

苦恼的妈妈

苗苗，2岁半，总是难以集中注意力。妈妈很努力地给苗苗讲故事，但苗苗总是东张西望、三心二意，不认真听讲。画画也是如此，还没有画完就吵着做别的，总不能静心地画。妈妈十分担心，怕苗苗有注意障碍。

● 案例分析 ●

苗苗才2岁半，她的有意注意刚刚萌芽，还没有发展起来，主要是以无意注意为主，所以苗苗还不能有目的地去注意要学习的内容。这种现象其实是孩子发展中的正常现象，建议苗苗的妈妈不要过度关注，但可以有意识地培养苗苗的有意注意。可以采取以下策略。

1. 矫正观念

妈妈要意识到苗苗的这种情况是正常的，是孩子发展过程中必然经历的过程。其实，孩子最能感觉到妈妈内心深处的想法，所以如果妈妈能将心态调整好，孩子就会慢慢地平静下来。

2. 鼓励目标行为，淡化不好行为

这里的目标行为是妈妈期望出现的行为，如可以认真听故事，但要坚持小步子原则。如苗苗能够坚持听故事2分钟就给予她奖励，可以亲一下、抱一下或者奖励苗苗爱吃的食物等；坚持听故事3分钟、4分钟、5分钟，依次递增地进行奖励。注意，不要把目标设定得太大。因为2岁半的苗苗的自控力还没有发展起来，目标设定太大，她就会失去信心。另外，要减少妈妈认为不好的行为，如当苗苗东张西望时可以不搭理睬。

3. 注重讲故事的方法

例如，可以让苗苗和妈妈一起讲故事，对于经常讲的故事，苗苗肯定能记住一些，因此妈妈可以讲一句，让苗苗接一句。注意，不要关注故事讲得对不对、完不完整，而是让苗苗参与进来，集中注意力。