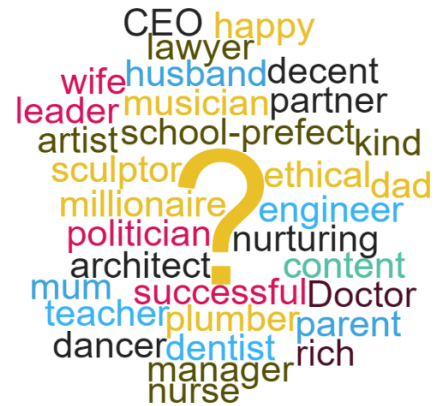
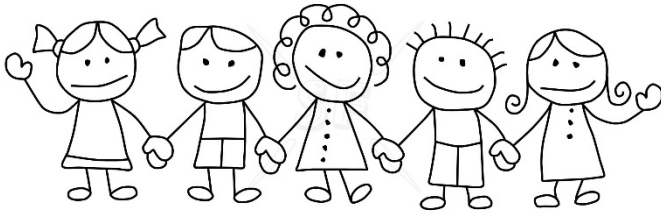


為了您家的學齡前兒童的

最美好未來 ...



空缺職位-父母!

如果您必須為作為父母這一份職務寫一份職位描述，您將把哪些內容包括進去呢？

給父母這份工作提供明確的職位描述並不是一件容易的事，但是我們可以公平地說，照顧，養育和指導孩子，滿足他們的身體需要和情感需要，讓他們在社交，精神和認知方面都得到健康發展就是父母的工作 - 也就是說，幫助他們可以健康平安地長大成人！

我希望我的孩子有一個美好而前景樂觀的未來...

- 您想要給孩子什麼呢？那些價值觀是對您來說重要，還是對您孩子的成長來說是重要的呢？您想向孩子灌輸什麼素質或培養什麼特長呢？您是否希望孩子有某些特別的經歷？您是否希望他們達到一定的目標或取得一些成就？您希望他們成為什麼樣的人？擁有美好或前進樂觀的未來意味著什麼？請您關注一下下面的列表-也許您可以圈出一些您想要給孩子的東西-哪一個（如果有的話）最重要呢？您的伴侶或其他家庭成員是否與您擁有相同的價值觀或看法？您會在列表裏加上什麼內容呢？您將從列表中刪除什麼呢？您為孩子制定的目標比這個要來的簡單嗎？為您的孩子制定一些目標這件事到底是不是公平的呢？也許最終的目標是引導您的孩子到達一個他們可以設定自己目標的地點？幫助您的孩子成為他們自己？

- 健康
- 成功
- 財務獨立
- 一段幸福的關係
- 成為父母
- 在學術上取得成功
- 平安
- 擅長運動



列表# 1

- 擅長音樂
- 忠誠
- 值得信賴
- 獨立
- 善良
- 公平
- 富裕
- 受人敬佩
- 上大學
- 有自己的房子
- 有工作
- 照顧別人
- 做出自己的選擇
- 有信心
- 擁好朋友
- 是個好朋友
- 有彈性
- 有創意
- 關心環境...

恭喜 – 您的嬰兒誕生了!

預期 → 期望 → 現實 / 現在 & 就在這裏

在幼兒教育領域從業 30 多年，跟兒童和他們的家庭交往的過程中，我跟許多等待新生嬰兒到來的爸爸媽媽都交談過。我們談論準媽媽的感覺-腰酸背痛，腳也痛。我們談論如何準備迎接嬰兒-在冰箱裏堆滿食物，油漆嬰兒室。有時我們也談論如何幫助



I just want a healthy,
happy baby, so the
whether it's a boy or a girl
really doesn't matter.

