

# 課室環境佈置考心思 推廣情緒學習助內化

「3Es 情+社同行計劃」的《幼兒社交情緒發展研究》課程計劃進行得相當理想。除了與參與幼稚園老師備課，還舉辦多場老師工作坊。其中第一個工作坊的題目，便是講解如何規劃課室環境來促進幼兒社交情緒的發展。透過推動幼兒社交情緒發展的課室環境佈置，可引起幼兒學習相關社交情緒知識的動機，再加上老師可為幼兒提供學習社交情緒的機會，為幼兒設計需要運用社交情緒技巧的情境，讓他們練習所學的技巧和內化相關的行為。

當我們再次到校備課時，參與幼稚園已將該工作坊內容的重要概念靈活運用於課室環境佈置中，例如：設置「你今天的心情如何？」的角落和張貼一些有關課室環境佈置的視覺提示。

## 「你今天的心情如何？」的角落設置



透過這角落的設置，既提供機會讓幼兒表達情緒和分享感受，又能促進幼兒之間的互動。

## 課室環境佈置的視覺提示



老師張貼視覺提示於課室幼兒視線範圍，讓幼兒有自我提醒的機會，從而內化一些良好行為。

我們感謝參與幼稚園的校長和老師們，落力地推廣幼兒社交情緒發展的課題！冀望日後透過不同渠道，將幼兒社交情緒發展的相關知識、技巧和經驗與大家多作交流，共享《幼兒社交情緒發展研究》課程計劃帶來的成果！

鳴謝 香港漢文師範同學會學校及 真理浸信會富泰幼稚園（排名以筆劃序）提供照片

## 品格塑造 (Character building)

在幼兒的成長歷程中，品格不是單單透過言語就可以教會的，而是讓幼兒透過行為的體驗內化成良好的個人特質，培養正面的自我形象，學習與他人建立及保持良好的關係，進而展現符合社會規範的行為，而當中「同理心」便是與人建立良好關係不可或缺的能力。

## 課程角色

這次為大家介紹的課程角色，是代表「同理心及社交行為」範疇的「小花」。在課程中，我們會利用情境分析、遊戲、故事等不同的方法教授幼兒成為一個**思想偵探**，嘗試辨識別人的情緒，引導幼兒猜測別人的想法和需要，從中學習如何**幫助別人**、**與人分享**、**表達感恩**和**欣賞別人**等社交溝通技巧，同時讓幼兒學習**欣賞自己**，在懂得與別人相處時，亦加強他們的自信心和自我肯定，認識自己與別不同的獨特性。

### “ 誰是小花...? ”

大家好！我叫小花，是一粒花生。我樂於助人，關心朋友，喜歡與人分享。



3Es 情+社  
同行計劃  
第七期通訊

## 「同理心」 (Empathy) 是什麼？

「同理心」泛指站在對方的角度去思考，去感受，即是於人際交往的過程中，能夠體會他人的情緒和想法，通過有效的方式來溝通和處理問題。

認知控制

情緒表達

### 《幼兒社交 情緒發展研究》

### 課程計劃的 四個理論支柱

同理心及社交行為

情緒管理

大家好！  
我是栢高，  
在上一期的通訊  
已跟大家見過面呢！

# 以對話方式說故事 發展幼兒的同理心

同理心是人類道德行為及利社會(Pro-social)行為的基礎 (Eisenberg, 2006), 亦是與人建立良好關係不可或缺的能力。近年學者將同理心分為**認知同理心**和**情感同理心**。**認知同理心**是指能夠辨識他人情緒及理解他人想法, 即**心智理論**(Theory of Mind): 一種辨別他人心智狀態的能力, 包括意圖、慾望、知識、情緒、信念和假裝等。**情感同理心**則是指以正確的情感回應他人情感的能力, 與他人一起感受。

傳統的兒童心理發展理論指出幼兒頗傾向自我中心。但近年的研究(Roth-Hanania, Davidov, & Zahn-Waxler, 2011)則發現, 少至一歲的幼兒能按他人悲傷的情緒而作出反應, 當到達兩歲的時候, 更會出現一些利社會行為, 例如: 嘗試用說話和行為安撫對方。雖然這階段幼兒的心智發展存在著很大的個別差異, 然而, 上述的表現會隨著他們認知及語言能力發展而出現。

老師若以有系統的方式教導幼兒了解他人心智狀態, 可視為一種教學評估。在教學過程中如察覺幼兒在心智理解能力有潛在困難的話, 他(們)便有可能需進一步給予指導。老師需要更多日常的實踐, 提供行為示範讓幼兒學習模仿, 更能培養其情感同理心。

老師也可以藉著說故事、看動畫、角色扮演等學習活動加入以下提問, 從而提升幼兒的同理心。

# 培育幼兒同理心 學懂關懷與助人

相信不少家長均會希望, 自己的孩子長大後可以成為一個「好公義、行憐憫」的人, 而同理心(Empathy)可算是成為如此「好人」的基礎。同理心大概為「感對方所感、想對方所想」, 有同理心的人能夠聆聽對方的觀點、尊重想法、理解感受, 最後更能夠與對方連結交流。我們當然不能期望幼兒能「一步登天」, 但可以參考以下的「M.I.P.」來培養幼兒的同理心:

