

1.3 資訊專遞

1.3.1 有營護髮建立孩子健康形象

愛美是人的天性，無論是三歲小朋友，還是七、八十歲的老人家，每個清晨起床或出門前，總愛照照鏡，梳梳頭，看看頭髮是否整齊，「頭髮」往往影響着我們的外觀，若然髮型剪得不好、髮質受損或是患有脫髮問題，都會影響小朋友的自我形象及自信心建立，所以，父母不應忽略孩子護髮及剪髮問題。

頭髮成長期

OrganicMaMa 有機農社營養自然醫學醫生柯玉英(Christy)指出，頭髮生長速度大約每月長 1 至 1.2 厘米，如果嬰兒出生 1 至 2 歲後都只得很少頭髮，即小於 100 條或無髮，父母應該請教專業人士。當小朋友漸漸長大，其頭髮的健康，在某程度上可反映出其身體的營養狀況。健康的頭髮應該是濃密、烏黑及有光澤；相反，便可能出現營養缺乏，或身體出現毛病影響髮質不健康，例如 7 個月大出生的早產嬰兒，由於頭髮來不及生長，故出生時還沒有長出頭髮。她又補充，由於每個嬰兒體內的荷爾蒙水平不同，形成他們的頭髮生長速度不一，至於頭髮的顏色深淺與密度，多少與頭髮中的黑色素有關，亦是由遺傳基因所決定。

嬰兒脫髮

部分嬰兒出生時擁有濃密的頭髮，但數個月後頭髮漸漸脫落及變得稀疏。其實，頭髮由「毛根」的根部頻繁地重複細胞分裂後所製造出來，頭髮的生長週期分為生長期和休止期。嬰兒出生後，由於荷爾蒙水平改善，大部分毛根會同時進入休止期，當嬰兒長大，脫髮現象減少，有新的頭髮繼續生長，父母無須過分擔心。另外，父母亦應留意小朋友頭皮的狀況，觀察頭皮的柔軟度、有否出現鱗片、紅腫或液體滲出等現象，假若子女出現局部性禿髮、乳痂、金錢癬等徵狀，便應向專業人士查詢，從而作出適當治療。

1.3.2 讓孩子更快樂的 10 個秘訣

秘訣 1：小習慣，大作用

讓孩子養成規律、傳統的家庭生活習慣非常重要，不論是全家人共進晚餐、慶賀生日、歡度假期或臨睡前的故事時間，都能增進家庭成員間的情感交流；哪怕是一些非常不起眼的生活小細節，比如在特定的時間吃特別的食物等等，都能夠讓孩子體會到家庭帶給他的安全感。

秘訣 2：音樂的力量

聽古典音樂能開發兒童智力的說法雖然被過度神化，但音樂對於孩子脾性的養成無疑是有一定作用的。在古代人們認為音樂和樂器具有治療身心的奇妙功效，現在無數的研究學者也都印證了這一說法。專家發現，聽自己喜歡的音樂可以刺激大腦中影響情緒的波段，使心跳加快、呼吸加深，從而有助於減輕壓力。

通過組織各種音樂活動，情緒不穩定的孩子提供一個用音樂和語言來表達、宣洩內心的機會，可以讓他們在情感交流中得到理解和支持。

秘訣 3：走出小家，走進大家

平時父母和孩子應一起積極參與社區志願者服務之類的集體活動，讓孩子通過這些活動逐漸領悟其背后的意義，同時也能帶給孩子極大的自信心；最重要的是，父母的身體力行向孩子証明了集體和社會的價值，讓孩子感覺自己是集體中的一份子，而集體中的每個個體都會對周圍的人產生積極的影響。研究發現，幫助別人與快樂之間存在着必然的聯繫，因此，何不讓你的孩子多多參與幫助他人的活動呢？即使是年紀很小的孩子，也完全能體會到付出之後的滿足感。

秘訣 4：預防語言暴力

你的言論舉止對孩子的影響相當大，孩子對於外界是否有安全感和信賴感很大程度上與你對待周遭事物的態度有關。當父母漫不經心地大肆指責上司是個白痴，或是公司同事有多無能，都可能導致孩子開始懷疑周圍的環境和接觸到的人群，其最終結果就是讓孩子錯誤地認為這個世界是可怕的、黑暗的。