— Jamie Lynn Spears
PICTUREQUOTES.COM

助兄弟姐妹為迎接家庭新成員做準備或如何接送上下學。我們可能會談論到令人不悅的不眠之夜，或者關於準父母

是否知道自己是男孩還是女孩。偶爾有家長會悄悄地承認他們對嬰兒的性別感到失望，“我們本來想要一個女孩，但事實並非如此……”但是更常見的談話通常是這樣的：“不，我們不知道性別，我們也不在乎...。只要孩子健康就好。”或者“是的-是一個女孩/男孩。我們真的很高興。”

準父母通常會著重或優先考慮要一個健康的嬰兒-“一定要健康-這就是我們想要的”。如果父母對新生兒的未來感到不安也很正常，“她會像媽媽一樣高嗎？”“他會像爸爸一樣擅長音樂嗎？”

嬰兒出生後，重點通常就在此時此地。經過了漫長的九個月的等待，整個家庭似乎陷入了餵奶，睡覺和換尿布的無限循環。對父母來說，觀察並回應嬰兒的需求和配合他們的節奏變得至關重要。父母很快就會熟悉孩子的喜好 - “他喜歡我抱著他……”，“當我唱歌時，她很高興”……“這個時間他需要睡覺……”如果我們把她的起居節奏打亂了她就不開心……”。專注於嬰兒的即時需求有助於嬰兒建立對父母的信任感和依戀感。這些早期的經歷以及嬰兒與照料者之間的互動不僅重要，而且還會影響並塑造嬰兒的大腦發育。同時，這些早期經驗的影響在孩子們人生的接下來的幾年中仍將產生重大影響。

人生前五年大腦的驚人發育

研究結果很明白地告訴我們 - 兒童的大腦在生命的頭五年內迅速發育。從子宮內開始，形成神經元和突觸，然後新生兒開始識別面部和聲音。典型的軌跡是嬰兒會發展早期的運動技能（翻滾，爬行，行走），並且在接下來的幾年中，我們會看到語言方面的發展，更複雜的運動技能，更不用說還有解決問題的能力以及完成更複雜任務的能力（其中包括許多

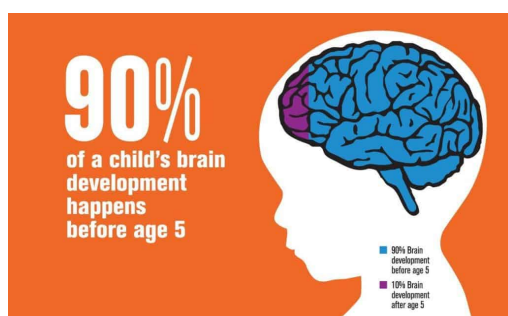
其他領域的發展） - 這些早期階段的快速增長和發育，確實令人難以置信。因此，我們可以合理地預期，隨著孩子們的成長發育，我們對幼兒和學齡前兒童的期望也應該相應地開始發生一些變化。

改變期望值 - 保持好平衡

如果有人希望新生兒自己起床並幫助收拾他們的撥浪鼓，奶瓶和毯子，或者告訴我們當他們打嗝時願意我們拍左肩膀還是右肩膀，或者將我們送往車站，我們會認為這些對嬰兒的期望有些不切實際！可以公平地說，大多數人對應該期待嬰兒做的事或不應該期待的事有著共同的理解。



但是，我們可以看到似乎當孩子到了 3 或 4 歲時，父母（和老師）對孩子的期望可能會大大不同。當然，兒童成長的速度和方式不同。孩子們在不同的年齡和階段學習爬行，走路和說話 - 我們知道吧？我們是知道的，僅僅因為您的鄰居的孩子 10 個月就會走路了，並不意味著您的孩子也將遵循同樣時間表。我們知道，僅僅因為您姐姐的孩子在 3 歲時會寫自己的名字，並不意味著您的孩子也將做同樣的事情-對嗎？



