

3Es情+社同行計劃

香港教育大學幼兒教育學系系主任
鍾杰華教授

項目主任
黎佩兒小姐



© 2017 The Education University of Hong Kong. All Rights Reserved

計劃成員



鍾杰華教授



林俊彬博士



梁敏教授



張溢明先生



李曉敏博士



徐韻姿小姐



邱晞榆小姐



苗可兒小姐



嚴翠茗小姐



王潔芳小姐



黎佩兒小姐





四年計劃的主要內容

及早預防

及早發現

及早介入



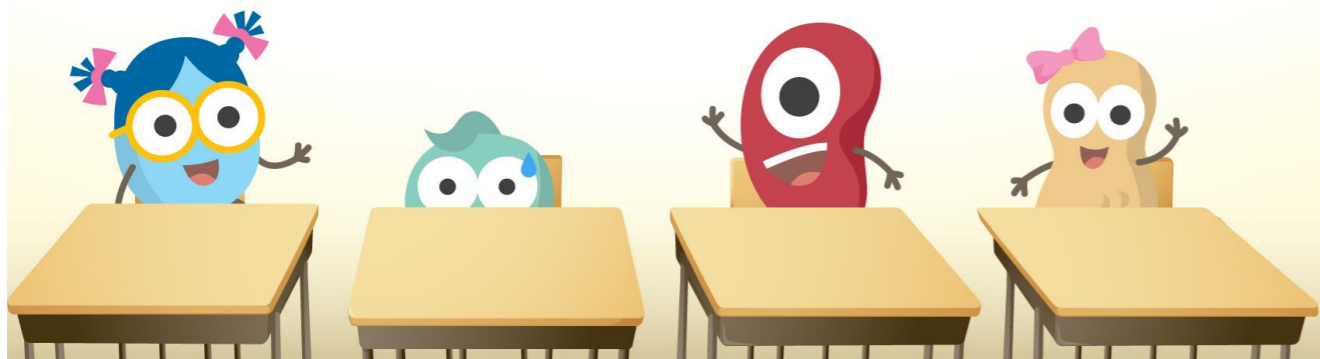
計劃內容

教師工作坊

- 促進幼兒的社交和情緒發展
- 處理幼師的壓力
- 與家長協作，促進幼兒社交情緒發展
- 識別在社交和情緒方面需要額外支援的幼兒
- 為需要額外支援的幼兒提供適當支援

