

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



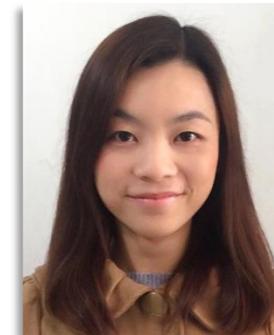
苗可兒小姐



嚴翠茗小姐



王潔芳小姐

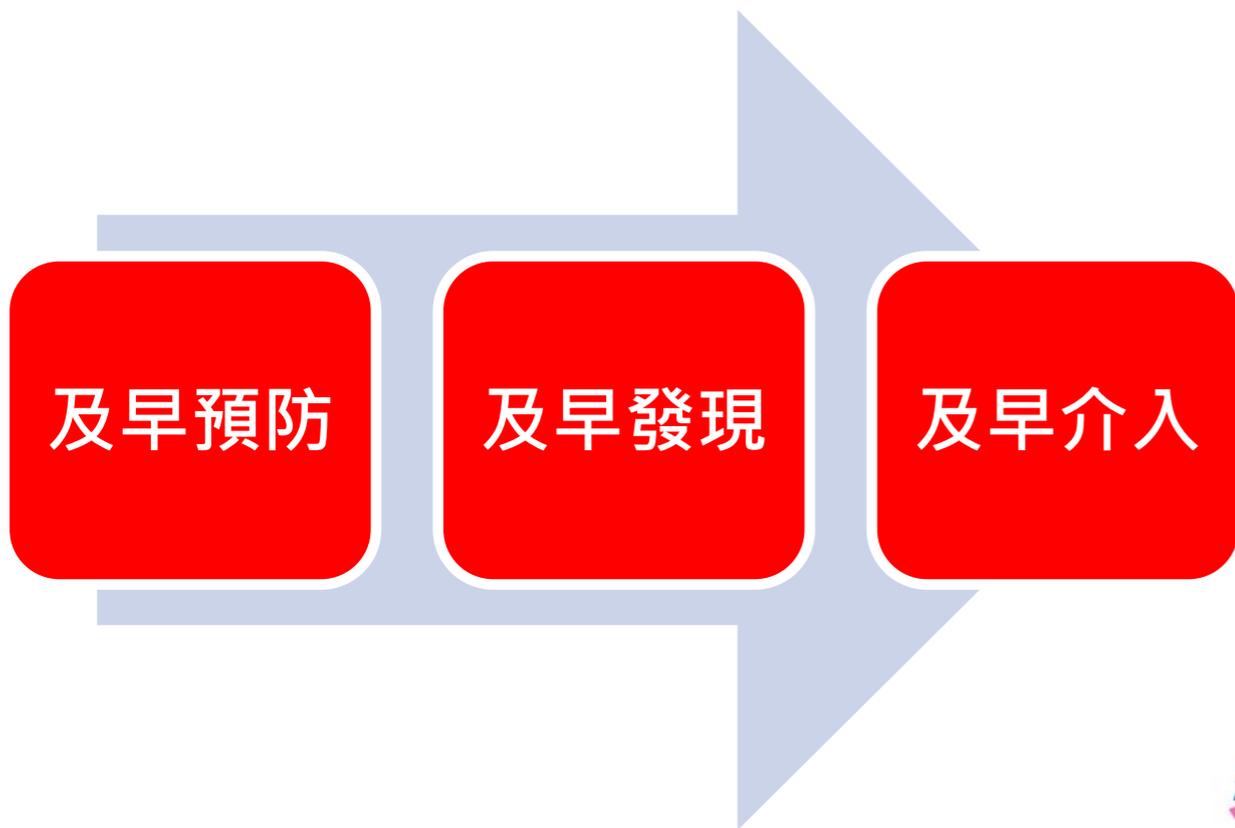


黎佩兒小姐





四年計劃的主要內容



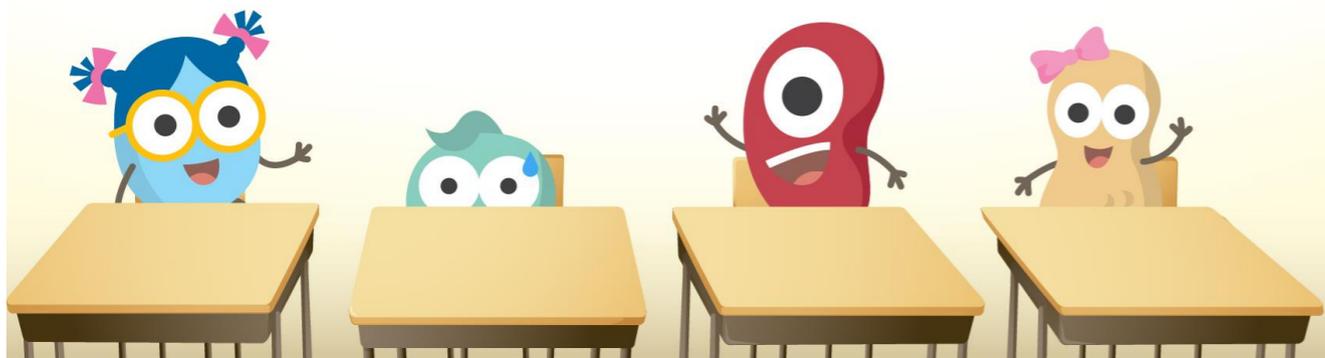
計劃內容

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

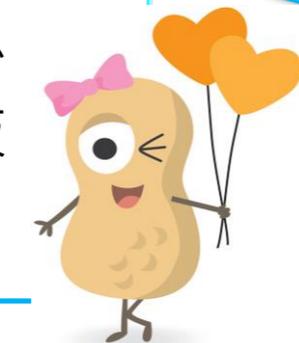
- 認識基本情緒、合宜的情緒表達方法