是不是這樣? 當我們談論到 3—4 歲孩子的成長的時候 - 通過母親的小組討論，我們發現許多父母對比較幼兒園的停車場，填寫私立學校申請表或只是安排孩子們一起出去玩的事情有太多太多的焦慮情緒，大家似乎都忘記了我們需要理解每個孩子應該按照個人的進度去成長發育和學習。相對於僅三，四年前，家長的重點還是響應嬰兒的需求並適應他們的節奏，就在此時此地跟嬰兒互動 - 在相對較短的時間內解決問題 - 尿濕時就換尿布，餓了就餵奶- 現在的情況有所不同。看來外部的壓力和內部的焦慮導致一些父母對僅僅三，四歲的小孩子抱有太多不合理的期望。**我們需要保持好平衡。**理想的情況下，我們對發育，知識和行為的期望應隨著兒童的年齡而發生變化 - 同時要認識到兒童的成長規律並且認同他們彼此之間會有所不同。當然，我們應該意識到兒童發展的總體趨勢，並注意有時會出現問題，並且由於某些原因有時孩子的成長會有偏離發展軌道的可能性。在這些時候，最好與您孩子的老師，全科醫生或兒科醫生探討。

雖然在大多數情況下，父母可能會很好地記住，幾年前，您的注意力集中在您的小寶寶的迫切需求上。**事實是** - 三歲和四歲的孩子還需要有人關注他們的迫切需求和願望，並在此時此刻就滿足他們的需求。請不要與其他的孩子進行比較，“他在讀書……我的孩子卻沒有”，不要光想著給孩子報名參加課後輔導課程或擔心孩子會進入哪所高中 - 將您的心思重新回到懷抱中的孩子，考慮現在他的生活節奏，他喜歡什麼，不喜歡什麼，對什麼有興趣。您知道嗎？您現在（就是今天）對孩子表現出的關懷和反應將對孩子的大腦產生實質上的影響，並對他們的未來也產生影響。



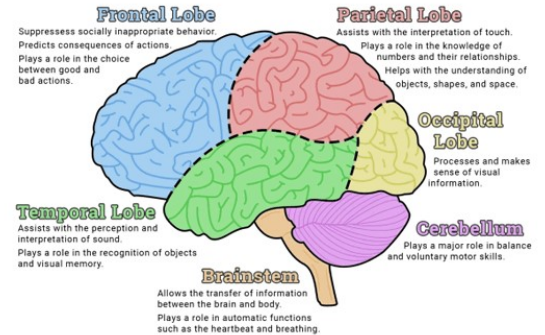
如果我們不再關注 3—4 歲兒童的切實的重要問題 - 如果我們對孩子施加不必要的壓力或寄予不切實際的期望，並嘗試加速他們的教育進度或使他們在特定的學習領域中發展，那麼我們實際上可能阻止了他們發展全方位的技能和全面的學習能力，而這些實際上是孩子們在未來擁有成功的未來所必需的。

那麼，我應該如何幫助學齡前兒童擁有前途樂觀的未來？



如果我們接受科學家，醫生，行為主義者和心理學家所說的關於大腦的神經可塑性以及早期經驗對大腦發育的意義

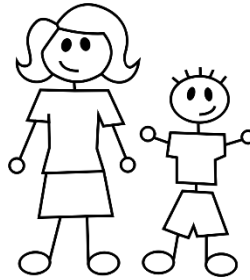
的觀點，那麼我們應該知道成年人做出的如何照料和教育幼兒的決定真的很重要。我們自己的行動和言語都很有影響力。我們還需要記住，大腦是人體中最複雜的器官，因此，我們有責任，也有很多機會來培育和幫助幼兒的大腦發育。



讓我們考慮以下的技能，發育和知識領域：

- 思考
- 推理
- 解決問題
- 空間意識
- 運動計劃
- 語言
- 記憶
- 感官意識
- 身體發育
- 情感發展
- 創造力
- 平衡感
- 人際交往能力
- 控制沖動的能力