秘訣 5：培養有意義的興趣

研究發現，當人們專心致力於某項富有挑戰性的任務時，通常會感到非常愉快。因此，父母要學會放手讓孩子多多見識和探究這個未知世界，以積累各種經驗。此外父母還應該鼓勵孩子去發現自己的興趣所在，並且幫助他分辨哪些是有意義的，即使興趣是暫時的也沒有關係，這些自己真正熱愛的活動會幫助孩子在尋找快樂的旅途中加速前進。

秘訣 6：擁抱大自然

科技高速發展導致的后果之一就是，大部分人都沒有足夠的時間去釋放天性接觸自然。自然界中各種各樣的奇蹟和數不勝數的美景有助於幫助孩子開發各種體驗，鼓勵孩子發展本性，也能讓仔體會到個體存在的價值和意義。冬天會下雪、夏末秋初綠色的樹葉開始變黃……高科技並不能讓孩子體會到所有美好的事物。

秘訣 7：添幾位“家庭成員”

對你來說，在家中飼養寵物可能是非常艱難的抉擇，照料孩子可能已經耗費了你大量的時間和精力，更別說再照料寵物了；但讓孩子飼養寵物也有積極的一面，在他憂慮和害怕的時候，寵物的陪伴會讓他覺得安心；通過寵物還能在潛移默化中教會孩子付出、忠誠和關心照顧他人。不過，如果飼養寵物的願望實在難以達成，你也可以經常帶孩子到動物園去逛逛。

秘訣 8：讓家變得更舒適

為孩子營造一個舒適愜意的家庭環境相當重要，如果房間凌亂不堪，那他可能就不太願意邀請朋友們來家里玩；把房間整理得井井有條能让孩子感到心境平和，舒服的感覺也是快樂的一個重要組成部分。孩子需要家里能提供一個自由舒適的環境，可以讓他和小伙伴一起盡情地嬉戲和玩耍。

秘訣 9：重視飲食習慣的力量

從孩子很小的時候開始你就應該多注重他健康飲食習慣的培養，比如：吃飯時讓電視機“休息”一下，一家人圍坐在一起，營造一個輕鬆、歡愉的用餐環境，多多食用新鮮蔬果、高纖食物和無添加飲料以取代高熱量的快餐和碳酸飲料，長此以往對安撫孩子的情緒以及開發孩子的智力都有意想不到的益處。

秘訣 10：多一些“親密接觸”

父母在孩子面前應盡量多地展示各種肢體語言，比如擁抱、親吻，甚至是撓癢癢。身體接觸所產生的力量具有緩解壓力以及振奮心情的奇妙功效，擁有豐富肢體語言的孩子也往往比其他孩子更健康；另外，在孩子玩耍的時候你不妨也一起加入，跑跑、跳跳、玩球、游泳或是騎自行車，這樣說不定也能讓孩子單純的玩耍產生出多一倍的快樂呢！

1.3.3 天線寶寶，你喜歡嗎？

有調查顯示，幼兒最喜愛的動畫形象排名前三位的依次是天線寶寶、貓和老鼠、米老鼠和唐老鴨。那麼，幼兒喜歡天線寶寶節目是不有年齡的差異呢？帶着這些疑問，筆者走訪了本地一所中心幼兒園，採用訪談法分別對大、中、小班的幼兒進行了調查，發現幼兒對天線寶寶節目喜好確實存在着年齡差異，天線寶寶對低幼兒童的吸引力最大。為甚麼低幼兒童對天線寶寶節目如此青睞呢？為了走進幼兒的內心世界，筆者接連幾個晚上與幼兒一起收看天線寶寶節目。當我仔仔細細地觀看後，才悟出了其中的道理。

1.天線寶寶節目遵循了幼兒注意的發展規律

幼兒的注意以無意注意為主，而且持續時間很短，他們的興趣也易變化，穩定性很差。天線寶寶節目的時間很短，只有 10 分鐘，符合了幼兒注意發展的特點。從注意的發展規律來看，事物能否引起無意注意，與對象的強度、對比、運動變化、新異性有關。天線寶寶節目無論是畫面的層次感和空間感還是色彩、人物造型、剪接節奏，都具有無意注意的特性，所以緊緊地吸引住了低幼兒童的注意。如天線寶寶節目一開始，出現一幅美麗的畫面，綠油油的小山坡上，有一隻大蝸牛在緩緩蠕動。接着，從山坡上伸出一個長長的廣播話筒，響起了甜美而又充滿慈愛的聲音：天線寶寶時間，天線寶寶時間……不一會兒，從蝸牛的肚子裏陸續鑽出 4 個天真、稚氣的小寶寶，他們是丁丁、迪西、拉拉、小波，這些名字叫起來琅琅上口，宛如一首旋律優美的樂曲。4 個寶寶分別穿着紅、黃、綠、紫色的衣服。畫面色調的對比和諧，色彩的明暗襯托得當，形象個個栩栩如生，充分調動了幼兒的聽覺、視覺系統，賦予了他們最直觀的審美感受。

