



背包連接系列

關於這個系列

背包連接系列由社交情感介入輔導的技術援助中心（TACSEI）所創，為教師和家長/照護者提供一個方法去共同幫助幼兒發展社交情感的技能並減少挑戰性行為。當推行新的策略或技能時，教師可以選擇把講義分發在每個孩子的背包裏，讓其帶回家。背包教學連接的每一份講義都提供信息以幫助家長了解其孩子在學校正在學習什麼，以及在家裏如何使用這個策略或技能的具體建議。

WestEd 的 San Marcos 分部對這些講義進行了改編，使其與早期學習之社交情感基礎的加州合作項目（加州 CSEFEL）的教學相匹配。

金字塔架構



金字塔架構指導各計劃如何提高所有兒童的社交情感能力，並設計有效的介入輔導以支持對可能有持續挑戰性

行為的幼兒的教導。它還提供實踐教學方法以確保有社交情感障礙的兒童獲得專門的教導。實施金字塔教學模式的計劃迫切盼望與家庭合作，以迎合每個孩子的個別化學習與支持需要。想了解更多關於金字塔架構的資料，請瀏覽網址 challengingbehavior.org

更多資料

如需更多關於這個主題的資料，請瀏覽 TACSEI 的網頁

www.challengingbehavior.org，然後在屏幕右上角的搜索框裏輸入“morning routine”。



此出版物由幼兒社交情感介入輔導的技術援助中心（TACSEI）所創，該中心由美國教育部的特殊教育計劃辦公室資助（H326B070002）。本資料所表達的觀點不一定代表教育部的立場或政策。（2013年7月）

如何幫助您的孩子 有一個成功的早晨

Brooke Brogle, Alyson Jiron, & Jill Giacomini

您是否每天在八點前緊張地與早晨鬥爭，常想低下頭哭呢？您是不是常常氣急敗壞地、急急忙忙地離開房子？早晨可能是家長們特別困難的時間。使全家起床並出門並不是一個容易的任務！您早晨的常規是您家庭全天活動的基礎，一天之計在於晨，明白這一點很重要。您可以創建一個早晨常規，不僅可以幫助您更加順利地開始新的一天，還教會您的孩子必須的重要技能，讓他變得更加獨立和自信。早晨常規還能夠減少挑戰性行為，比如哭鬧和發脾氣。



在家裏嘗試這些方法

- 使用圖像時間表，配合照片、剪貼圖或相關物件，為您的孩子顯示出早晨常規的步驟。這個圖像時間表能夠幫助他明白早晨常規的期望。如需學習更多關於創建圖像時間表的知識，請瀏覽網址 challengingbehavior.org，並在屏幕右上角的搜索框裏搜索“visual schedules”。
- 如果您的孩子早上賴床，可能是因為他晚上睡眠不足。設定一個固定的睡眠時間，並堅持按時睡覺。要是孩子的睡眠時間改變了，他早上起床會變得很困難。如需更多關於睡眠常規的信息，請瀏覽網址 challengingbehavior.org，並在屏幕右上角的搜索框裏搜索“bedtime routines”。
- 提前安排。使用您的睡眠常規去一起為第二天作安排。
 1. 擺出您孩子將會穿的衣服。
 2. 收拾好他的書包。
 3. 討論早晨常規，給他看圖片，提前談談第二天的活動。
- 提供合理的選擇，讓您的孩子對他的早晨常規有些自主權。例如，“首先，穿好衣服。然後，你可以選擇！早餐你想吃穀類還是煎餅？”
- 在您的早晨常規中包含聯絡感情的

時間。讀書、洗澡或依偎的時間會幫助您的孩子在開始他一天的任務時感到被愛和平靜。

- 鼓勵您的孩子。當您的孩子完成了一項任務和遵循常規時，給予積極和具體的鼓勵。例如，說：“哇！你自己起床並穿好了衣服！現在我們多出幾分鐘時間來玩火車。真是開始一天的極好的方式！”



在學校的練習

教師使用常規為您孩子的一天構築可預測的條理。要是孩子明白她應該在做什麼和將要發生的事情，她就不會那麼彷徨，而且會更加踴躍地參與。儘管課室的具體活動會改變，常規卻不會。例如，雖然十點也許總是美術時間，但具體的手工活動（塗顏料、剪切、粘貼）可能每一天都不同。孩子們會渴望嘗試新的活動，因為他們對常規有信心，並覺得自如。



概要

早晨常規是每天您與您的孩子建立和孕育一段積極關係的機會。當您遵循一個重複固定的早晨常規時，您讓您的孩子得以練習重要的技能，如穿衣服、洗澡和梳洗，讓他感到自信和成就感。一個充滿愛的家庭早晨常規是您和您孩子一整天的好開端。



www.challengingbehavior.org

鼓勵複印本資料。複印本資料無需經許可。