列表 # 2



這些只是我們大腦負責的**部分區域**，更不用說還有身體功能，例如呼吸，心率，睡眠方式，血壓，吞嚥反射等。

現在，考慮一下您可能對孩子產生的希望，夢想和抱負。（列表 1）

無論您對孩子的希望和夢想是什麼，我們都可以理所當然地假設上述大腦發育領域對幫助孩子發揮潛能非常重要。（列表 2）。

Balance is not
something
you find,
it's something
you create

要想成為一個**完整的人**，我們需要考慮更廣泛的發育，技能和知識領域，並給孩子提供能夠刺激大腦這些領域的體驗。**這並不意味著**要讓孩子參加早期閱讀課程或強迫他們練習寫名字文章。實際上，這種經歷實際上可能會損害大腦的發育，而不會支持或增強大腦的發育。

為了成為一個**全面發展的人**，優化成長，學習和發育，我們必須在此時此刻就對兒童的興趣，需求和他們有優勢的能力之間取得平衡，同時也要逐漸提高我們對兒童的期望並鼓勵他們多多廣泛而深入地去思考。

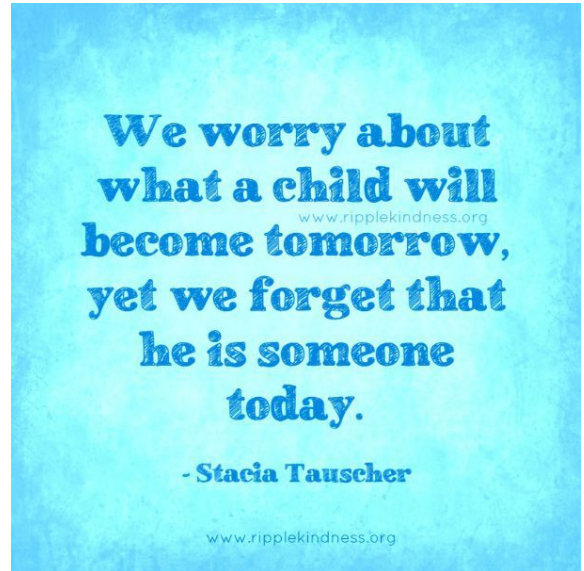
那麼我們如何保持好平衡呢呢？答案是什麼呢？

簡單地說，答案就是**玩耍**。關於玩耍的重要性已經有很多文章寫到了，並討論了很多。有一個很有力的基礎研究成果明確指出了提供豐富的基於玩耍的早期學習環境與健康的大腦發育之間的相關性。您可以詢問任何一位幼兒老師或保育員 – 基於玩耍的幼兒計劃的重要性對他們而言並不是什麼新聞。有大量證據支持玩耍是為將來的學習和生活技能的發展奠定堅實基礎的觀點。

玩耍的定義

牛津詞典將玩耍定義為：

“從事娛樂活動，而不是出於嚴肅或實際的目的”。



描述玩耍的其他詞語包括自我指導，自我啟動，想象力，自願，積極，過程而不是關注成果。

注意 - 爸爸媽媽坐下來跟孩子進行“寫作練習”或課後的語言課程並不是玩耍。

玩耍很重要



不久前（美國）全國幼兒教育協會發布了以下的推文：

“具有較高情商的孩子更容易集中注意力，更上進，有更積極的社交關係並且更有同情心。”（2018年9月）



Early Childhood Australia
A voice for young children

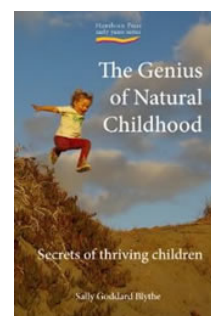


“兒童早期澳大利亞”在一篇文章中引用了基於玩耍的學習的益處，討論了玩耍如何塑造大腦的結構設計並開發新的神經學途徑。他們引用了以下事實的證明：“幼兒的玩耍使他們能夠探索，識別，談判，冒險並理解創造的意義。玩耍在演奏和認知方面的益處已得到充分證明。從事好的玩耍遊戲活動的孩子更有可能具有良好的記憶能力，語言發展能力，並能夠調節自己的行為，從而提高在學校裏的適應能力和學習能力。”

