

# 花點時間... 關係很重要！

**您**是您孩子生命中最重要的人！這就是為什麼您和您孩子之間的關係是早期干預的一個重要關注點。**Early Start** 服務旨在為**您**提供幫助，以更好地應對您孩子的獨特需求。您的服務提供者將為您提供理念與支援，讓您能夠幫助您的孩子學習**您**認為最為重要的技能！

社交能力和情感發展描述了感受和表達情感、建立關係以及探索世界的能力。社交能力和情感發展是人生中所有其他學習和發展的基礎。這點對於所有兒童來說都是適用的，包括殘障或發育遲緩的兒童。在恰當的支持下，所有家庭都可以幫助其孩子學習如何交朋友、以健康的方式表達強烈情緒以及和平地處理矛盾。這些是社交與情緒技能的一些示例。您與孩子的關係至關重要，因為積極的關係可以讓您孩子的大腦發展得更好。在每一個日子裡，無論您身在何處，積極的父母/子女關係都有助於增強你們之間的連合性，為您的孩子提供學習和成長所需的要素。

當您的孩子感到有安全感、安心、  
得到悉心栽培且被愛時，  
孩子能夠更好地成長和學習！

我們深知，為人父母絕非易事！發育遲緩或有殘障的孩子，他們的父母可能需要額外的支援。行為、溝通和身體上的挑戰都會讓育兒變得尤為困難。您的Early Start 團隊將隨時為您提供幫助！您可以在您每天進行的日常事宜中強化您和您孩子之間的連合性和聯繫。我們將幫助您掌握方法！

花一點時間和你的孩子  
一起玩耍、唱歌、  
閱讀和歡笑。

更多有關於社交能力和情感發展的資訊，請觀看這則視頻：

<http://earlystartneighborhood.ning.com/ssip-resources/TaMvideo>

# 您和 您的孩子...



## 理念與小貼士...

您如何知道您的孩子是否開心、悲傷、沮喪、害怕或生氣？

觀察您的孩子，您便能夠逐漸發現一些線索。他們可能會使用肢體動作、面部表情以及聲音來向您表達他們的感受。

想像一下您的孩子是如何體驗事情。

您如何回應您孩子的感受？

確認您孩子的感受，並用簡單的話語來標誌它。例如，「我能夠感受到你因為未能伸手可及你的玩具而感到沮喪」。

如果您的孩子感到高興，那麼繼續做您正在做的事。如果您的孩子感到煩亂，花點時間耐心安撫他們。

您該如何幫助您的寶寶或孩子學習冷靜下來？

請記住，您自己應當首先保持冷靜。嘗試使用不同的方法讓您的孩子冷靜下來，例如抱在懷中、輕輕搖晃、給孩子一個特殊的玩具或毯子、唱歌、播放舒緩的音樂等。

想出一些處理情緒的健康方式：深呼吸、數到四、吹泡泡、唱歌，或者和您的孩子一起跳滑稽的舞蹈。問孩子是否需要一個擁抱。

您如何向您的孩子表達他們很重要並且被深愛著？

花些時間和您的孩子建立聯繫：微笑，和他們說話並傾聽他們說話，和他們一起讀書、唱歌、玩耍，和他們一起進餐。

更經常地關掉電子產品，這樣您可以更好地關注您和您孩子之間的關係。

您如何鼓勵您想從您的孩子身上看到的行為表現？

請記住，如果您的孩子感到疲累、口渴、饑餓或不適，他們將會表現不佳。在您嘗試教他們新的行為表現之前，請先照顧好他們。

您對於孩子是否有任何憂慮或疑問？

與您的 Early Start 團隊溝通。我們隨時為您提供幫助！

### 請記住...

**您是孩子的第一位老師！** 孩子從他人身上學到最多的東西……尤其是您！當您感到難以保持冷靜時，讓自己休息一下。在確保您的孩子安全的情況下，給自己一點時間冷靜下來。您可以說，「我需要一點時間想一想該如何幫助你」。照顧好您自己的情緒健康。如果您感到壓力、抑鬱或焦慮，這將會影響到您的孩子。獲得您需要的幫助和支持。



Developed with the support of the California Interagency Coordinating Council (ICC) on Early Intervention and the Early Start Comprehensive System of Personnel Development. Early Start is implemented by the Department of Developmental Services

