

情感很奇妙

幼童们正在学习如何管理他们的情感和行为。他们正在学习如何使用词语表达自己的情感，以及如何使用适当的方式表达自己的情感。你可以用这里的一些方法，来帮助他们成功学得这些重要技能。

快乐？悲伤？还是愤怒？

帮助孩子学习他们情感的名称。使用诸如快乐、悲伤、愤怒、沮丧、嫉妒、尴尬或孤独等词语。比如说，“你看上去很难过，因为你没有像 Sarah 那样的恐龙玩具。人们称这种情感为嫉妒。你的感觉是那样的吗？”

愤怒的



悲伤的



快乐的



孤独的



演示如何分享情感

小孩子学习与周围的人分享情感的适当方法。鼓励孩子使用词语来命名他们的情感。让孩子听你使用词语谈论情感。“今天早上我找不到钥匙时，感到很沮丧。”

描述你想要看到的行为

尝试描述孩子们可以做的事情，而不是告诉他们不能做的事情。例如，你可以说，抚摸宠物时“手要温柔”。指出适当的行为。还可以说，“我看到在我们逛商店时，你为了不碰倒货架上的东西而非常小心。”



我们都有情感

让孩子知道所有的情感都是可以拥有并且可以谈论的。提醒他们，伤害他人的身体或情感或破坏财产是不可以的。使用你在书中或视频中看到的词语教会情绪。“看那个小男孩的微笑！看到他的新小狗他好高兴啊。”

English Title: Feelings Are Fantastic



13 Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>

Illinois State
Board of Education