家長講座

- 情緒發展與反映技巧
- 情緒調節
- 認知發展與自我調控
- 同理心及社交行為



課程理論支柱

Cognitive Control

- 掌握工作記憶、抑制衝動、靈活應變



認知
控制

Emotion Expressivity

- 認識基本情緒、合宜的情緒表達方法
- 表達自己的想法和需要



情緒
表達

Empathy & Social Behaviors

- 明白別人的情緒、想法和需要，表達感恩和分享等社交溝通技巧



同理心
及
社交行為

Emotion Regulation

- 學習調節情緒、彈性思考
- 掌握解難方法



情緒
管理

課程亮點

培養幼兒正面的自我和他人意識，與他人建立和保持良好關係

C

品格塑造
Character building

教導幼兒調節情緒及解決問題的基本方法

P

問題解決
Problem-solving

教導幼兒認識基本情緒，掌握恰當的方式表達自己的情緒和需要

U

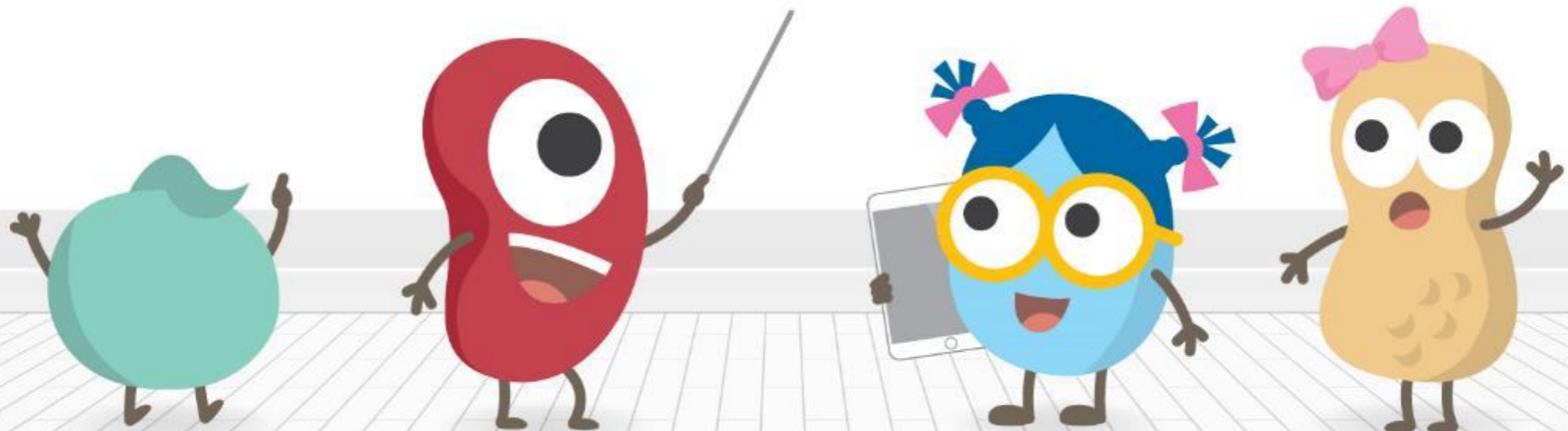
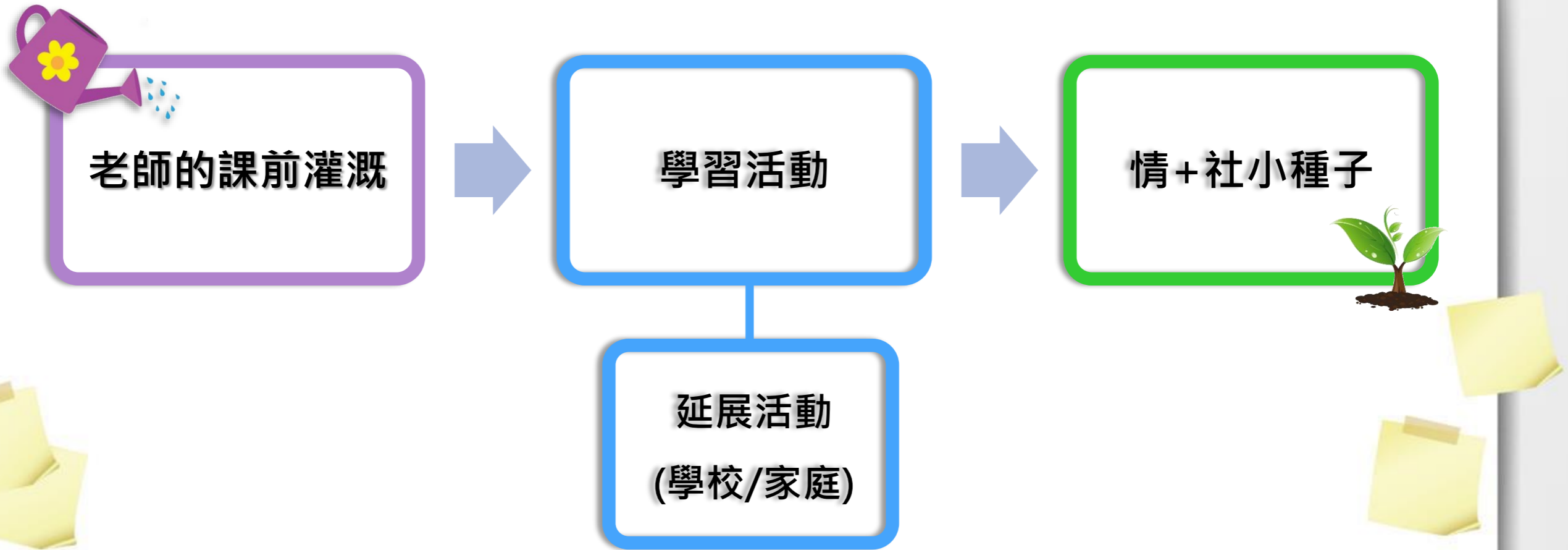
認知情緒
Understanding of emotions



課程特色



課程內容



課程卡通角色

認知控制

小姿

智慧小博士，專注、認真、愛思考

情緒表達

細細粒

感情豐富、善於表達自己的情緒

情緒管理

栢高

神秘背包內有很多能夠改善情緒的小法寶

同理心及社交行為

小花

樂於助人、關心朋友、樂於與人分享



老師的課前灌溉



第七課 我很關心 老師的課前灌溉

從幼兒的心理需要角度了解情緒行為問題

幼兒的情緒行為「問題」是日常老師需要應付的事情，但當大家嘗試把這些「問題」或幼兒的情緒行為「標籤」，採取的態度及處理方法便會截然不同。如果將幼兒的社交情緒行為視為學習的點，成人很多時候直接採用行為方式處理，指出負面結果甚至給予懲罰，或者用獎勵來誘使幼兒停止。例如：「你再不停止哭鬧，我便拿走你的玩具。」或者「你乖就不要哭哭，老師給你一張貼紙。」事實上，除了這些方法以外，老師不妨嘗試從幼兒心理需要入手，滿足他們的情緒問題時會較多採用正面和積極的方法。

心理學家馬斯洛(Maslow)提出的需求層次理論¹是最為人熟悉，他將人的行為以四個層次推動，最高層至自我實現。人的行為是自我實現的過程，依次由較低層次到較高層次。