- 表達自己的想法和需要



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

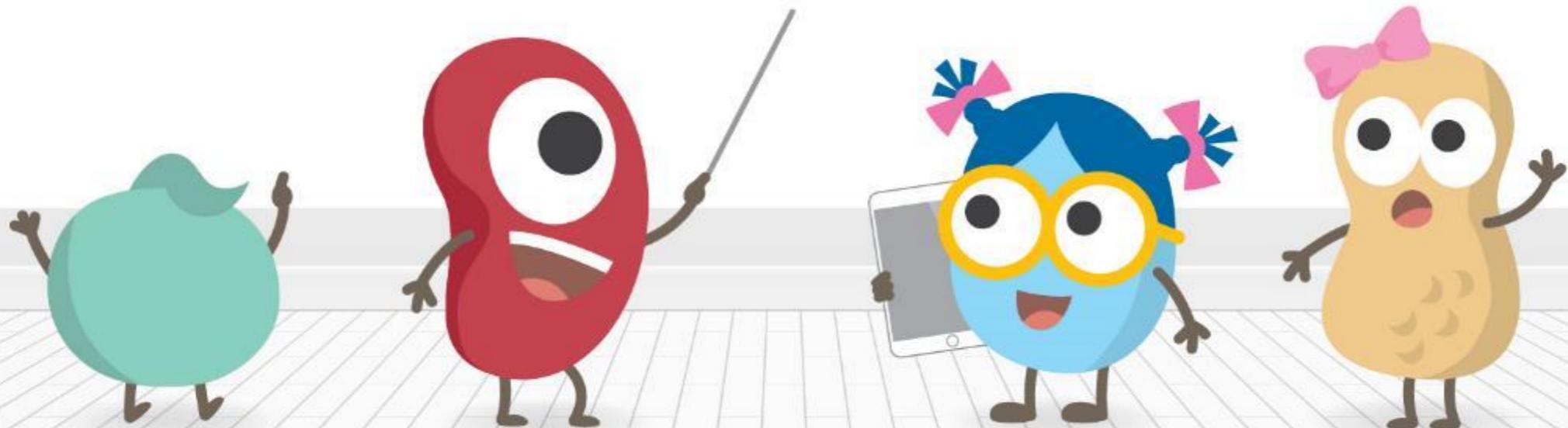
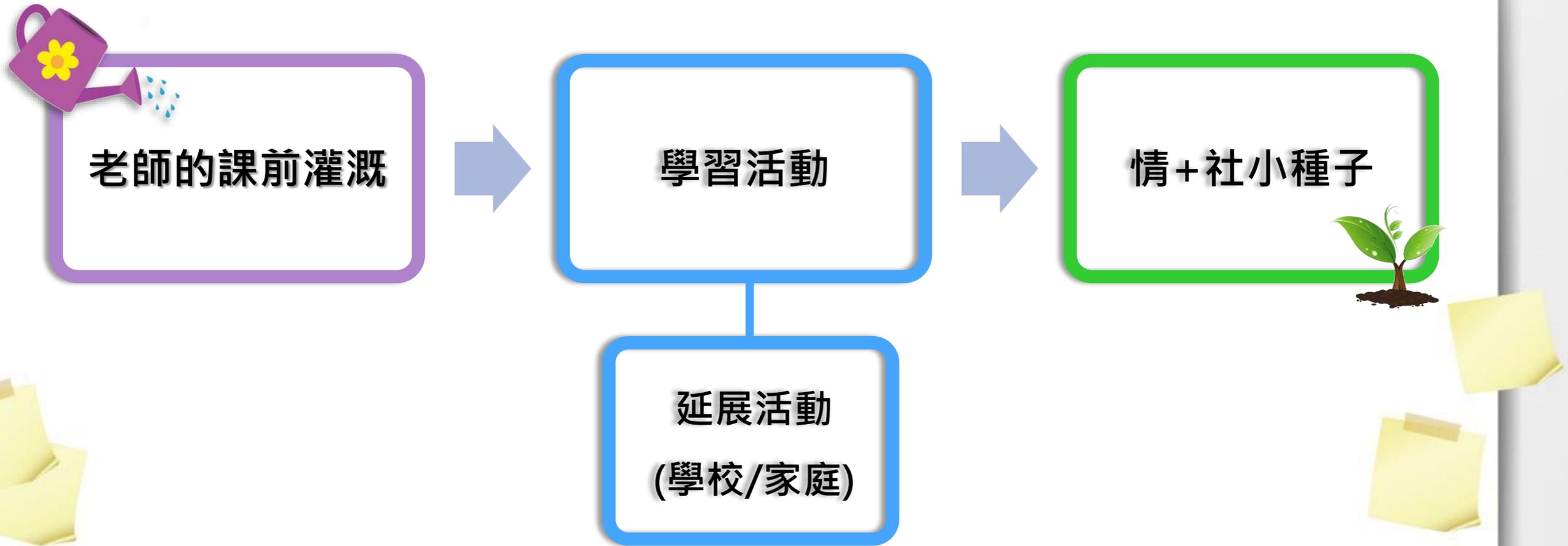
認知情緒
Understanding of emotions



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

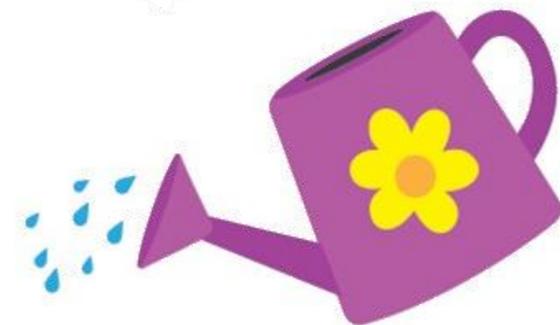
同理心及社交行為

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「解決」，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，老師給你一個貼紙。」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將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，係由最低層次到較高層次。

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？

1. 上課時偷吃食物

¹ Maslow, A.H. (1943). "A theory of human motivation". *Psychological Review*, 50 (4) 370-386.

