

每月一篇

處理孩子的喜樂

孩子都是一個「開心果」，因每人性格不同，快樂的表現都各有不同。有的會不停地笑，笑到彎腰，甚至笑到肚子痛；有的只會微笑，表現平靜。無論表達方式如何，內在的感覺還是舒暢的、挺好的，令人變得更加親切和有動力。喜樂可以令人變得更能忍耐，不會為小事而生氣。當家長看到孩子笑得開心，不自覺都會感到愉快。你們是如何處理和回應孩子的喜樂呢？

☺處理「喜樂」情緒小提示：

1. 認同孩子的快樂情緒，可以為其帶來正能量、活力及份外的滿足感。
2. 鼓勵孩子表達出快樂的原因，例如：「到底是甚麼事令你這樣高興呢？」，讓他/她也有機會整理和重溫自己的快樂經驗，加強快樂的感覺。
3. 多向孩子分享各式各樣值得感恩的生活小事，例如看見美麗的藍天，吃了一頓美味的午餐等，讓孩子也學懂珍惜和享受自己所擁有的，自尋快樂的泉源。
4. 每個人面對同一件事都可以產生不同的感受，因此，儘管有時家長可能覺得某些事情或生活片段沒有甚麼大不了，但孩子卻表現得興奮莫名；那時候，最重要的是嘗試代入孩子的發展階段去理解他/她的生活經驗，感受一下他/她的感受。

駐幼稚園社工
黃少婷姑娘
11/2019