在幼兒發展階段，幼兒的需要可以用這個層次分析：

老師嘗試以需要理論分析一些幼兒在校內常見的情緒行為問題，明白他們情緒行為問題背後的個人需要，會以一種同理心的心態，並以積極的態度尋求方法處理²。如果班上的學生出現下面情況，你須想他/她有什麼需要呢？

情緒行為表現	以需求層次分析	進一步
1. 上課時偷吃食物	生理需要	他/她是否沒有吃飽？茶點是
	安全和情感需要	他/她的照顧者有沒有為他訂下穩餐時間表？他/她和照顧者的關係如
2. 與弟妹向父母爭寵	情感和尊重需要	他/她的弟妹出現後對他/她有什麼影響？父母關注的時間和方式、生活規律分配有什麼改變？他/她要為弟妹作什麼遷就？
3. 說謊	安全需要	他/她說謊是為了逃避責罰等
	情感需要	他/她說謊是為了不讓
	安全和情感需要	他/她說謊是為了不讓

¹ Maslow, A.H. (1943). "A theory of human motivation". *Psychological Review*, 50 (4), 53-56.

² Daniels, D.J.E. & Stanton, L. (2005). Child development and classroom teaching: a review of the literature and implications for educating teachers. *Applied Developmental Psychology*, 23, 495-526.



認知
控制

學習活動

遊戲為本

多元感官

第三課：停一停、等一等

活動	教具	備註
「小朋友，你們也猜一猜“思考瓶”裡面會變成怎麼樣？」 2. 老師再出示相應的圖片，向幼兒提問。	大盒子	
「時間好似好快！」 「其實我都知道，這等待的時間好像太長，要等多久才輪到我！」 幼兒：「等候時可以做些什麼事情，我們等候的時間較容易過嗎？」 「等候時可以做些什麼事情，使時間較容易過呢？」，並把幼兒的意見記錄在《幼兒分享紀錄》。	幼兒分享紀錄	
「等候時可以做的事情的圖卡（包括唱歌及配合動作）」		
「等候時可以做或說些什麼事情，使時間較容易過嗎？」		



