



## 背包連接系列

### 關於這個系列

背包連接系列由社交情感介入輔導的技術援助中心（TACSEI）所創，為教師和家長/照護者提供一個方法去共同幫助幼兒發展社交情感的技能並減少挑戰性行為。當推行新的策略或技能時，教師可以選擇把講義分發在每個孩子的背包裏，讓其帶回家。背包教學連接的每一份講義都提供信息以幫助家長了解其孩子在學校正在學習什麼，以及在家裏如何使用這個策略或技能的具體建議。WestEd 的 San Marcos 分部對這些講義進行了改編，使其與早期學習之社交情感基礎的加州合作項目（加州 CSEFEL）的教學相匹配。

### 金字塔架構



金字塔架構指導各計劃如何提高所有兒童的社交情感能力，並設計有效的介入輔導以支持對可能有持續挑戰性

行為的幼兒的教導。它還提供實踐教學方法以確保有社交情感障礙的兒童獲得專門的教導。實施金字塔教學模式的計劃迫切盼望與家庭合作，以迎合每個孩子的個別化學習與支持需要。想要了解更多關於金字塔架構的資料，請瀏覽網址 [challengingbehavior.org](http://challengingbehavior.org)

### 更多資料

如需更多關於這個主題的資料，請瀏覽 TACSEI 的網頁 [www.challengingbehavior.org](http://www.challengingbehavior.org)，然後在屏幕右上角的搜索框裏輸入“label emotions”。



此出版物由幼兒社交情感介入輔導的技術援助中心（TACSEI）所創，該中心由美國教育部的特殊教育計

劃辦公室資助（H326B070002）。本資料所表達的觀點不一定代表教育部的立場或政策。（2012年5月）

# 如何幫助您的孩子 理解和標識各種情感

Brooke Brogle, Alyson Jiron & Jill Giacomini

通過教您的孩子認知描述不同感受的詞語，您可以幫助擴充她情感方面的詞匯量。她一旦認識並明白這些詞語，您就可以幫助她標識她自己以及別人的感受。例如：您是否還記得您的孩子在雜貨店或其他公共場所出現情緒失控的情況？也許您嘗試安撫您的孩子，告訴她“冷靜下來”，但當她繼續發脾氣時，您會覺得迷茫，而且不知道接下來該怎麼做。如果再次遇到這樣的情況，您可以說：“你看上去很傷心失望。有時候，我也會有這樣的感覺。不知道我們能做些什麼呢？”這樣，您就可以更好地幫助您的孩子理解並處理她的情感。教會您的孩子理解她的情感可以是一個有趣和有益的經驗，還能從一開始就防止挑戰性行為的出現。



## 在家裏嘗試這些方法

- 簡單地陳述您的孩子感覺如何。“你看上去真的很興奮！我看到你的眼睛睜得很大，而且嘴巴張開。”
- 陳述別人的感覺如何：“哇，那個小男孩實在很生氣。我看到他在哭，並且雙手握拳。不知道是因為什麼呢？”
- 陳述您的感覺如何。“我真的很沮喪，割草機壞了。我想我會休息一下，並想一些方法來解決這個問題。”
- 利用書籍作為教材。關於情感素養的兒童書籍有大量的選擇，請瀏覽 <http://csefel.vanderbilt.edu/resources/strategies.html#list>，您會在該網址找到一份圖書目錄、與圖書有關的活動以及教導情感素養的其他資源。



## 在學校練習

與您孩子的老師交談，看看他們在學校如何向您的孩子教導情感。在學校會看到和經歷到許多情感。通過大人的幫助，孩子學會各種情感在他們的身上如何表現、感覺如何。老師可以通過書籍和實例來說，這個孩子看上去很傷心，因為他在哭；或她看上去很生氣，因為她雙拳緊握。當孩子能夠識別出各種情感是什麼樣子的，他們就能夠開始管理自己的情感，並對別人顯示出同情心。



## 概要

擁有豐富情感詞彙的孩子能：

- 更好地承受沮喪
- 更少地捲入打架
- 行為有較低破壞性
- 更健康
- 不那麼孤獨
- 不那麼衝動
- 更集中精神
- 有更傑出的學習成績



[www.challengingbehavior.org](http://www.challengingbehavior.org)

鼓勵複印本資料。複印本資料無需經許可。

