



2-4岁

万圣节小小探险家

和 Cuquin 一起认识情绪的冒险



年龄：
2-4岁



时间：
10分钟



需要准备：
这张活动单、彩色铅笔，如果你们愿意，
还可以准备一件服装或小配饰。

Cuquin 在准备过万圣节啦！有好玩的服装、让人惊讶的角色，还有我们不太熟悉的声音。我们一起帮他准备这次冒险，好吗？

答案没有对错。每个人的感受都可以不一样。我们一起去探索吧！

1 选一选你的服装！

Cuquin 想装扮一下，可是还不知道扮成什么。我们帮他选一选吧？

你最喜欢哪一个？



好玩的小幽灵



南瓜



神秘的猫咪



彩色的小怪兽



我自己选的其他角色！

我最喜欢的服装是：

现在，把穿着你最喜欢的服装的 Cuquin 画出来吧。

画画区。

2 Cuquin 有什么感觉？

想象一下，Cuquin 来到了一个万圣节派对。他看到一套从没见过的服装，还听到一个突然的声音。

你觉得他有什么感觉？

☐


开心

☐


惊讶

☐


害怕

☐


平静

他的感觉可能和你不一样。这也没关系！

那你会有什么感觉呢？

指一指一张脸，告诉陪你的人，或者把你的感觉画出来。

 画一张脸的地方。



3 害怕的时候，我们可以怎么做？

做探险家不是说就不会害怕！而是一点一点地去发现，需要的时候请别人帮忙。

如果 Cuquin 害怕了，什么能帮到他？

- ☐ 牵住信任的人的手。
- ☐ 在安全的地方看看发生了什么。
- ☐ 请别人解释一下发生了什么。
- ☐ 走远一点点，或者休息一下。
- ☐ 决定今天想做点别的。

你害怕的时候，什么能帮到你？

你可以从上面选一个，也可以说说你自己的办法。

我信任的人是：

能帮到我的是：

4 今天的任务！

现在，我们来选一个小小的万圣节冒险，一起完成吧。

- ☐ 看看一套服装，发现后面藏着谁。
- ☐ 装饰一个纸南瓜。
- ☐ 看一个 Cuquin 的故事，聊聊角色们有什么感觉。
- ☐ 跟着万圣节音乐跳舞。
- ☐ 画一个好玩的怪兽。

重要！ 我们可以先看看，再试一试，也可以决定今天不想做。不用每样都做完。

★ 任务完成! ★



今天我们发现，我们可以感到开心、惊讶、害怕，还有很多其他的情绪。

害怕的时候，我可以请别人帮忙。如果我需要停下来，就可以停下来。

做得好，小小探险家！

一家人一起聊一聊：当我们害怕的时候，可以怎样互相帮助？

本活动需在成年人陪同下进行。每个孩子都可以按自己的节奏参与，不需要回答所有问题，也不需要完成所有步骤。