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.

| 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 | 幼兒 |



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 | |
| 時間好似好長！」「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呢？」 教師：「等候時可以做些什麼事情，使我們的時間較容易過呢？」，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，使我們的時間較容易過呢？」 | | |



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

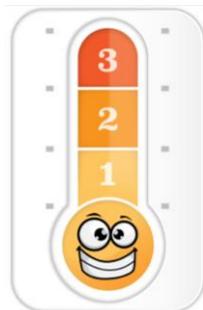
多元感官

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 |  |



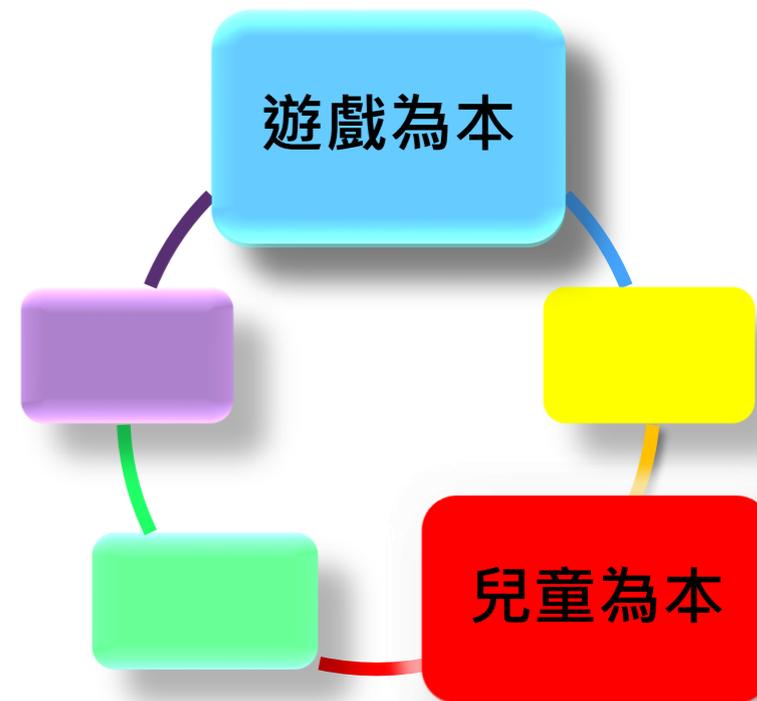
透過遊戲認識不同情緒的面部表情，分享不同情緒的經驗



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

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？

提議

用怕！我們

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

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，並討論當時手上的困難。
- 請幼兒抽出一張情境卡。
 - 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？」
 - 「第三步：估後果」
 - 「這方法會帶來什麼影響？」
 - 「第四步：試試看」
 - 「這方法會帶來什麼結果？」

