

增強記憶不能催谷

孩子過目不忘、擁有超強記憶力，各位家長羨慕嗎？

過目不忘 罕見病症

「波比的記性很差，剛濶完書，轉頭就忘得一乾二淨。」又到考試季節，歌妮很懊惱，「若果能有過目不忘的本領，多好！」

「天生過目不忘可能是一種罕見病，並非好事。」積茜說。

做醫生的積茜講了一個真實故事。澳洲布里斯班有個女孩子，天生記憶力驚人，不但記得母親的說話內容，甚至連何年何日說那句話也記得一清二楚，但因為過度清楚，令她感到焦慮，最終經醫學檢查證實患上「超憶症」(HSAM)。

「目前資料所得，全球大約有

六十個病例，患者飽受兩大困擾。」積茜說。

一、情緒忽然時光倒流

明明已經讀中學，當記起小學某件經歷時，會回復小學生時的幼稚反應。

二、把真實與夢境混淆

患者有一種可把控夢境的「本領」，卻因此無法熟睡，做夢時意識還很清醒。

記憶力差 三大元兇

「今天真是長知識了，你不講，我也不知道有這種病症。」歌妮說。

「太好的記性很惱人，但記性太差也是煩惱，練習強化記憶力之前，先找找導致孩子記性差的原因。」我說。

一、缺乏專注

做事經常分心，記憶力自然無法跟上，另外睡眠質素的好壞，也會令孩子難以集中精神學習。

二、機不離手

電子產品對孩子的影響已有很多研究，現在的教學當然不能夠放棄電子科技，但沉迷上網和打機，思維發展會不夠全面。

三、揸苗助長

學習不能過度催谷，增強記憶力也一樣。很多小朋友三、四歲時，家長就安排一大堆學習訓練，小小腦袋如何裝得下大量訊息？

七大要訣 提升記性

「有沒有方法讓小朋友慢慢提升記憶力？」歌妮心急地問。

「當然有，就如你所說，必須慢慢訓練，一步一步來。」我說。

一、心平氣和

讓小朋友從容地學習，慢慢消化知識。

二、圖解學習

配以圖表解述，減少沉悶，會事半功倍。

三、放聲朗讀

都說是讀書，溫習時不妨朗讀，有利背記。

四、多做比較

找出相同和不同之處，多動腦筋趣味學習。

五、創造聯想

把書本內容和生活點滴聯繫起來，方便記憶。

六、製作口訣

把內容轉化成四字、五字訣，順口易記。

七、善用科技

網上有無數教學資源，選擇生動又實用的給孩子參看。



爸媽想一想

- 1 與同學一起溫習，有助加深學習理解？
- 2 不斷重複練習，可以讓記憶更加鞏固？

親子話

玩益智遊戲，有助增強記憶能力。若果是親子一起玩，增加良性互動，效果會更加顯著。

家長信箱

香橙老師 | 小學訓輔主任

問：

第一次聘請菲傭，7歲女兒在家不肯用英語跟家傭溝通，怎樣處理？

*家長如有任何問題，或育兒心得想和大家分享，歡迎電郵給我們。

電郵：
tkpschools@gmail.com

答：

香橙老師答：

先假設你的女兒已經有能力跟家傭用英語溝通，否則可能先要處理的，就是裝備女兒的英文口語能力。孩子是否選擇使用英語，跟孩子是否選擇做其他事情一樣，其中一個關鍵是孩子覺得有沒有需要。舉個例：如果每次跟家傭溝通時，父母都在旁代開口，又或家傭本身懂得廣東話，又或當孩子把話說到一半時，家長就接力把後半說完，這樣似乎孩子就沒有開口溝通的需要。

孩子與外傭講英語 注重「安全感」

另一個關鍵是環境給孩子的安全感。安全的環境包括足夠的時間讓女兒組織句子，也包括女兒在說得慢、發音不準、句式結構有誤時身旁的人的反應。如果身旁的人能耐心等候孩子把話說完，在女兒出錯時耐心引導和鼓勵，孩子會傾向較願意使用英語溝通。相反，當孩子每次出錯時都遭人奚落或責備，又或過度堅持要她把話說得規範標準才肯罷休，孩子就會對使用英語產生反感，自然對開口講英語避之則吉。

任何事情起步都需要時間醞

釀，家傭初來甫到，家中成員都需要時間適應。因此與其急着要孩子開口跟家傭說英語，不如先造就場合讓彼此建立關係。建立關係除了透過平日生活，還可以適時安排新家傭參加家庭活動，一起到公園跑跑，一起外出用膳。當累積了共同經歷，關係建立漸漸穩妥，安全感隨之建立，溝通就會漸漸放膽。

順帶一提，除了提問中的情境外，想推動孩子做事，先決條件仍是合適的狀態和安全的環境。為孩子多製造成功經歷，增加過程的成就感，孩子做事的動機就會提高。