運用多感官進行探索，從遊戲中體驗等候的技巧



情緒
表達

學習活動

遊戲為本

多元感官

第五課：快樂的一天

老師請其他幼兒觀察做快樂表情的幼兒的面孔，並說出該幼兒的面部表情特徵。
在延展活動（學校）繼續遊戲。

重溫快樂的面部表情

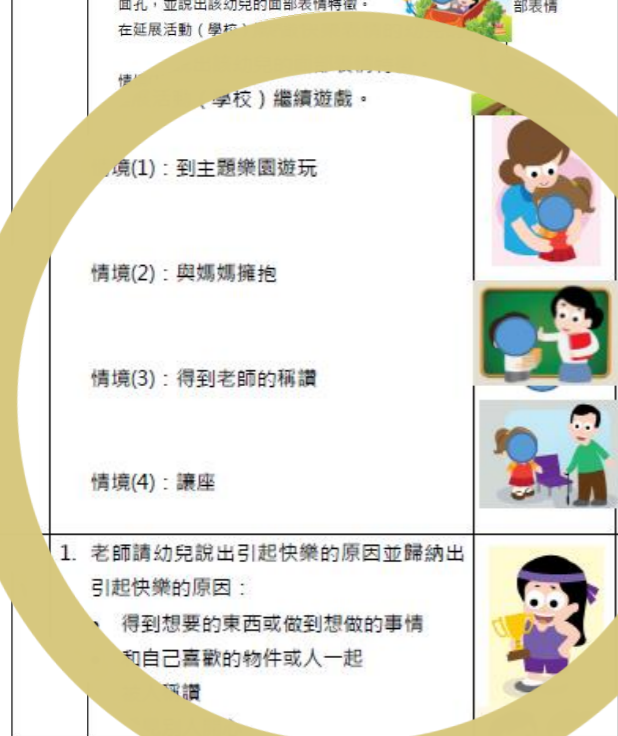
情境(1)：到主題樂園遊玩

情境(2)：與媽媽擁抱

情境(3)：得到老師的稱讚

情境(4)：讓座

1. 老師請幼兒說出引起快樂的原因並歸納出引起快樂的原因：
得到想要的東西或做到想做的事情
和自己喜歡的物件或人一起



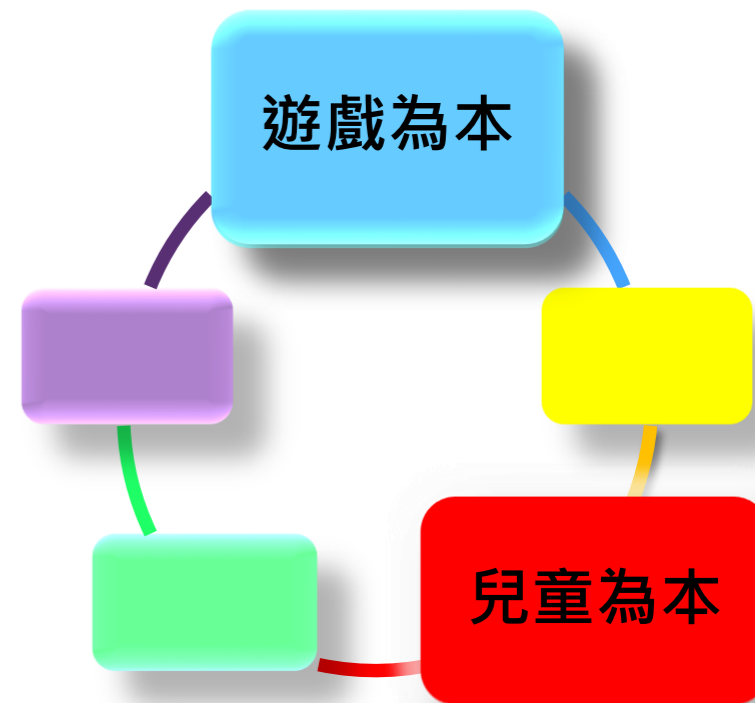
透過遊戲認識不同情緒的面部表情，分享不同情緒的經驗



情緒
表達

學習活動

第十二課：驚慌怎麼辦？



忙，看看那個人有什麼辦法可以幫助你。」

3. 遊戲【情緒跳飛機】

老師先

地上分

電線膠布

左、中、

電線膠布，劃

分別貼上人物圖

師、朋友、警察及

外作準備，然後老師

內容，幼兒根據情境

幫手，並且預計想找

自己。選好後，幼兒

內。老師邀請兩至

助自己？

電線膠布

情境卡（利

用第十一課

驚慌情境

圖）

人物圖卡

「其他」圖

卡

情緒跳飛機

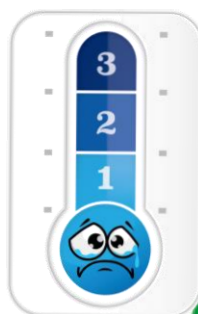
問題為本

找人幫手

情緒為本

放鬆自己
(深呼吸)

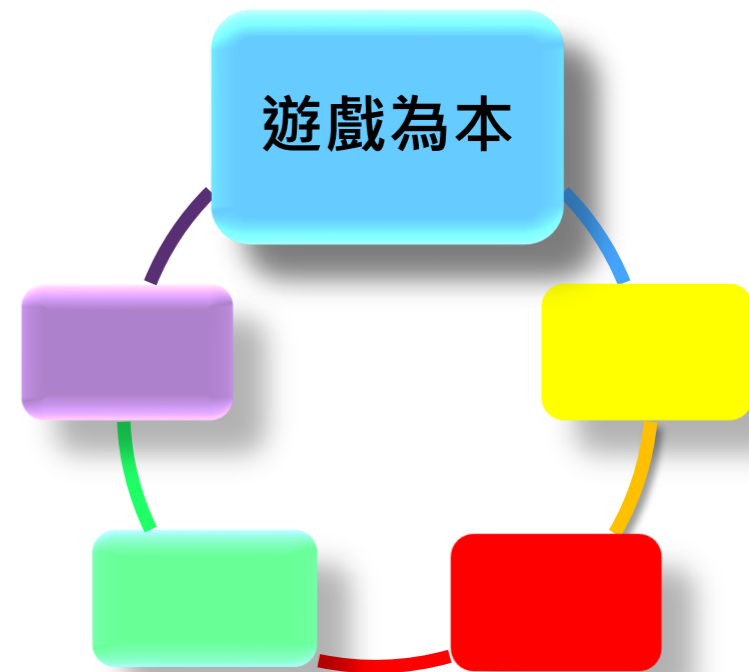
想開心事



透過遊戲學習處理
不同的情緒



第十六課：解難四步曲



延展活動 (學校)

- 請幼兒六人一組，每人抽其中一張解難「解難四步曲」4步曲的步驟卡，在抽卡時手上有困難時，請幼兒抽一張情境卡。
- 情境(1)：幼兒不懂穿外套發脾氣
情境(2)：幼兒因為其他小朋友不和她玩在哭
情境(3)：幼兒尿濕褲子坐在椅子上不知怎麼辦
情境(4)：幼兒看著同伴手上的洋娃娃很想玩
- 請幼兒先觀察情境卡的內容，然後老師引導幼兒按解難四步曲的步驟，解決情境卡中的困難。
- 老師利用問題引導幼兒討論如：
 - 「第一步：有困難」
 - 「他/她的困難是什麼？」
 - 「第二步：想辦法」
 - 「他/她可以點樣做？」
 - 「有什麼解決方法？」
 - 「有什麼其他方法？」
 - 「這」
 - 「第四步：試試看」