英國神經發育教育顧問 Sally Goddard Blythe 談到了幫助支持兒童想象力發展的重要性。她在著書 — “天才出自自然的童年” 中說道……。



“簡單來說，想象力就是在大腦中創建視覺圖像的能力，它使我們不受物理世界的限制而去探索各種圖像和思想，而這就是孩子們開始發展解決問題的能力的方法。它帶來了新的可能性，新的觀察方式和存在方式，這在批判性思維方面發展了孩子的重要才能，將對孩子的一生都有幫助。”



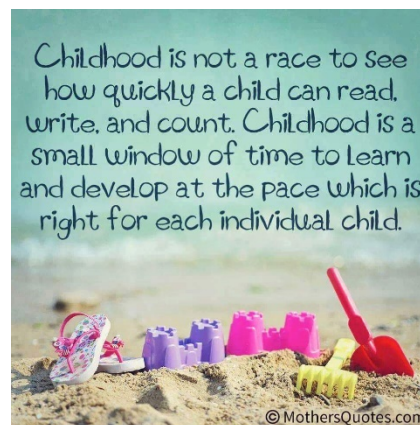
抵抗外界的壓力

目前，父母們承受著很大的壓力。有平衡工作和家庭生活的壓力。支付抵押貸款的壓力。社交媒體上充斥著別人在炫耀的幸福生活，滿是讓人羨慕的家庭照片。還有攀登事業或職業階梯的壓力。有些雜誌就如何成為“更好的父母”或如何變得苗條，更健康 and 更放鬆，給我們提供了很多建議。說實話，排除這些外部的噪音並保持對生活中真正重要事物的專注真的相當困難。



在過去的五年中，我目睹了父母之間的焦慮和不確定性因素不斷地加劇。媽媽和爸爸正在努力抵抗這些來自外部的壓力，並開始質疑自己養育孩子的能力。

具有諷刺意義的是，許多外部的壓力來自其他的父母。一位父母提到，他們正在把孩子送去課後的識字班，這反過來又刺激了其他父母的想法和猜測，“我是不是也應該把我的孩子送去識字課呢？”父母在自己的孩子和其他孩子之間進行著比較-忘記了每個孩子的成長速度以及他們自己的特長和技能。商業公司誘使父母在各種形式的“教育”應用程序或計算機程序上花錢。他們比較是上幼兒園還是送兒童保育計劃，由於意識到它們的不同更加劇了父母的焦慮。祖父母向父母施加壓力-忘記了跟他們自己做父母的時候相比，教育和撫養子女的方法已經改變。



對父母來說的好消息

我對父母的鼓勵就是嘗試去放鬆並保持簡單。三歲和四歲的孩子不需要學前班，課後輔導或補習班。玩耍的費用不高—這絕對是個好消息，玩不需要任何高檔的設備。如果您不確定如何為孩子提供一系列的玩耍體驗，請與幼兒園老師交流，他們可以為您提供幫助和指導。

最後送給大家一句話 - 請支持其他父母並對自己更好一些。

父母在減輕彼此的壓力方面可以發揮非常重要的作用。請互相提醒您的孩子還小-3-4 歲的孩子根本就沒有在這個世界上生活多久。請互相提醒讓孩子們以自己的方式成長。請記住，我們需要這個世界上具有各種技能，才華和能力的人，每個孩子都會長大，對社會做出自己的獨特貢獻。請互相提醒學習不僅僅是閱讀和寫作。請記住，孩子們需要學習並請您也參與其中。下次您和其他父母在一起的時候 - 也許您會問自己 - “我們想要給自己的孩子什麼樣的生活？”提醒您周圍的人 - 家人和朋友，孩子們要過上幸福，成功，積極的生活 - 我們需要在創造力，情感和社交能力以及認知能力和身體上的發育幫助他們。請相互提醒在孩子們的整個成長發育和學習領域，讓年幼的孩子有時間玩耍，這才能讓他們將學習和發育做得最好 - 當他們通過玩耍在複雜的自我學習過程成長時，年幼的大腦將發展出更強大的神經通路。



