

我、你、我们

2至5岁儿童及其家长社会情感技能学习

此工具箱含有诸多有益见解, 有助于您孩子发展和练习社会情感技能。

何谓社会情感发展?

即儿童学习掌握以下技能的过程.....

- 了解自身
- 与他人连接和打交道
- 独当一面和善于抉择

幼儿的社会情感技能有哪些?

这些技能都很重要, 譬如.....

- 了解自己的感受并能说出这种感受的名称
- 管理强烈情绪并控制自身行为
- 理解他人的感受
- 寻找关心他人感受的方法
- 通过遵从指令和轮流做事, 来与他人友好合作
- 自己解决问题

儿童需要有很强的社会情感技能, 这样才能胜任日常生活和确保学业成功。这些技能为儿童提供了必要的工具, 让他们能够做自己。另外, 还能帮助儿童结交朋友, 得心应手地完成功课、玩耍和一起学习。

所有社交情感技能的学习都需要时间, 所以让孩子从小就开始学习这些技能更重要。甚至婴儿都在发展这些技能! 您孩子可以通过玩耍和日常互动来练习社交情感技能, 但是他们还需要您的爱护, 支持和耐心!

工具箱里包含什么

- 适宜亲子共用的大量材料
- 揭示如何与孩子一起练习社交情感技能的活动表单





此工具箱使用提示(以及练习社交情感技能的全面提示!)

- **多花些时间陪伴孩子。**此工具箱中的活动均由家长与孩子一起完成;坐在地板上和孩子一起玩;对孩子所做的事情表现出兴趣。
- **让他们自由探索。**许多孩子在尝试某项具体活动之前,需要时间来探索相关材料。允许孩子玩一玩工具箱中的材料。如果觉得他们已准备就绪,可以试着进行表单上的任一活动。
- **遵循常规。**在生活中遵循常规可令幼儿感到安全,并为学习做好准备;有规律地玩耍时间、吃饭时间和睡觉时间很重要;丰富的情感体验、轮流做事、遵从指令也很重要。努力地在日常生活中始终如一地遵循常规。变化太多会让学习新事物变得更加困难
- **给予鼓励。**社会情感技能的习得并非易事。孩子第一次可能做得不对。看到他们愿意一次又一次地尝试时,要给予表扬。
- **多些耐心。**每个孩子的社会情感技能发展都有自己的节奏,然而很多家长都会犯拔苗助长的错误。做个深呼吸,放手让孩子去练习吧。
- **表露情感。**每个人都有情感;谈谈自己的感受;示范如何用健康的方式表达自己的感受。
- **不妨装点傻。**讲些笑话、跳滑稽舞、开怀大笑;愉快相处有助于建立密切的关系。
- **休息一下。**社会情感技能的学习是一项艰苦的差事。如果您或孩子需要休息——莫迟疑!
- **尊重孩子的兴趣爱好。**此工具箱中的活动表单推荐了一些活动,但也有很多其他活动值得一试。留心孩子的兴趣点——并效仿他们的做法!

会玩很重要!

玩耍是儿童练习社会情感技能的最好方式。通过独自玩耍、在他人旁边玩耍或与他人一起玩耍,儿童才能够了解自己和所生活的世界。

他们会……

- 探索情绪;
- 通过一次次独自抉择和以自己的方式行事来建立自信;
- 在错误和成功中成长;
- 了解他人;
- 练习换位思考;

玩耍是一种强而有力的学习方法。