

尊敬的學前班學生家長：



我們很高興贈與您一套**情緒疊疊樂**卡片！這個寓教於樂的工具幫助您子女學習情緒。

理解情緒和控制情緒是重要技能，在學前班裡在家中，孩子們在成長過程中發展這些技能。些能力可以幫助孩子與朋友和家人融洽相處，即便遇到難題的時候也會繼續嘗試，能夠在學校取得成功。。

在社交距離和疫情下，兒童和成年人正經歷著很大的壓力和情緒波動。兒童接收到身邊的各種情緒，並且可能對於他們日常安排的變化有著巨大的情緒波動，擔心他們的家庭、病毒和生活上的重大改變。年幼的兒童可能用各種不同的方式表達重大情緒，比如哭、黏人、表現亢奮或對於往常不會讓他們沮喪的事情發脾氣。您可能發現理解您子女的情緒比以往要難。我們希望情緒疊疊樂會是一個有用的工具，幫您找到一些方法與子女一起討論重大情緒。

作為孩子最重要的啟蒙老師，您有能力幫助他/她學習控制各種情緒。您可以在他們生氣、傷心或害怕時理解他們的情緒並了解如何應對。情緒疊疊樂手冊給出建議，教您怎樣開始使用卡片。

建造

運用這些卡片去拼砌高樓，橋樑，或任何您和孩子所能想像的東西。

玩耍

運用這些卡片透過遊戲去學習有關情緒和其中的趣味。

教學

運用這些卡片教您的子女怎樣表達和控制情緒。

如果您有任何問題，請詢問您子女的老師或學前班課程的負責人，或者發電郵給我們：
DECEThrive@schools.nyc.gov.

誠致敬意！

紐約市教育局

幼兒教育處