社交能力。

——林爱敏博士

如果父母与别人沟通时可以身体力行，尊重他人，待人友善，孩子会通过模仿，掌握良好的社交技能。

“家长也可以通过用故事激起孩童的兴趣，教导何为良好的沟通方式，并解释反社交的行为是什么样，而不善于社交又将带来哪些影响。”

林爱敏强调，虽然成年人也受疫情影响，但孩童未必有具备成年人说心事的管道与能力。“孩童长期压抑着自己，可能渐渐失去信心，也对学习失去兴趣；家长、校方的陪伴与辅助是孩童需要的强心针。”