

兒童言語治療服務

給家長與照顧者的建議

使用物品幫助孩子理解日常作息

為什麼要使用物品來建立日常作息？

使用物品來建立日常作息能幫助孩子：

- 理解他們的日常生活
- 從一個作息活動過渡到下一個活動
- 知道一天接下來會做什麼

以下是一些你可以用來表示日常作息的物件例子：

- 杯子 — 喝水時間
- 毛巾 — 洗澡時間
- 書本 — 故事時間
- 玩具車 — 遊戲時間
- 湯匙 — 用餐時間
- 外套 — 外出時間
- 牙刷 — 睡眠時間

如何使用物品來建立日常作息：

1. 蹲下至孩子的視線高度來吸引孩子的注意力，然後叫他們的名字或輕拍他們的手臂。
2. 展示物品並口明接下來的活動，例如：「用餐時間」、「睡眠時間」。
3. 馬上帶孩子去進行活動，幫助他們將物品與活動聯繫起來。
4. 讓孩子拿著物品前往活動地方。
5. 在使用參考物品來提示過渡活動之前，確保活動已準備就緒 — 例如：如果要出門，請確保在出門之前已經準備好所需的一切。

使用物品的小貼士：

- 孩子可能不想在移動時拿著物品，這也沒關係！只要確保你能吸引他們的注意力，而且他們在活動前就能看到物品。
- 選擇能清楚代表每個活動的物品，例如換尿布時可用尿布作為提示。
- 在使用物品之前，確保活動已準備就緒，例如在出門之前準備好一切。