

行为健康

家庭参与对学生行为有积极的影响。当有家庭参与时，学生会表现出更积极的态度和行为。

积极行为干预支持

闹情绪、流眼泪、发脾气行为即是交流

孩子通常会通过行为进行交流。行为是一种交流方式，表明其有需求待满足。作为父母，要试着去理解孩子想要传达的信息，这样才能做出适当的回应。为了确定孩子的行为目的，思考一下前因（在该行为之前发生了什么），找到触发因素。

影响孩子行为的因素

- 发育阶段
- 性情—描述孩子对人、地方和经历的反应
- 身体缺陷

如何鼓励积极的行为

- 强化良好行为
- 制定合理计划并持续执行
- 收集数据
- 说出你所鼓励的行为
- 用言语表达情感
- 改变环境
- 提供选择
- 避免使用权利予以施压

来源: <http://www.pacer.org/parent/php/php-c154.pdf>

心理健康

感恩的心

学会感恩有助于在生活中培养快乐积极的态度。关注我们所欣赏的东西，在生活中压力过大的时候，这是一种健康的应对技巧。

以下是一些感恩日志提示。可以把这些提示记下来，用它们来引导你花更多时间去思考感恩，或者与他人分享你的想法。

- 是什么让你今天笑了？
- 你收到的最好的赞美是什么？
- 你最喜欢的歌曲是什么？为什么？
- 你感恩的一个强项是什么？
- 描述一个生活中让你心怀感激的挑战……
- 让你心怀感激的有趣的事是什么？
- 今天让你心怀感恩的三件事是什么？为什么？
- 描述一段快乐的回忆。你看到、听到、感到、闻到了什么？
- 想一件别人为了你而做的善举……
- 描述一个你完成的目标。

社会工作

感恩肯定

感恩是给你和家人带来幸福的好办法。实践感恩的一种方法是通过肯定。肯定是积极的，自我肯定陈述。每天抽出2分钟对孩子说几句肯定

2分钟对孩子说几句肯定

- 我张开双臂拥抱今天
- 我自信且有能力
- 即使在我挣扎的时候，我也会继续前进
- 我的错误帮助我进步
- 我就是我 完美的我

提示: 通过活动来练习肯定宣言，让肯定更加充满乐趣。

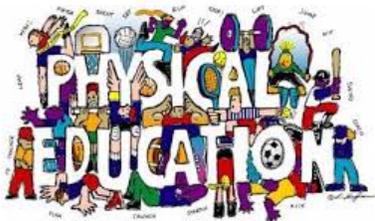
- 创造肯定宣言木板
- 制作肯定宣言宝箱，这样可以每天读一个
- 把肯定宣言编成一支歌



夏季安全

炎热的日子里，骑自行车、游泳、户外探险——

夏天有许多有趣的活动！记住，德克萨斯州的高温很快会向你袭来，所以要保证充足的水分（即使不觉得渴），避免上午11点到下午3点进行户外活动，涂好防晒霜，穿好防晒服。骑自行车是一种积极探索户外的好方式，但要记得戴上头盔！在当地的自行车店骑自行车做个快速检修，确保座椅和把手得到妥善调整！大家都喜欢在游泳池里、海滩上或湖泊上放松自我。但记住，要结伴游泳，密切关注孩子动向，水中或附近的危险保持警惕。户外充满令人惊喜的事物！祝你玩得开心，但未经验物主人允许，不要触摸动物，也不要



今年夏天要注意安全，以下是一些安全提示！

请监督好水边嬉戏的孩子并涂抹

防晒霜。

5 这个夏天 确保孩子安全的方式

- 戏水安全**
始终看管好在水中或水边嬉戏的孩子，请勿大意。
- 确保孩子带好头盔**
确保孩子每次骑自行车时都佩戴合适的自行车或多用途头盔。
- 及时补水**
鼓励孩子在玩耍前、玩耍中和玩耍后多喝水，始终保持充足的水分。
- 场地安全**
去设施下配有防撞击材料的公园，时刻看管好玩耍中的孩子。
- 过热的车**
永远不要将孩子单独放在车里，一分钟也不行。

S&DFS
FBI[★]ISD SAFE AND DRUG-FREE SCHOOLS



家庭检查

每个家庭都在努力寻找最佳方式来养育孩子，让孩子过上幸福、健康和丰富的生活。

本出版介绍了俄勒冈州大学儿童与家庭中心开发的循证信息。强调了父母的养育技巧，这些技巧对于预防青少年吸毒的发生和发展非常重要。出版中还提供视频剪辑，可以帮助读者实践积极的育儿技巧。