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

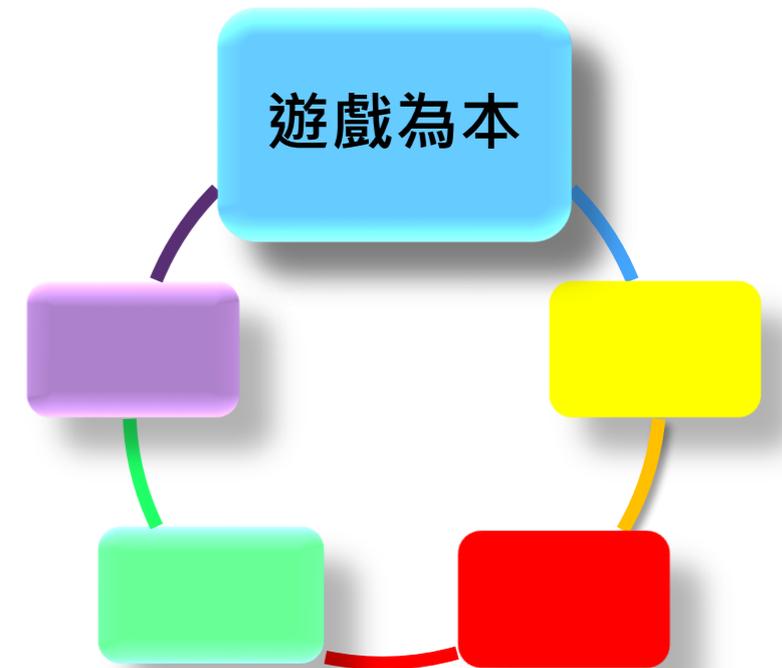


第四步：挑選並試行一個解決方法



學習活動

第二十二課：思想偵探

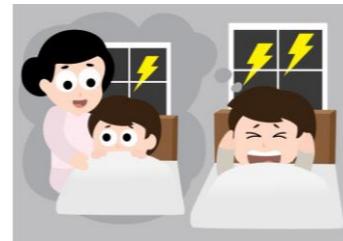


| | |
|--------------|--|
| 主題 (20分鐘) | 「小朋友，讓我現在告訴你，小童給了什麼提示細細粒嗎？」 1. 老師利用「偵探」情 緒不同情緒的面部表 示一張情緒顏色卡，便同時 情緒的面部表情，引導幼兒描述 出眼睛、眉毛、嘴巴或鼻子是什 麼，例如： ：眼睛眯起，口角向上翹 ：眼角向下，眼紅紅或有眼淚流出 來，眉毛會皺起，扁嘴 ：眼睛睜大或閉上，嘴巴張開或抖震 ：眼睛張大，皺著眉， <u>撅著嘴巴</u> ，鼻 孔張大，面紅 述每種情緒的面部表情後，老師將 卡排列在白板，留待稍後作投票 個可放入 A3 大小情境卡 白板筆 與幼兒一同在看電 大電視 |
|--------------|--|

