

Tips to Support Young Children with Developmental Disabilities During a Confusing Time

怎样帮助有发展障碍的幼儿度过困惑时期

对于日常规律的改变以及新环境的适应，有发展障碍的幼儿会显得更加焦虑。他们更容易有一些不适当的行为，哭闹，大吵，或者不像平时一样表现成熟。这些建议可以帮助你安抚他们，找回正常的秩序。

帮助建立日常活动规律

- 试着帮助儿童建立日常活动规律这样他们就可以预期一天中会发生什么。如果你不能控制这个计划，试着再每天的固定事件完成固定的小事情。例如，当小孩起床了，你可以唱首早安歌。或者你可以玩个小游戏。或者你可以把篮子以同样的方式放在同样的地方。
- 当这个计划引起困惑的时候，儿童会不知道接下来会发生什么，说一些话来安抚他们，例如，“我也不知到下面要干嘛了。但是我知道，这是挠痒痒时间啦！”
- 如果一个日常活动规律必须发生变化，尽量简单的解释给小孩听这些变化。例如，“我们今天要换个房间吃午饭。”

利用虚拟（的朋友）和想像（的故事）

- 你编造的小故事可以让儿童非常舒适。为了让它看起来像日常活动的一部分，总是这样开头。“很久很久以前，有个小朋友名字叫（儿童的名字）。并且每个人都爱——着——她/他。”然后编个发生在这个小朋友身上的故事。或者编造有关事物的小故事。“很有很久以前，一个小朋友在吃肉丸。然后那个肉丸自己滚开了。这些肉丸疯狂的滚到路上。最后他们滚到了商店里！”
- 如果小孩有幻想的朋友，让她告诉你他的幻想朋友。假扮你也在跟这个朋友玩。
- 如果小孩没有虚拟的朋友，你可以帮忙创造一个！聚拢双手，假装你手上手上有一只小鸟或者有一只青蛙。假扮你在跟这个虚拟的小动物聊天。问小孩，“我们要叫这个虚拟的新朋友什么名字呢？”
- 幼儿总是喜欢说悄悄话。你可以试一下：“我要悄悄的告诉你一个很有意思的事。真的非常有意思。你也要告诉我一个哦！”然后悄悄告诉他一件有趣的事情，例如“我看见一个大的黄色的鸟在公车上。而且那只鸟在吃香蕉！”

利用玩耍和游戏

- 如果小孩有过激的表现，保持冷静，不要提高声音，不要尝试进行长的对话。你可以说一些间断的句子，例如“我知道你觉得快疯了。很难再待在这里。我会等你。过一会儿你就可以冷静下来了。然后我们就可以一起玩了。”
- 给儿童时间，让他们自己准备好并愿意讲话，自己从过激的行为中缓过来。指导他做一些他喜欢的活动或者玩他喜欢的玩具。指引儿童做自己喜欢做的事情可以帮助他们把注意力从他们觉得无聊的事情上转移开。

Tips to Support Young Children with Developmental Disabilities During a Confusing Time

- 尝试从家长或其他人那里找出儿童喜欢做什么。如果儿童愿意告诉你，问他喜欢干什么，喜欢什么书，或者喜欢什么玩具。喜欢的事物或者活动可以帮助安抚儿童，因为那是他们熟悉的。
- 做一些需要用到身体和手的活动可以帮助儿童学会自己解决困难。尝试艺术活动或者捏橡皮泥，玩魔方，做一些肢体活动例如跑，跳，玩球或者荡秋千。
- 给儿童一件属于他自己的东西让他保管，例如填充动物或者安全的玩具。假装这个玩具在悄悄的和你说说话。“他说他要非常困了，但是他不想只是打个盹！我们接下来要跟他一起做什么呢？”这是最好的开始一些想象游戏的方法。