



## 小森林園訊 Green News 114年3月28日

### ~~~培養孩子輸得起的勇氣~~~

孩子的輸贏意識在進入幼兒園後更加明顯，在激發孩子進取心的同時也要引導「輸得起」的正向心態！要怎麼做呢？

#### 1. 討論輸贏的意義：破除對輸贏的錯誤觀念

許多孩子輸了就爆炸！因為心中認為「輸=爛」「輸=失敗」「輸=不被喜歡」，這種想法會讓孩子無法正確看待輸贏的結果。大人可以和孩子聊聊對他們的愛不會因輸贏而改變，透過對話引導孩子理解，輸不代表沒價值、不是失敗者，也不等於就不厲害。更重要的是，每次輸的經驗，其實都是一次學習和成長的機會。

#### 2. 預告有可能會失敗：幫孩子做對的心理建設

在進行競賽前，大人可以事先提醒孩子「今天比賽不一定會贏喔！有時候可能會輸，那我們該怎麼調整心情呢？」幫孩子預先做心理建設，讓孩子知道失敗是正常的，誰都會遇到。當真的面對到比賽輸時，他們才不會覺得「為什麼只有我輸」，而更能坦然面對結果。這也能幫助孩子培養耐挫力，降低挫折時的情緒衝擊。

#### 3. 理解「情緒表達」：找到冷靜的方法，適度表達情緒

當孩子輸了，情緒失控爆炸時，最需要的不是立刻講道理，而是同理與安撫。先陪伴孩子冷靜下來，大人可以說「我知道你現在很難過，媽媽在這裡陪你。」接著陪伴孩子找到冷靜的方法，例如：畫畫、喝水、深呼吸，幫助他轉換情緒。情緒穩定後，帶著孩子認識生氣的情緒，並引導他們說出生氣時會有的感受，一步一步讓他們了解生氣背後的情緒原因。

#### 4. 教導「情緒強度控制」：控制聲音及力道程度

孩子有情緒很正常，但我們可以教他們如何表達得「剛剛好」，生氣並不是問題，情緒失控才是問題，在日常生活中可以和孩子練習，當情緒來時，引導他們用小一點的聲音說出來或用不傷害自己和別人的方式表達，例如：打枕頭代替亂丟東西。

#### 5. 學習「自我分析」：分析做得好的地方，養成習慣

當孩子的爆炸情緒緩和後，再帶著他們思考和分析，讓孩子想想「這次你有哪裡做得不錯？」「還有什麼可以再進步的地方？」這不只是檢討失敗，更是鼓勵孩子正向思考，怎麼做能更好？或是下次遇到同樣情況，知道如何應對？這樣的思維轉換，可以讓孩子從失敗中找到方法和力量。另外，也可以帶孩子思考這次同學贏，是因為他哪部份做得比較好？是不是值得學起來？這樣能幫助孩子看見結果背後的多元因素，不再只專注於輸贏本身。





## 3 月份訊息

◎4/4(五)兒童節放假，4/5(六)清明節放假(適逢週六，故 4/3(四)補假一天)，先預祝佳節愉快。

### ◎中興中學畢業舞展

活動日期:4/2(三)19:00~21:00

活動地點:桃園展演廳

洽詢電話: 369-4315#640

入場方式:索票入場

### ◎經典台語流行音樂特展

活動日期:3/29(六)~4/24(日)10:00~18:00(週一休)

活動地點:中原文創園區 11 倉

洽詢電話:433-3833

入場方式:自由入場

### ◎陶異星漫遊

活動日期:3/25(二)~5/11(日)

活動地點:中原文創園區 1.2.3 倉

洽詢電話:433-3833

入場方式:自由入場

### ◎大廟口派出所

活動日期:週二~週日 9:00~17:00

活動地點:桃園市中正路 198 號

洽詢電話: 332-2562

入場方式:自由入場

### ◎大園尖山考古展示館

活動日期:週三~週一 9:30~17:00

活動地點:大園區大仁路 100 號

洽詢電話:287-6176#128

入場方式:自由入場

### ◎航空城文史調查駐地工作站

活動日期:週四~週六 9:00~17:00

活動地點:大園區中華路 298 號

洽詢電話:0910-180912

入場方式:自由入場





# 我是好寶寶

班級	第 7 週	第 8 週	班級	第 7 週	第 8 週
Cherry	Nick	William	Tulip	Ricky	Summer
Apple	Cody	Ethan	Rose	Oliver Leo	Allen Stormy
Pineapple	Max/Mia	Daniel	Dragon	Wilson	Emma
Tangerine	Ann	Ruby	Elephant	Cassey	Christine



## Weekly English 本週新的句子:

K1→A: It's cold. Put on your (jacket).



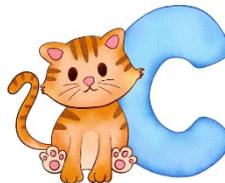
K2→A: When there's a fire, what number do you call for help?

K2→B: Call 119 for help.

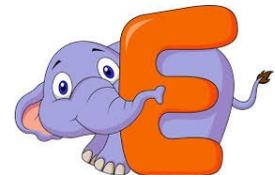


K3→A: How do we show our love to the Earth?

K3→B: Save the trees.



K3→A: Keep the water clean.



K3→B: Recycle and plant some seeds.



## Stars of the Week

◎ 本週 Miss Green 電話教學成績特優(5 個 A+)小朋友:

Tangerine-Vince, Leon, Iris, Mason, Ann, Kai, Zoe, Denny, Jane, Louis,  
Anna, Cindy.

Pineapple-Kate, Hazel, Cindy, Sean, Bear, Tim, Jennie, Mavis, Shaney,  
Aaron, Hank, Venus, Bubble, Nolan, Jocelyn, Daniel, Timmy,  
Max, Mia, Ariel.

Tulip-Ryan, Sunny, Rick, Lillian, Archie, Ivan, Summer, Danny, Edward,  
Ginny, Shiny, Vita, Max, Vito, Kent, Ian.

Rose-Yuler, Leo, Casper, Suri, Stormy, Chelsea, Owen, Lily, Eric, York,  
Benson, Ryan, Lucas, Allen, Henry, Tracey, Max, Obi, Sam, Peko,  
Howard, Nick, Lucy.

Dragon-Eunice, Matt, Mia, Fifi, Mina, Celia, Wilson, Joe, Jerry 勳, Felix,  
Emma, Anna, Mario, Ruby, Honey.

Elephant-Anna, Christine, Cassie, Bryan, Wally, Jasper, Ray, Charlie,  
Kendric, Boey, Jessie, Yuri, Rainie, Kate,  
Ariel, Ivy, Daisy, Casey.





小森林幼兒園  
Green Glade Preschool



寶貝繪畫天地

I like drawing



Rose-Suri



Rose-Tracey



Tulip-Ray



Elephant-Jessie

☆請 Daddy, Mommy 多多鼓勵寶貝們創作，激發繪畫的潛能!