解決問題的方法：

- 詢問與分享
- 輪流、等候及做別的事
- 尋求幫助
- 拒絕別人
- 道歉及原諒

以遊戲形式學習解決困難的四個步驟，逐步提升解難技巧



第一步：
界定問題



第二步：
想想解決方法



第三步：
預測解決方法帶來的影響

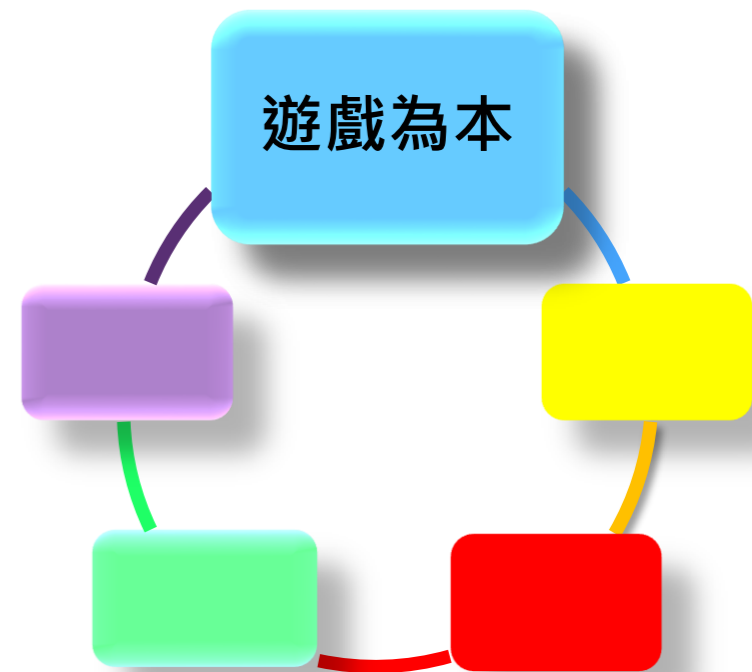


第四步：
挑選並試行一個解決方法



學習活動

第二十二課：思想偵探

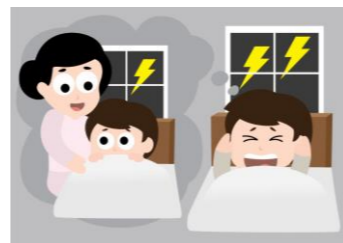


主題 (20分鐘)	「小朋友，讓我現在告訴你，小童給了什麼提示細細粒嗎？」	
	1. 老師利用「偵探」情 緒不同情緒的面部表 示一張情緒顏色卡，便同時 情緒的面部表情，引導幼兒描述 出眼睛、眉毛、嘴巴或鼻子是什 麼，例如： ：眼睛眯起，口角向上翹 ：眼角向下，眼紅紅或有眼淚流出 來，眉毛會皺起，扁嘴 ：眼睛睜大或閉上，嘴巴張開或抖震 ：眼睛張大，皺著眉，撇著嘴巴，鼻 孔張大，面紅 述每種情緒的面部表情後，老師將 卡排列在白板，留待稍後作投票	
	個可放入 A3 大小情境卡 與幼兒一同在看電	白板筆 大電

