

做中學讓孩子增強學習力

父母應適度放手讓孩子嘗試與學習，但放手的時機沒有固定標準，需依孩子的個性調整。原則是「不造成不可逆的後果」，例如涉及生命危險的行為就不可嘗試。

一、自己動手，大腦學得更好

研究顯示，孩子「親自動手」比單純模仿，更能活化大腦並建立神經連結。透過反覆練習與回饋修正，動作會逐漸精準，並形成穩定的神經迴路，讓學習更熟練。

二、經驗累積，促進舉一反三

經驗是學習無可取代的關鍵。當神經迴路反覆被活化後，動作會自動化，進而幫助孩子學習新事物。透過「做中學」，孩子能建立連結，達到觸類旁通的效果。

三、危險經驗，一次就記住

人類具備「一次學習」的能力，特別是與安全相關的經驗。與其一味禁止，不如教導正確方式並適度引導，讓孩子理解後果，建立安全意識。

四、適度放手，促進身心發展

活動與探索能刺激大腦發展，例如奔跑時會提升注意力與平衡能力，並促進愉悅感。過度限制反而不利發展，因此適度放手有助孩子成長。

結語

孩子的學習來自經驗與實作。父母應在安全範圍內給予空間，讓孩子透過「做中學」，培養能力並建立自信。

