

家長講座

情緒有「轉」機：
如何幫助幼兒轉出正向情緒

由教育局委託
香港教育大學舉辦

😊 加強幼兒正面情緒：



主動建構

幼兒分享好消息時，家長多提問。



描述讚美

家長讚美幼兒的努力、幼兒的正面行為和幼兒使用的策略。



感恩日記

家長與幼兒記錄值得感恩的事。



運動與大自然

家長與幼兒一起運動、親親大自然。

😊 處理幼兒負面情緒：



積極聆聽

幼兒分享壞消息時，家長多用情緒詞彙。



正面評估

家長幫助幼兒在負面事情中找到光明面。



深吸慢呼

家長每天與幼兒練習深呼吸。



解難四步

家長幫助幼兒「有問題、想辦法、估後果、試試看」。

教育局幼稚園階段
家長教育資訊



教育局
YouTube頻道