茶點掉到地上



打雷



沒有人讓座



身體動作
怎樣？

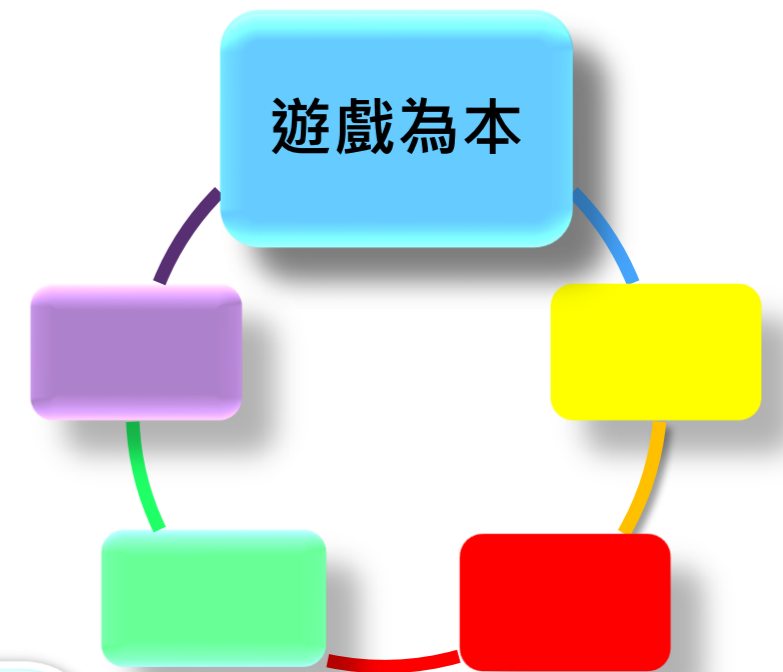
身邊的環
境怎樣？

眼睛望著
什麼？

從遊戲中學習估計別人的
想法和需要



第二十六課：我欣賞你



遊戲【我欣賞你】

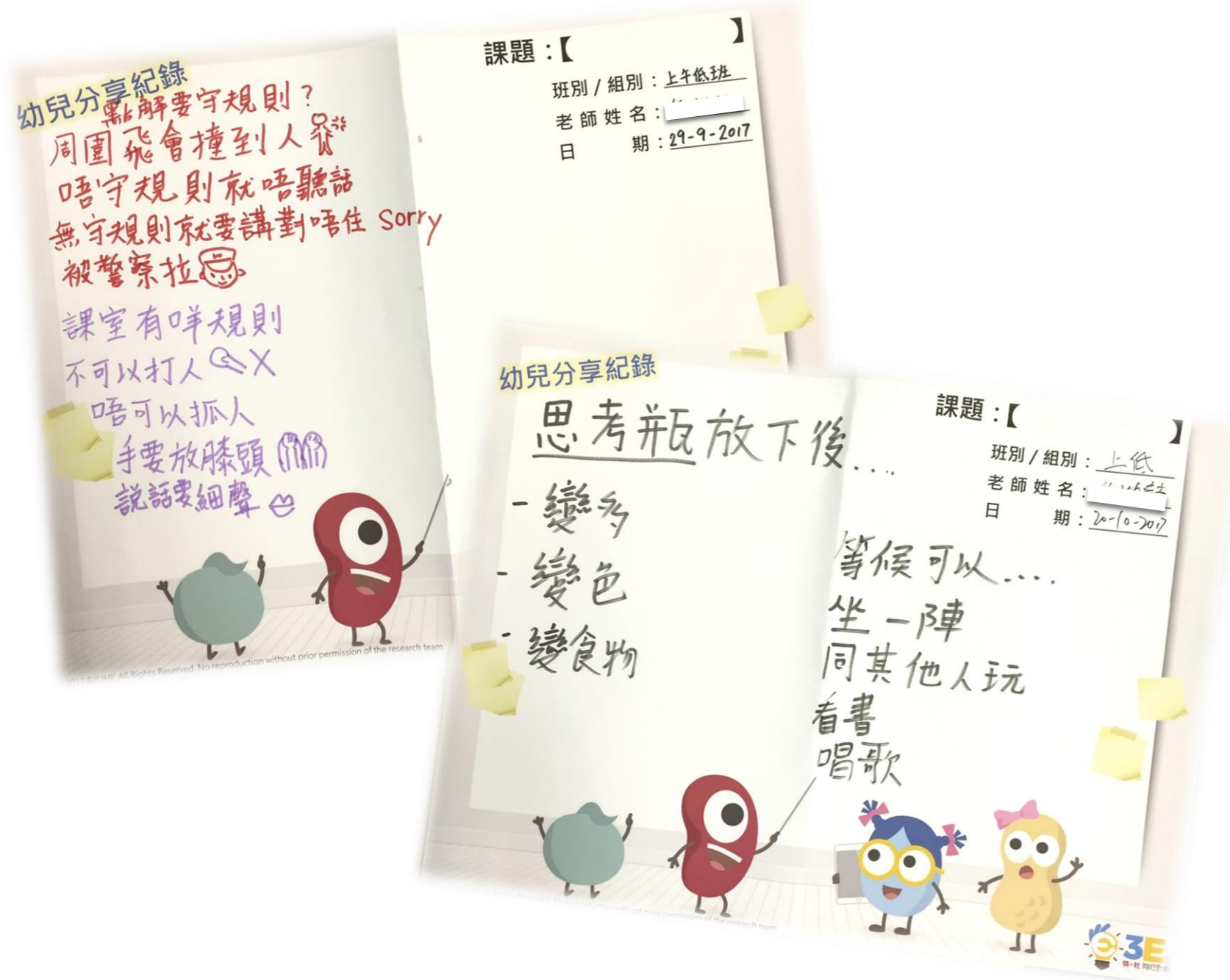
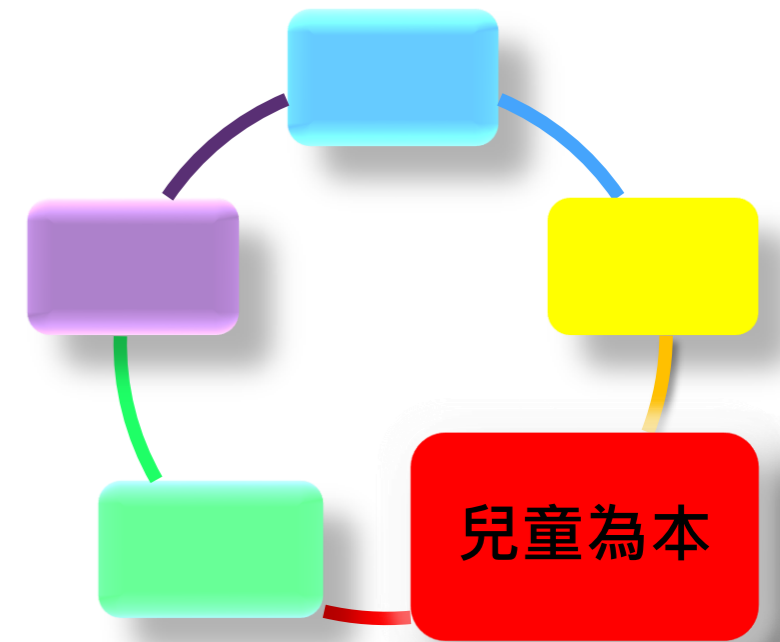
- 外表：衣服清潔、頭髮梳理整齊
- 能力：懂得說故事、懂得做家務
- 行為：專注工作、幫助別人

