

IQ暑期班

漫長的暑假即將來臨，你有打算替子女報讀暑期課程嗎？

IQ高低 與生俱來？

「最近看到一個暑期班，說可以提升孩子的智商，我想幫小博報讀，不知有沒有效用？」小博媽問。

「我曾經看過一篇報道，專家說智商高低是天生的。」小美媽說。

「IQ能否提升，一直存在爭議。」我說，「英國一家大學曾做過追蹤研究，花了五年時間用盡各種方法，嘗試提升一群小學生的智商，發現效果不顯著。」

「那即是說沒有用。」小博媽說。

「都說仍存在爭議，即是未有

科學定論。」我說，「美國一家兒童醫學中心做了另一個研究，發現孩子持續學習樂器會變得精靈，專家相信音樂有助激活大腦。」

益智遊戲 真的益智？

「坊間有很多電子智力遊戲，又有沒有效用呢？」小美媽問。

「這方面亦有專門研究。」我說，「英國一家機構招募了過萬人參與測試，當中八千人被安排每天玩至少十分鐘聲稱可提升IQ的電子智力遊戲，餘下的人則列入參照群組，沒有玩這類遊戲，但每天要做一些普通填字遊戲。六星期後，研究人員發現兩個組別人士的智力發展也差不多。」

「不可能吧！」小博媽有點不相信。

「據專家分析，因為這類遊戲

的設定存在難度，部分人不懂解答，結果不單未能有效激活思考，反而令他們氣餒、沮喪。」

「唉，即是沒有好方法！」小美媽嘆氣。

「又不是！」我說，「剛才不是說過音樂可以激活大腦嗎？」

八大方法 變得聰明

我相信人的IQ，很大程度是一種天賦，卻也可以靠後天訓練提升。我向兩位媽媽介紹了以下八種方法。

一、學習樂器

有研究證實，持續學習樂器的小朋友比較聰明。除了因為音樂刺激大腦細胞，還因為堅持練習，讓小朋友學會專注，從而提升智能。

二、規律運動

經常活動筋骨，可以振奮精神，提高認知能力。

三、充足睡眠

沒有足夠的睡眠，頭腦肯定不靈活。

四、親子共讀

有爸爸媽媽講解，書本就變得



活起來，小朋友更易吸收知識。

五、近朱者赤

社交圈十分重要，結交愛學習的朋友，孩子自然也會愛上讀書。

六、鼓勵做夢

讓孩子天馬行空，發揮想像力，煉出創意。

七、給予信任

沒有信心的人，做事會畏首畏尾，最終只懂仿效他人，不敢創新。

八、鼓勵突破

躲在舒適圈的人，缺乏求知動力，長期少動腦筋，會窒礙思考發展。

「那即是說，只要依照副校長提供的八招，我就不用花錢替小博報讀IQ課程。」小博媽說。



爸媽想一想

- 1 家長過度着緊IQ高低，子女有何感受？
- 2 孩子高IQ卻沒有恆心，做事會成功嗎？

親子話

爸爸媽媽的讚美和鼓勵，是子女尋求進步的動能，亦是開啓智力的鑰匙。

家長信箱

香橙老師 | 小學訓輔主任

問：

兒子5歲，在公眾場合常會不自覺把鞋脫下，把衣服束好不一會衣服又跑出來，已不斷提醒，不知有什麼辦法可以改善。

*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

孩子隨意脫鞋 自理能力待改善

香橙老師答：

答：

對於注意力弱的孩子，當衣履不整時，提醒能喚起孩子對自己外表的關注，有助孩子漸漸建立整潔的習慣，另一類孩子則認為沒有執整的需要。家長就可以從社會規範的角度解說，讓孩子理解公眾場合應有的禮儀，教導孩子合宜的社交規範，讓孩子漸漸學會尊重別人和場合，避免隨意脫鞋或讓自己衣衫不整。

如果孩子經常想把鞋子脫

掉，可能表示孩子感到鞋子太緊或太鬆，令孩子感到不舒服。部分孩子皮膚感覺比較敏銳，舒適的衣料對他們尤其重要。家長可定期檢查子女的鞋子，確保尺碼合適和物料舒適。同樣，如果孩子衣服常束不好，可能代表褲頭過鬆，當孩子跑動時就容易變得不整齊。家長除了可以從孩子褲頭的鬆緊度着手，也可以為孩子配搭皮帶。

平日家長可以多提醒孩子常檢查自己的褲頭，並多為自己整理衣裝。孩子學習整理衣裝須反覆練習，孩子需要具體步驟，明

確知道束衣時手要放的位置，也需要家長仔細示範。當孩子達至階段性成功時，家長可多作鼓勵和讚賞，孩子的自理能力就會愈來愈好。

常言家校合作，家庭和學校各佔孩子成長的一半。家長可以就脫鞋和束衣跟學校老師溝通，邀請老師多幫忙留意孩子的自理表現。當孩子在家在校的自理表現都受到推動和監察，孩子就更快建成良好習慣。有一點請家長一定要記在心：孩子發展快慢不一，個性各異，您的孩子總有其他過人之處。