茶點掉到地上



打雷



沒有人讓座



身體動作
怎樣？

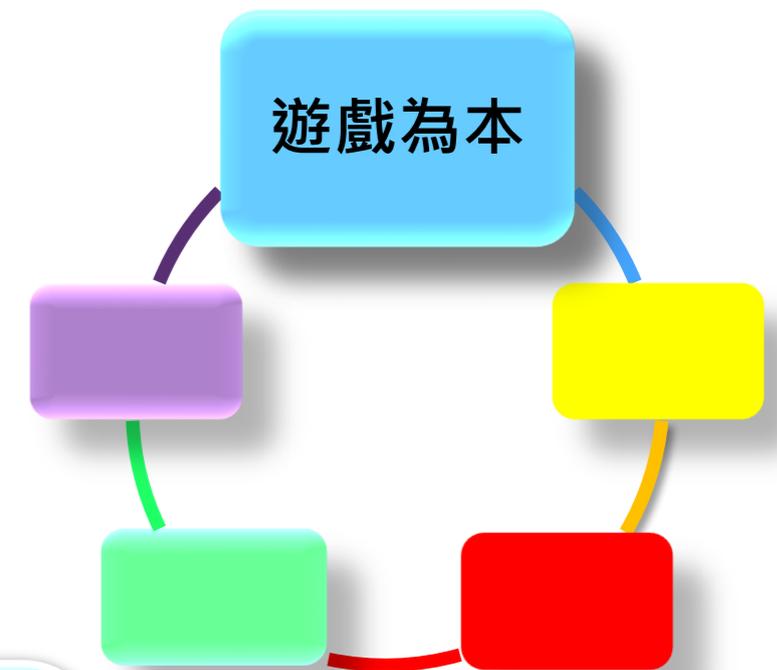
身邊的環
境怎樣？

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】

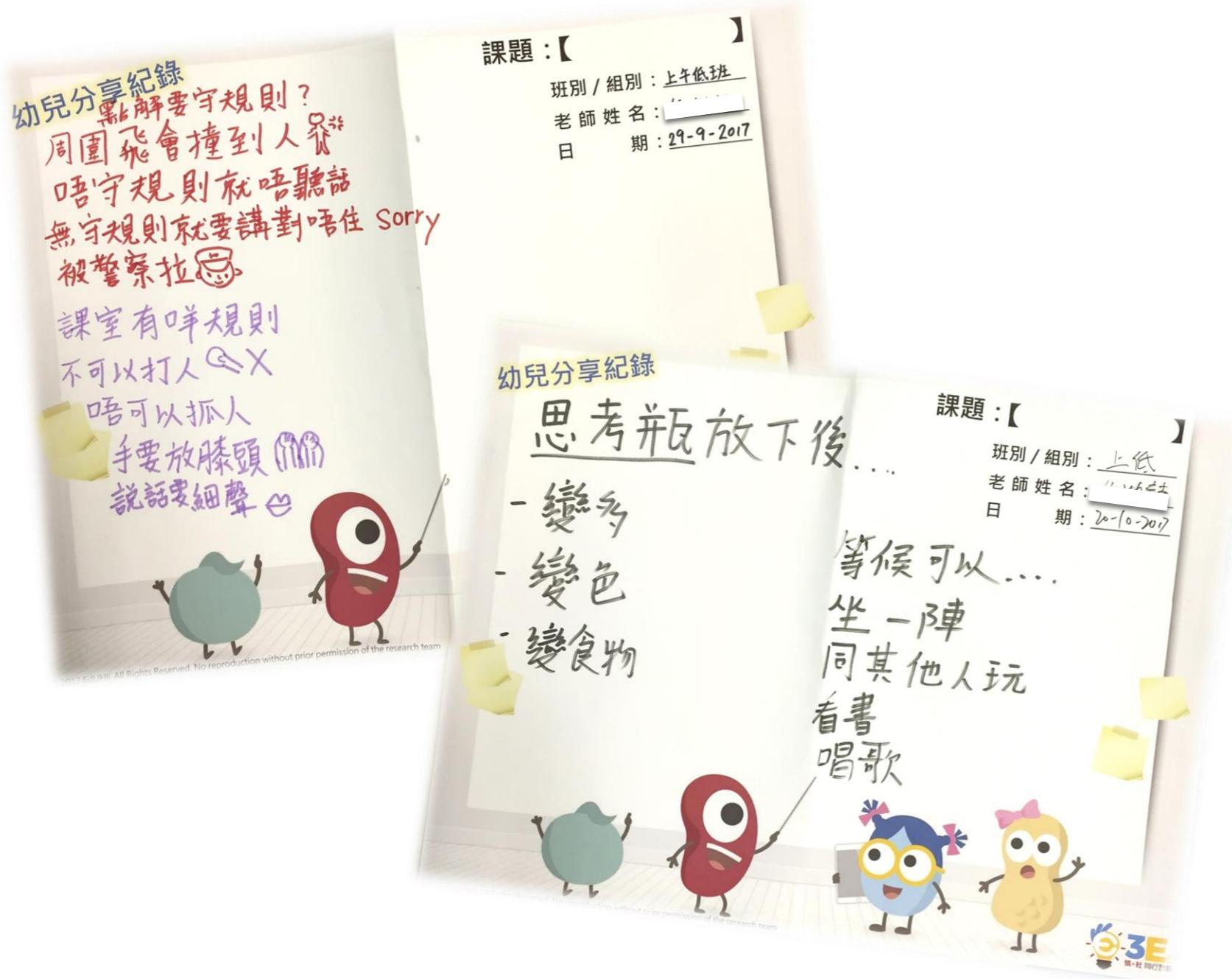
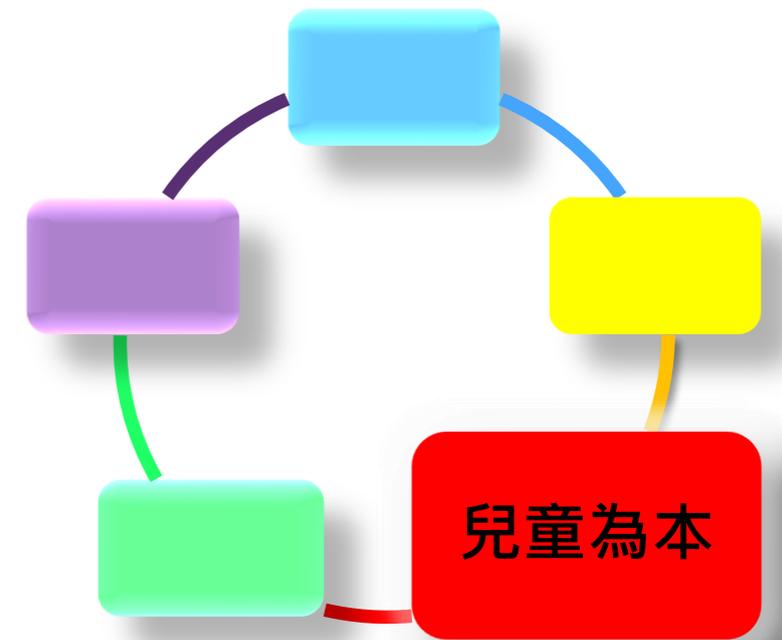
- 外表：衣服清潔、頭髮梳理整齊
- 能力：懂得說故事、懂得做家務
- 行為：專注工作、幫助別人

