

小孩在出生后头几年的经历对他们大脑的发育成形具有生理性的影响。在你孩子所有的早期经历中，最重要的是与像你这样关心他们的成年人建立一种**积极的关系**。寻找机会与孩子一起进行“**发球和接球**”的响应式互动，你与孩子轮流交替角色。这些响应式互动能为大脑的健康发育奠定坚实的基础。

### 1. 注意孩子的“发球”，这说明他们想要与你互动。

孩子的“发球”可能是发出声音、指向某物、面部表情或简单的眼神接触。注意观察是什么引起了他们的注意。他们是不是注意到了周围的什么东西？他们是不是需要帮助？他们是对什么东西感到好奇，还是只是感到非常开心？

### 2. “接住”他们的“发球”。

根据孩子的感受给出回应。你可以说一说他们感兴趣的事情、问一个问题、模仿他们的动作或声音、拥抱他们，或者只是朝他们微笑！

### 3. 引导孩子做出回应，等待一会儿，看看他们会不会这样做。

把你的注意力集中在孩子正在做的事情上，引导他们回应你。一定要给孩子足够的时间。在你等待的时候，他们的大脑正在形成新的联系，并练习与你来回互动所需的技能。

## 试试看

- 通过攀爬窗玩躲猫猫游戏。
- 轮流在 Plinko 弹球游戏中发球。你能猜到球会落在哪里吗？
- 照着镜子模仿彼此的动作。
- 来回推动小汽车，或者让小汽车沿斜坡滑下！

## 在家中进行更多探索

一起去探索博物馆以外的地方尝试与彼此互动。在吃饭、换尿布和外出旅行等日常生活中跟孩子练习“发球和接球”以锻炼反应能力，并鼓励孩子生活中的其他人也这样做。