他們表達的內容。		
7. 遊戲：【我欣賞你】		遊戲為本
他們表達的內容。		
7. 遊戲：【我欣賞你】		
i. 老師預先準備有關外表、能力及行為三方面的語句卡例子，分類貼在分類圖卡旁。		
外表 ：衣服清潔、頭髮梳理整齊		
能力 ：懂得說故事、懂得做家務、懂得自行完成習作		
行為 ：專注工作、幫助別人、有禮貌、主動收拾		
請幼兒圍圈而坐，老師將豆袋交與幼兒，告訴幼兒手扶...		
總結 (5分鐘)	1. 老師利用小婆、相高和... • 小婆說：「老師欣賞我嘞衫好整潔，但欣...	小婆、相高和 小花手偶

透過遊戲掌握表達欣賞的言語，學會從不同方面觀察別人的優點



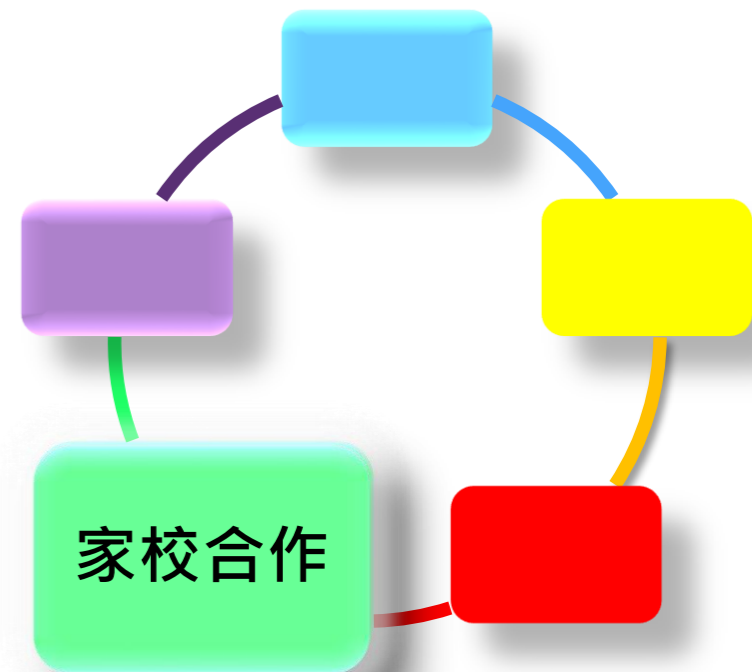
學習活動 幼兒分享紀錄



收集課堂上幼兒的意見或分享，藉以延伸其他課堂活動



學習活動 家庭延展活動



延展活動(家庭):【猜猜他在想什麼?】

家長小提示:請家長利用以下的兩個情境與幼兒進行討論,讓幼兒說出人物的面部表情,例如眼睛、眉毛和嘴巴是什麼模樣,並透過情境中人物「他的眼睛望著什麼?」、「他的身體有什麼動作?」和「他身邊的環境有什麼?」三方面引導幼兒觀察人物,估計人物的想法和需要。

情境 1: 小男孩不懂摺紙, 怎樣也想不出辦法來。



情境 2: 小女孩跌倒在水窪上, 弄濕了衣服。



提問例子:

- 你覺得圖中發生了什麼事?
- 你覺得他現在是快樂、傷心、驚訝還是憤怒?
- 你怎樣知道他(情緒名稱)?
- 他(情緒名稱)的時候面部表情是怎樣的呢?(例如眼睛、眉毛和嘴巴)
- 你覺得他是一點點(情緒名稱)、(情緒名稱)、還是非常(情緒名稱)?
- 你覺得他因什麼事(情緒名稱)呢?
- 你覺得他現在有什麼需要?(家長可從情境中人物的「眼睛望著什麼?」、「身體動作」和「留意身邊的環境」三方面引導幼兒作觀察。)

