

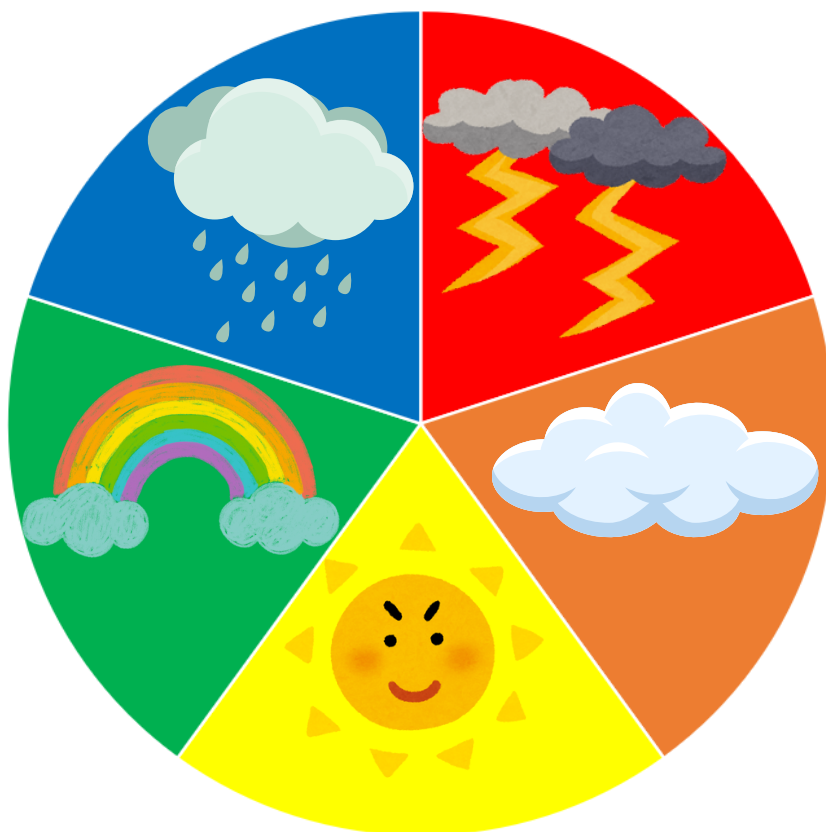


情緒天文台



當小朋友面對困難失意時，若能想出越多解決方法，就越能成功渡過困難，對學習、生活有正面幫助。

所以小朋友首先要認識自己的情緒，才能處理情緒。





情緒天文台能：

- 幫助小朋友認識自己在不同情況時的情緒
- 思考自己的心情狀態及學習調節情緒
- 作視覺提示，以了解自己的情緒

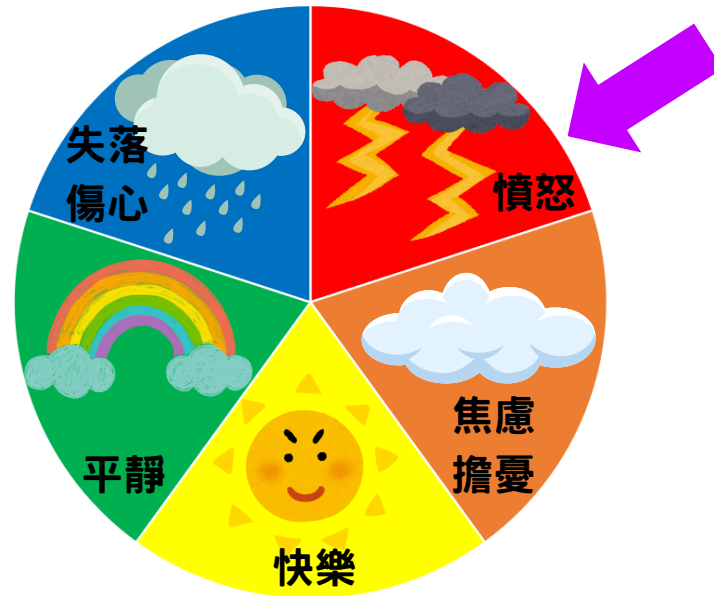


如何使用？



- 請小朋友用箭咀指出自己的情緒，家長可同時說出箭咀指著的情緒，幫助小朋友認識自己的情緒。
- 家長透過與小朋友討論不同的情緒經驗，能更明白子女的感受。日後遇到相近的事情，也較易幫助及引導子女處理情緒。

如何使用？(例子)

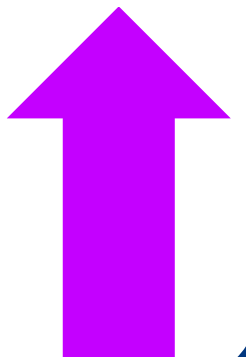


事件：小朋友被其他人搶了玩具「好嬲」

- 1. 家長請小朋友用箭咀指出自己的情緒**
- 2. 家長再解釋這種感覺是「憤怒」，讓小朋友感受到家長明白他們的感受**
- 3. 這時小朋友的情緒大多會較之前冷靜，家長可以教導他們解決問題的方法，例如把自己的感受說出來告知對方，從而讓他們學習到如何處理自己的情緒**



情緒天文台 (教材)





樂善堂莫葉瑞衡兒童發展中心
Lok Sin Tong Mok Yip Sui Hung Child Development Centre

**以上資料由本中心特殊幼兒導師整理
僅供參考**



**家長想了解我們的課程，
歡迎聯絡我們**



53342881



www.lstmyshrc.org



35653260

灣仔卓凌中心30樓



樂善堂莫葉瑞衡兒童發展中心