| | | |
|---|---|----------------|
| 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



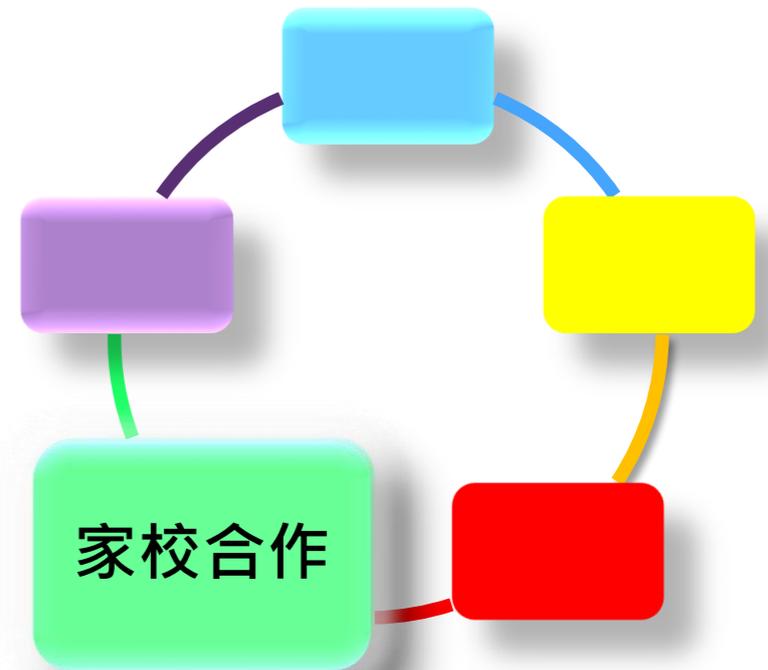
學習活動 幼兒分享紀錄



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



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

...時，你會讓他們...

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？

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

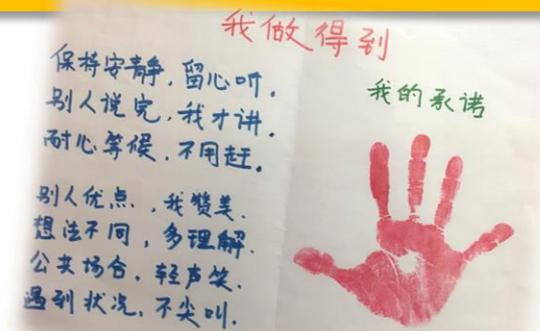
學校方面

- 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>