2.人物對話語言少兒化特徵明顯，擬音真實感強

從幼兒的語言發展規律來看，1-3 歲幼兒的語言會經歷從單詞句到多詞句的

階段；2-3 歲的幼兒，語言裏表現出電報句的特徵，會出現疊音現象，且重複明顯。生活中我們也常常發現，幼兒會把電燈說成“燈燈”，用“牛奶喝喝”來表示“我要喝牛奶”，把蘋果叫做“果果”，這是兒童語言發展中的特有現象。目前一些國產動畫片往往以俯視的角度面對幼兒觀眾，許多形象過於正經，失去了可愛的一面，所以很難引起他們的共鳴。而天線寶寶節目則是站在與低幼兒童同樣的高度來編排的，節目中的天線寶寶語言充分體現了低幼兒童的特點。如有一個主題是“友愛”的片段，4 個小寶寶不停地相互擁抱，口裏說：抱抱、抱抱……一直抱到節目結束。他們用“抱抱”來表達“我們來抱一下”的意思。由於天線寶寶體現了幼兒自身的語言特點，因此幼兒在觀看的過程中，產生了自我認同感和歸屬感，獲得了積極、愉悅的情感體驗。這也是幼兒樂此不疲收看天線寶寶節目的原因所在。

3. 節目充滿童真童趣，能引起幼兒心理上的強烈共鳴

毛茸茸的外衣，踉踉蹌蹌的腳步，鼓鼓的小肚皮，多麼可愛的天線寶寶啊！天線寶寶節目最大的特點是表現幼兒世界裏的“真、善、美”，處處體現孩子的眼光、孩子的思維、孩子的情感、孩子的判斷、孩子的語言。如在“禮貌待人”片段中有一個 4 個寶寶互相打招呼的場面，丁丁從蝸牛的肚子出來，看見了迪西，揮着小手說：啊哦，迪西。迪西回應：啊哦，丁丁。這樣，4 個天線寶寶不停地招呼，直到廣播裏播放：天線寶寶該說再見了。情節雖顯簡單，但卻富有童真童趣。幼兒在羨慕；欣賞和體驗中，感受着童年、感受着生命、感受着未來，放飛了童心。

4. 節目設計能滿足幼兒喜歡做遊戲的心理需要

陳鶴琴曾提出“兒童以遊戲為生活”，然而，現代孩子的生活往往是玩具多、零食多、愛撫多而伙伴少。由於缺乏同伴交往，幼兒對遊戲的心理需要得不到滿足。於是，本應該和伙伴在一起做遊戲的時間就被看動畫片取代了，動畫片中的人物成了幼兒遊戲中的虛擬伙伴。幼兒只能和他們一起做遊戲。天線寶寶的節目編排大量是以遊戲的形式出現的。如天線寶寶在山坡上一跳就消失，一會兒又從地底下冒了出來，還可以在蝸牛的肚子裏鑽進鑽出，天線寶寶的肚皮上居然會出現電視屏幕，且還會出現圖像。幼兒看了。會覺得是在與自己捉迷藏，因而很感興趣。如幼兒看到天線寶寶撅起屁股一跳就在草地上不見了，就大叫：啊哦，我是晨晨，丁丁快出來。過了一會兒，果然天線寶寶從地底下冒出來，幼兒會興奮不已。當看到天線寶寶說再見并躲起來時，幼兒也會說“再見，拉拉、小波、迪西、丁丁”，說完，也趕緊躲進被子裏。這時，天線寶寶究竟是動畫人物還是自己的伙伴，幼兒也弄不清楚了。因此與其說幼兒在扮演這些動畫人物，不如說幼兒在和動畫人物做遊戲。可見，在觀看天線寶寶節目時，幼兒那種渴望遊戲的心理需要可以在虛擬的世界中暫時得到滿足。