最後，請對自己和孩子要好一點。作為父母你們沒有任何規則書或手冊。真的很難弄清楚該如何做對您的孩子做最好的事情。請以同情，尊重，溝通和同理心的方式對待您的孩子。反過來，如果孩子們在您身上看到這些品質也將幫助孩子發展它們。請時不時提醒自己，擁有一個快樂，健康的孩子將對幫助他們成長為一個快樂，健康的成年人。按事情的發展規律來，這不是我們所有人的最終目標嗎？

Felicity Barclay 幼兒教育碩士/幼兒教育學士/ 幼兒教學文憑

園長 - 澳大利亞悉尼戈登社區幼兒園

參考資料/資源

- Barblett, Lennie, *Why Play based learning?*, Every Child Magazine, Early Childhood Australia, 2010 <http://www.earlychildhoodaustralia.org.au/our-publications/every-child-magazine/every-child-index/every-child-vol-16-3-2010/play-based-learning-free-article/>
- Goddard Blythe, Sally – *The Genius of a natural childhood – Secrets of thriving children* (2011)
- Brown, Timothy T and Jernigan, Terry L - *Brain development during the preschool years* (2012) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3511633/>
- *The Science of Early Childhood Development* (InBrief). Retrieved from www.developingchild.harvard.edu. Center on the Developing Child (2007).
- Tierney, Adrienne and Nelson, Charles A. - *Brain development and the role of experience in the early years* (2013) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3722610/>
- Tominey, Shauna L; O'Bryon. Elisabeth C; Rivers, Susan E; Shapses, Sharon – *Teaching Emotional Intelligence in Early Childhood in Young Children*, (March 2017) <https://www.naeyc.org/resources/pubs/yc/mar2017/teaching-emotional-intelligence>
-

圖片

1. https://www.google.com.au/url?sa=i&source=images&cd=&ved=2ahUKEwj7wrvB6ZXmAhUDA3IKHSSwDMIQjRx6BAgBEAQ&url=https%3A%2F%2Fclipartstation.com%2Fkids-clipart-black-and-white-9%2F&psig=AOvVaw2eKIQwgYNKHZ6pMxp_brms&ust=1575336919831416
2. <http://appliedprint.co/coloring-pages-of-family-members/>
3. <http://www.myannews.com.mm/article/30471>
4. <http://www.picturequotes.com/i-just-want-a-healthy-happy-baby-so-the-whether-its-a-boy-or-a-girl-really-doesnt-matter-quote-850755>
5. <https://www.kidsnco.com.au/brain-science-proves-the-value-of-early-learning/>
6. <https://www.pinterest.com.au/pin/297730225335741998/>
7. <https://www.pinterest.com.au/pin/285345326375718135/?lp=true>
8. <https://www.dreamstime.com/photos-images/portrait-young-man-asking-what-s-problem.html>
9. <https://www.drkarlforkner.com/post/vascular-dementia-the-heart-mind>
10. <https://www.onlinelabels.com/clip-art/Mother-And-Son-Stick-Figures-126088.htm>
11. <https://ripplekindness.org/a-17-year-old-boy-connects/>
12. <https://www.cadencevancouver.com/check-out-our-blog/back-to-fall-back-to-balance>
13. <https://www.iclipart.com/download.php?tl=clipart&iid=450290>
14. <https://www.pngguru.com/search?png=day&page=3>
15. <https://webstockreview.net/explore/clipart-child-transparent-background/>
16. https://www.booktopia.com.au/the-genius-of-natural-childhood-sally-goddard-blythe/book/9781907359040.html?source=pla&gclid=CjwKCAiA5o3vBRBUEiwA9PVzarbOs6h6C8VdqKSDOeN8y2xTbZ4gzAPRXmdomQmUXlemJjnN_ZmgqRoCnEwQAvD_BwE
17. <https://bestlifeonline.com/stress-effects/>
18. <https://me.me/i/childhood-is-not-a-race-to-see-how-quickly-a-18123580>