

孩子们以不同的速度发展注意力和听力技能，重要的是要考虑孩子所处的水平，并在给予指导时相应地调整您的期望。

## 注意力和听力技能的典型发展：

### 年龄

### 注意力和描述水平

0-1 岁

**转瞬即逝：**孩子很容易分心。

1-2 岁

**僵硬：**孩子可以专注于他们选择的<sup>1</sup>活动，但不能被打断。

2-3 年

**单频道：**能够倾听如果被成年人告知停止、观察和聆听。

3-4 年

**专注：**可以在没有帮助的情况下从一项活动转移到另一项活动。

4-5 岁

**综合：**孩子可以遵循指示而不必停止他们正在做的事情。



## 帮助孩子倾听的游戏

**音乐雕像：**鼓励您的孩子在房间里随着音乐走动。每隔一段时间停止音乐，帮助他们停下来站着不动，直到他们再次听到音乐。

获取一些**乐器**或自己制作（盒装米饭，派对哨子）。看看你的孩子是否能模仿你所做的——看看他们是否能算出你演奏的是哪一种乐器，或者模仿你演奏一种乐器后然后演奏另一种乐器。

一起**聆听日常声音**——狗叫声、天空中的飞机、门铃。当您与孩子一起读书时，您可以自己发出这些声音。

## 准备就绪开始 (RSG) 游戏

RSG 游戏是任何类型的游戏，其目的是做一个单一的动作。在执行动作之前，有人说“准备好，就绪，开始”，一旦说出“开始”，动作就会被执行。

RSG 游戏示例：

- 吹泡泡
- 将球滚向彼此
- 沿着轨道推动汽车或火车
- 从某物后面跳起来
- 跑步/跳跃/等。到最近的树/车……
- 把豆袋扔进桶里



## 以下提示可以提供帮助：



- 尽可能**减少背景噪音**（例如关闭电视和收音机）。
- **管理盒子里的玩具**，以免一次拿出太多玩具。
- 让您的孩子一次只玩一个**盒子**，而让其他的盒子够不着。如果您的孩子想继续做别的，请先帮助他们收拾东西。
- **坐在桌子旁**可以帮助孩子专注于更有条理的活动，例如拼图。
- 教“**完成了**”有助于集中注意力。
- “**反向链接**”让孩子们有完成活动的满足感，而无需太长时间集中注意力。因此，您可以鼓励您的孩子放入拼图的最后一块，然后是最后两块，然后是最后三块，依此类推。
- **轮流游戏**非常有帮助，例如滚球、搭塔等。当您感觉到您的孩子感到无聊时，鼓励他们再转一圈，这样您就可以逐渐扩大他们的注意力和倾听，并且可以控制活动何时结束。
- **说出您孩子的名字**并鼓励他们在活动或对话开始时看着您。
- 当你和他/她说话的时候**看着你的孩子**——这表明你在倾听并给他一个榜样。
- 当他们做得好的时候告诉你的孩子。**赞美**他们“好看”、“好听”和“好分享”。
- 尝试每天至少花几分钟你与孩子一起玩耍的**特殊时间**。
- 说话时**使用手势**和动作——这有助于集中孩子的注意力。
- 玩玩具/参与可**拉伸**的活动，例如橡皮泥。让您的孩子在没有工具的情况下玩面团，然后只添加一个器具，例如一个擀面杖，接下来添加一个盘子，最后是刀具等。
- 记住要有**现实的期望**；如果您的孩子可以坐下来做一分钟的拼图，
- 则可以先将其延长至两分钟，然后再延长至三分钟，等等，而不是一步到位 10 分钟。保持积极，你会分阶段到达目标。
- 让活动充满**乐趣**并**建立在预期中**，因为这将有助于保持孩子们的兴趣。

