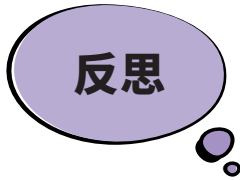


通过这本指引手册，您将看到这些内容：



反思：这一部分为我们提供了一个机会，让我们对特定主题的价值观、信念和经验进行反思。有时候，这些问题会让您回顾一下自己的童年时光，而其他问题则专注于您现在作为家长的经历与经验。

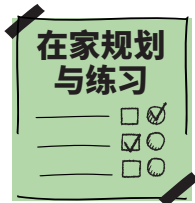
学习



学习：在这里，您将从儿童发展的角度以及相关育儿策略学习到有关课程主题的具体信息。



您知道吗？：这一部分包括来自有关儿童发展的最新研究的实用信息，以及针对每个主题的提示建议。



规划与练习：在这里，我们将分享如何使用育儿策略，并邀请您在家尝试练习。



自我关爱：育儿是件不容易的事。这个部分将分享有关自我关爱的引导和练习活动，邀请您花一点时间关注自己的身心健康。



肯定自己：花些时间完成这些自我肯定的练习，来肯定自己的付出和优点。



表达自我：利用这个页面，随意书写和绘画任何您想表达的内容。