



# 「特别游戏时间」家长指南

玩具是词汇，游戏是语言。



## 1. 什么是「特别游戏时间」？

- 每周 15-20 分钟，1-2次。
- 孩子是「导演」，家长是「追随者」。
- 建立自尊心，缓解焦虑，加深亲子纽带。



## 2. 您的「游戏工具包」

重点是想象力：

- 创意类：橡皮泥，乐高
- 表达类：动物模型，手偶，泡沫剑
- 育儿类：娃娃，医疗具
- 生活类：玩具电话，厨房
- 表达类：动物模型
- 避坑：避免带教学功能的电动玩具。

## 3. 通关秘籍：PRIDE 技巧



具体表扬努力



重复孩子说的话



模仿他们的动作



像解说员一样描述



表现乐在其中



PRIDE



## 4. 三大禁忌 (The 3 Nos)

- 不提问：不要问「这是什么」。
- 不指挥：别说「放这」，让他放。
- 不教学：此时不教颜色，感受连接。

## 5. 设立边界 (ACT 原则)



- 确认感受：「我知道你很生气」
- 传达限制：「但玩具不能扔人」
- 引导替代：「可以扔软枕头」



## 本周特别游戏计划

日期：\_\_\_\_\_ 时间：\_\_\_\_\_ 地点：\_\_\_\_\_ (安静无干扰)



快乐连接



快乐连长



一起成长