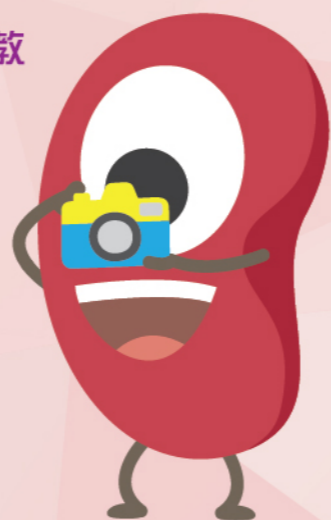


參與「學與教博覽2018」 與業界分享幼兒升小的社交及情緒學習

本計劃團隊於2018年12月13日出席了本港一年一度的大型教育博覽會「學與教博覽2018」。於「幼兒教育研討會」環節中，我們以「如何支援幼兒於升讀小學期間的社交及情緒學習」為題，闡述「3Es情+社同行計劃」的《幼兒社交情緒發展研究》課程內容，分享「情+社小田園」(高班K3) 全班式的課程活動，展示如何透過不同的策略為幼兒升小所面對的困難和挑戰作好準備，並即場示範教學活動的教材教具。當日吸引過百位業界同工出席我們的研討會。我們期望日後有更多機會與大眾分享本計劃的成果，令幼兒社交情緒發展上得到裨益。



情+社幼兒社交情緒課程 情+社小溫室 (高班K3) 課程

低班幼兒完成了2017-2018學年第一層全班式「情+社小花園」課程後，老師會利用「幼兒情緒社交量表」評估幼兒學習反應及進度，甄選需要額外社交情緒支援的幼兒。這些幼兒會於2018-2019學年接受為期16節的「情+社小溫室」(高班K3) 課程，透過抽離式小組進行訓練，接受及時和有效的優質教學。

課程目的

為社交情緒及專注力較弱的高班幼兒提供額外支援，旨在：

- 增強幼兒的執行技巧，提升專注力
- 幫助幼兒認識和遵守社交常規，以建立正面的社交行為
- 加強幼兒社交能力技巧，協助他們建立恰當的人際關係，融入校園生活

課程內容

- 運用多感官方法幫助記憶
- 認識「放聲思考」和「自我提示語句」，抑制衝動行為及提升專注力
- 利用「深呼吸」、「想開心事」和「尋求幫助」來處理負面情緒
- 教導幼兒在不同的場景中，使用身體動作和口語表達，作出合適的回應
- 引導幼兒從眼神和身體動作去理解別人的意圖
- 鞏固幼兒「詢問」、「輪流」和「等候」的技巧



靈活運用ABC方法 改良幼兒問題行為

情緒處理遇困難 共同調節作示範

3Es 情+社
同行計劃
第十二期
通訊

個案

姓名：小明
年級：低班
問題行為：遇到不如意事情時會
拍打同學和尖叫。



了解行為背後的動機

處理幼兒的行為問題，往往是老師的挑戰。以上述個案為例，我們可先了解小明行為的動機。動機可分為獲取或逃避。清晰知道幼兒行為背後的動機，有助我們對準目標作出相應對策。小明拍打同學和尖叫，看似是兩個不同行為，但這兩個行為都可能有相同的動機。

以下我們將以功能行為分析法 (Functional Behavioral Analysis) - 簡稱ABC方法，幫助老師掌握問題行為背後的原因，再針對這些原因幫助幼兒改善問題行為。

行為 (B - Behavior)：

- 1 拍打同學
- 2 尖叫

前因 (A - Antecedent)：

何時？ 上英語/普通話課時
何地？ 課室
何人？ 拍打周邊的同學

後果 (C - Consequence)：

老師及班裡的同學須暫停課室正在進行的活動，去處理小明行為。老師通常會作出口頭警告。

處理方法：

每當小明作出不當行為時，小明將會獲取老師及同學的注視。小明的行為似乎想要獲取別人的注意。所以，我們要教導小明以正確的方式來得到老師及同學的注意。

- 1 可教導小明以舉手及用說話來表達自己想要的東西，例如：「我想 ...」
- 2 當小明展示良好行為時，老師可即時以口頭讚賞小明，使他知道良好行為會是得到老師稱讚及注意的理想途徑。
- 3 如上面所說，問題行為的動機可分為獲取或逃避。除了獲取注視，小明亦可能想逃避英語/普通話課。所以老師可以檢視英語/普通話課對小明來說是否太難。

參考文獻：

Dufrene, B. A., Doggett, R. A., Henington, C., & Watson, T. S. (2007). Functional assessment and intervention for disruptive classroom behaviors in preschool and head start classrooms. *Journal of Behavioral Education, 16*, 368-388.

不少幼兒在幼稚園低班時，已懂得運用一些行為或認知的方法來為自己調節情緒，或掌握與別人溝通和遊戲時的人際關係技巧。然而仍有部份幼兒在感到不愉快或與人衝突時，未能回想並採用已學過的技巧而只懂哭啼 (Davis, Levine, Lench, & Quas, 2010)。

要幼兒做好情緒調節，必會經歷數個階段，首先是嬰兒期時的家長全面安撫；隨著幼兒成長，家長開始從最全面的安撫，逐步改變為協助幼兒，與自己 (家長) 一同採取一些調節的策略，過程稱為「共同調節 (Co-regulation)」的階段 (Rosanbalm & Murray, 2017)。

在「共同調節」的階段，幼兒透過觀察、牢記及重演家長的情緒管理技巧。家長在自己感到負面情緒時，可在幼兒面前展示有關情緒調節的技巧 (例如：深呼吸、數數字、飲杯水) (Moriguchi, 2012)。為協助幼兒把技巧練習好，家長在「共同調節」時可留意以下三點：

- 1 示範 (Demo)：家長向幼兒直接示範有關技巧，並與幼兒一同扮演，例如：深呼吸 3 秒 (家長示範花 3 秒慢呼吸)、一同攢枕頭、倒數數字 20、19、18.....等；
- 2 回想 (Recall)：家長引導幼兒回想自己或別人近期情緒調節的成功例子，例如：
 - 「上星期你跌了自己的蛋糕而不開心，但你會忘記不快而拿顏色筆畫畫。」
 - 「前天你的好朋友小嘉被恩恩不小心弄濕了畫紙，她很憤怒，但她能慢慢深呼吸來平伏自己。」；
- 3 選擇 (Choose)：家長因應幼兒能力，與幼兒一同選擇一些大家都覺得可行的行為方法來平伏情緒。當幼兒出現情緒時，就提醒幼兒採用已選好的方法加以應用，例如：
 - 「我們坐在一旁，先看看狗狗與其他小朋友如何相處，再決定和不和狗狗玩。」
 - 「我們先飲杯水，冷靜一下。」
 - 「爸爸感到緊張的時候，會閉上眼睛，拉一拉筋，想不想和我一起試試？」。

參考文獻：

Davis, E. L., Levine, L. J., Lench, H. C., & Quas, J. A. (2010). Metacognitive emotion regulation: Children's awareness that changing thoughts and goals can alleviate negative emotions. *Emotion, 10*, 498-510.

Moriguchi, Y. (2012). The effect of social observation on children's inhibitory control. *Journal of Experimental Child Psychology, 113*, 248-258.

Rosanbalm, K. D., & Murray, D. W. (2017). *Co-regulation from birth through young adulthood: A practice brief*. Retrieved from <https://www.researchconnections.org/childcare/resources/35387>