## 方法

## 以《小紅帽》故事為例闡述

1

**模仿面孔表情:**老師可以邀請幼兒辨識當下人物的情緒, 再模仿該人物的表情。利用情緒溫度計反映情緒的強烈程度(1表示最弱)。

老師問:「豺狼要裝作婆婆時, 牠的表情是怎樣呢?」、「當婆婆被豺狼吃掉時, 她有什麼感覺?」、「她有多驚慌? 可以用情緒溫度計告訴我嗎?」

2

**猜想人物的想法:**老師可以直接提問幼兒, 請他們設想當下人物的想法和感受。

老師問:「如果小紅帽知道豺狼扮作婆婆時, 她會害怕嗎?」、「假如媽媽知道小紅帽有危險, 她會擔心嗎?」

3

**預測人物下一句說話:**老師可以提問幼兒, 請他們想想當下人物下一句對白是什麼, 也就知道幼兒能否代入該人物的角度, 理解他/她的意圖、希望和已知道的事。

老師問:「當豺狼在婆婆門外敲門時, 牠想做什麼? 牠會對婆婆說什麼?」

4

**角色對話:**老師可以讓幼兒代入故事的不同角色, 進行對話。故事情節中未有闡述的地方, 可以透過幼兒創作角色對話而得到澄清, 幼兒更能藉此練習說出心聲(Think aloud)。

老師說:「我想邀請小朋友扮演豺狼和獵人。」  
老師問:「我想訪問一下豺狼先生, 為什麼你那麼殘忍要傷害小紅帽和婆婆?」、「我想訪問一下獵人先生, 為什麼你不怕危險去捉豺狼呢?」



M

## Model for empathy 示範同理心 (Gable, Reis, Impett, & Asher, 2004; Tao, Zhou, & Wang, 2010)

家長的日常行為, 可作為幼兒同理心發展的日常模範, 例如: 與幼兒相處時, 主動耐心聆聽幼兒的苦與樂(「主動助興(Active-Constructive)」及「同理回應(Empathetic-Reflecting)」)。此外, 家長亦應多作身教示範, 日常多關懷別人、與人分享、待人禮讓之餘, 亦可與幼兒一同參與義工親子活動、慈善步行籌款等, 將幫助別人的行為化為親子愉快相處的泉源之一。

I

## Identity development 建立「同理」身份 (Bryan, Master, & Walton, 2014)

研究發現, 相對「行動讚賞」(例如: 其他小朋友喊, 你遞紙巾俾佢, 真係乖。)來說, 若幼兒常聽到別人讚賞自己的「個人內在特質」(例如: 你真係一個有愛心會關懷助人嘅小朋友喇。), 幼兒將來有較大的動機去關懷別人。因為幼兒為了要配合「我是個有愛心會關懷助人的小朋友」這個自我概念或身份, 就有較大的內在動機去作出一些符合該身份的行為, 長遠地使自己成為一位「真正」有愛心、關懷助人的幼兒。

P

## Practice perspective-taking 練習理解別人角度 (Berkowitz & Grych, 1998; Eisenberg & Miller, 1987)

在日常生活中, 家長可向幼兒強調自己的行為是會影響到別人的想法和感受, 例如: 「我哋夜晚唱歌咁大聲, 人哋會覺得我哋好嘈, 會唔高興呀!」。此外, 親子故事時間其實是很好的教育機會, 家長可以引導幼兒說出故事中主角的想法和感受, 從而教授幼兒如何從情節發展、主角表情及其行為表現等, 思考別人(故事主角)的思考角度, 這長遠有助促進幼兒同理心的發展。

參考  
文獻

Eisenberg, N. (2006). Prosocial Behavior. In G. G. Bear & K. M. Minke (Eds.), *Children's needs III: Development, prevention, and intervention* (pp. 313-324). Washington, DC: National Association of School Psychologists.  
Roth-Hanania, R., Davidov, M., & Zahn-Waxler, C. (2011). Empathy development from 8 to 16 months: Early signs of concern for others. *Infant Behavior and Development*, 34, 447-458.

參考  
文獻

Berkowitz, M. W., & Grych, J. H. (1998). Fostering goodness: Teaching parents to facilitate children's moral development. *Journal of Moral Education*, 27, 371-391.  
Bryan, C. J., Master, A., & Walton, G. M. (2014). "Helping" versus "Being a helper": Invoking the self to increase helping in young children. *Child Development*, 85, 1836-1842.  
Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviours. *Psychological Bulletin*, 101, 91-119.  
Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E. A., & Asher, E. R. (2004). What do you do when things go right? The intrapersonal and interpersonal effects of sharing positive events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 228-245.  
Tao, A., Zhou, Q., & Wang, Y. (2010). Parental reactions to children's negative emotions: Prospective relations to Chinese children's psychological adjustment. *Journal of Family Psychology*, 24, 135-144.