延展活動(家庭):【我做到】海報

家長小提示:家長可以向幼兒解說遵守規則的原因就是要「尊重他人,使你和我都感覺舒服」,能讓大家安全和開心,遵守規則是幼兒學習成為社群一份子的起步點。

【我做到】海報

請幼兒和家長分享今天認識了的 3Es 課堂三個基本規則,包括「保持安靜,留心聽;別人說完,我才講;耐心等待,不用趕」,家長因應幼兒狀況與幼兒一同訂立家中或外出的規則,加在海報上最後一行的空白位置,並把海報填色及印上掌印表示承諾,最後張貼在家中幼兒視線的可見位置,鼓勵幼兒保持良好行為。

保持安靜, 留心聽



別人說完, 我才講



耐心等待, 不用趕



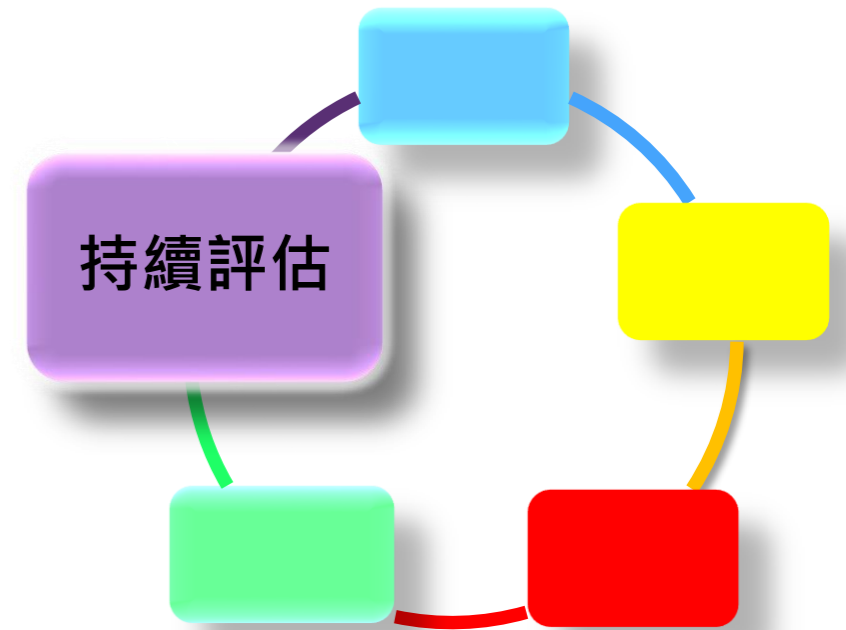
我的承諾



將課堂活動延展至家中, 家長能了解幼兒的學習情況, 亦有助鞏固幼兒的學習



學習活動 幼兒持續性評估



【情+社小花園】幼兒持續評估表							
學校名稱: _____				老師姓名: _____			
評估日期: _____ (課節 _____ 至 _____)							
學生姓名							

-
- 能表現專注
 - 能掌握處理情緒的方法
 - 能尋求方法解決問題
 - 能理解別人的想法
-
-
-

課程進行期間，教師定期對幼兒進行評估，了解他們的進度並回饋教學



情 + 社小種子

老師情 + 社小種子：

1. 在課堂之中，我們給予幼兒三要素 (人物的視線、身體動作和...)。
2. 比較幼兒辨識自己的情緒和辨識別人的情緒，有什麼不同呢？為什麼？
3. 幼兒在課程前部學習了情緒詞，這對他們的同理心的發展有幫忙嗎？



老師情

當幼兒遇到困難時，你會讓他們自己解決嗎？

立刻替他們作決定？

1. 在「詢問」和「分享」的過程時會發生什麼事？你怎樣處理？

如何引導幼兒繼續在日常環境多運用「詢問」和「分享」這兩個方法呢？



總結

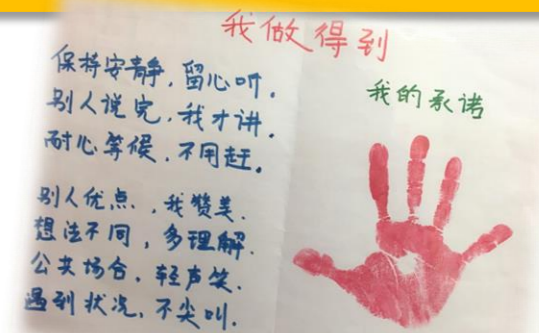
學校方面

- 轉化概念於角落設置
- 幫助幼兒內化良好行為



家長方面

- 幫助家長強化幼兒社交情緒能力
- 提升家長培育幼兒的技巧



幼兒方面

- 豐富情緒詞彙
- 提高學習效率
- 促進日常相處





<http://3esproject.eduhk.hk>