以上對幼兒喜歡天線寶寶的心理原因的分析，希望能夠讓教師們有所啟發。

如教師在與幼兒交談時，應盡量使用兒童化的語言，注意語音的甜美以及體態語的配合。筆者認為有一位幼兒教師的做法值得借鑒。一天，吃午飯時，教師發現孩子們不喜歡吃蘿蔔，她靈機一動，就學着天線寶寶的樣子，揮着手，甜甜地說：「啊，我叫小蘿蔔，我們親親吧！嘿，這一招挺管用，碗裏的蘿蔔一眨眼工夫就沒了。後來，孩子們吃飯時看到蘿蔔都爭着吃，嘴裏不停地說：「啊，小蘿蔔，親親。顯然，這位教師巧妙地使用了兒童化語言，其效果遠遠勝過給幼兒講蘿蔔的營養如何豐富的道理。

學前教育 2005.5

1.3.4 時代要求不一樣的爸爸

可能有人會認為照顧子女是女性的天職，大部分嬰孩都會偏向親近母親多過父親，甚至認為男士不是照顧孩子的適當人選。但有研究指出，爸爸照顧嬰兒，對孩子的發展甚有好處。

廿一世紀嚴父觀念改變

猶記得小時候常常從書本上讀到這樣的描述：「爸爸上班去工作，媽媽在家做家務。」長久以來，母親的形象是料理家務、照顧孩子、平易近人；父親的形象則是賺錢養家，大權在握，卻不苟言笑。然而，來到廿一世紀，這種傳統的「嚴父慈母」觀念已經有改變。

2003年曾有一項意見調查，訪問了800多名本地父親，結果發現5成多的爸爸認為自己最大的責任是管教子女，其次才是賺錢養家和照顧妻子；另外近3成8的爸爸表示，自己在家中最怕得罪子女，其次才是父母和妻子；而且有5成多受訪父親表，最擔心的是子女學業而非自己的事業。這項有趣的調查，正好反映了現代父親的形象和角色正在逐漸轉變。

爸爸有能力照顧嬰孩

其實有不少研究指出，當嬰兒出世的時候，爸爸興奮雀躍的程度絕對不遜於媽媽；作為一個照料者，爸爸同樣可以察覺嬰兒的需要及辨別嬰兒發出的各種訊息（例如哪種哭聲代表肚餓了，哪種哭聲代表需要睡覺了），其敏感度亦跟媽媽並沒有分別；文獻亦指出一個3個月大的嬰兒，已經可以清楚認識到他有一個爸爸和一個媽媽，並且能同時跟爸爸建立與媽媽一樣親密深厚的依附關係。事實上，筆者有不少男性親友都非常熱衷於照顧他們的孩子，每天替寶寶洗澡、餵奶，簡直是「鬚眉不讓巾幗」！

爸爸照顧智能發展較佳

眾多有關親子關係的文獻都指出，爸爸不但可以「有心、有力」地照顧嬰孩，

他們對子女日後的健康成長更有着不可或缺的重要地位。有資料顯示，如果在出生後首 6 個月內爸爸多主動與嬰兒相處和建立關係的話，這些嬰兒傾向在某些智能和動作發展的測試中有較佳的表現；另外亦有研究發現，比起較少與爸爸接觸的嬰兒來說，多與爸爸接觸和玩耍的嬰兒會有較好的認知和社交發展。此外，爸爸對嬰兒(子女)的影響，亦可能是媽媽所無法取代的。例如在爸爸與嬰兒的相處和玩耍中，通常比媽媽牽涉較多激烈的、運動性、競賽性的遊戲。由於父母的成長背景、個性不同，能給予孩子的東西亦因而有別，所以爸爸和媽媽一起照顧孩子，能給他們提供更多刺激，有助他們快速成長。

爸爸湊仔好處多

許多研究結果都發現，爸爸參與照顧嬰兒還有着其他好處。例如爸爸參與照顧嬰兒或跟子有較多相處機會能幫助調節他們的工作壓力，而且讓他們感到與子女更親密，覺得自己更有價值。另外，爸爸參與照顧嬰兒亦減輕了媽媽的負擔，讓妻子感到丈夫的體貼和關心，雙方的感情更好，對婚姻亦更滿意。由此可見，現代爸爸請勿把自己視作賺錢工具，只顧提供物質的需畏和享受給子女；亦不要低估自己養兒育女的「天分」和影響力；花多點時間參與和子女有關的活動，享受與嬰孩相處和一起成長的樂趣吧！