



# 社會情緒發展與幼兒情緒教育

鄭麗雪

台中市協和國小教師

## 壹、前言

幼兒的社會情緒、認知能力以及生理方面的發展基礎，在六歲左右大致底定 (Hyson, 1994)。幼兒在這段期間的社會情緒發展極為重要，具有良好社會情緒能力的幼兒將與

他人相處融洽、能夠聽從指令與集中注意力，以及促進認知發展 (National Institute for Early Education Research, 2005)。研究顯示，在 2005 年至 2006 年之間美國 4 到 17 歲兒童中，有 830 萬人(大約 14.5%)其父母向醫療單位或學校反應他們的孩子有情緒或行為困難 (Simpson, Cohen, Pastor & Reuben, 2008)。兒童的社會情緒發展若不順利，往往導致其心理或行為的異常偏差(鄭雅方譯，2004)。因此身為幼兒的教師要幫助幼兒進行社會情緒學習，增進其社會情緒能力及社會情緒素養，以促使幼兒的身心能健全發展。本文將探討社會情緒對幼兒的重要性、幼兒社會情緒發展所依循的趨勢及特定的變化、影響幼兒社會情緒發展的原因、以及如何幫助幼兒奠定良好的社會情緒發展基礎。

## 貳、社會情緒對幼兒的重要性

情緒的經驗與狀態是由嬰兒時期就開始

發展，而幼兒期正是情緒發展的主要時期，它主宰著幼兒的心理活動，更影響著幼兒的學習活動、注意力、記憶力以及社會活動等，甚至影響幼兒未來個性的形成與人際關係，因此情緒的發展對幼兒而言具有重要的意義(盧素碧，1993)。研究顯示，社會情緒學習對於從幼稚園幼兒到八年級的學生有下列的正面影響：改進學生的社會情緒技能、改善自己與他人的態度、增進與學校的關係、提升正向社會行為及學業成就表現，以及同時降低學生的行為問題和情緒苦惱 (Payton, Weissberg, Durlak, Dymnicki, Taylor, Schellinger & Pachan, 2008)。而社會情緒學習方案可以促使內省能力、減少暴力、建立關懷有回應的學校與社區、以及提升學業的學習 (Cohen, 1999b)。

綜合上述，社會情緒學習將提升兒童情緒智力，增進兒童在情緒察覺、情緒表達、情緒理解及人際關係上的能力。除此之外，社會情緒能力的培養，對兒童的學習及解決問題能力都有助益。

## 參、幼兒的社會情緒發展

幼兒的社會情緒發展有其特定變化，以



下從五個範疇來看幼兒社會情緒發展所依循的趨勢及特定的變化：

### 一、情緒的表達

嬰兒期及幼兒期的孩子，其情緒表達是日益複雜的，並且每個孩子之間存有個別差異。在情緒表達的強度、頻率或是持續度上，每個孩子是不太一樣的；另外在正向與負向情緒之間的抗衡，每個孩子都有獨特的一面；而情緒表達是單純的或是複雜的，也有所不同 (Hyson, 1994)。而在情緒表達的方式上，隨著孩子年齡的增長，他們所擁有的情緒資源也日益豐富，這些資源包含：孩子的臉部表情、姿勢、身體語言、帶有情緒意味的聲調和語彙，以及運用遊戲和創造性材料來表達情緒(莊素芬譯，1999)。

### 二、情緒的控制

隨著年齡的增長，幼兒對情緒過程的自我調節越來越強，這種發展趨勢表現在三個方面(陳幗眉，1995)：

#### (一)情緒的衝動性逐漸減少

幼兒對自己情緒的控制，起初是被動的，到了幼兒晚期，對情緒的自我調節能力才逐漸發展。

#### (二)情緒的穩定性逐漸提高

嬰幼兒的情緒是非常不穩定的，隨著年齡的增長，情緒和情感的自我調節逐步加強，不穩定性、情境性和受感染性逐漸減少，幼兒的情緒逐漸趨向穩定。

#### (三)情緒和情感從外露到內隱

嬰兒期和幼兒期的兒童，他們的情緒完全表露於外，隨著語言和幼兒心理活動隨意性的發展，幼兒逐漸能夠調節自己的情緒和

情感及外在表現。

### 三、情緒的理解

情緒理解，是指能辨識和解釋自己與他人的感覺，而情緒理解是同理心的基礎。學步期的幼兒就能夠辨識基本的情緒；而從學步期到學前期的幼兒也可以瞭解到，為什麼人們已經可以感覺到他們要做的，也知道他們的感覺是如何的不同於其他人，並也會根據當時的情境與期望，知道哪些話該講，哪些話不該講，以及如何來表達情緒 (Hyson, 1994)。

### 四、回應他人的情緒

嬰兒可以察覺到他人的情緒。出生不過幾個月大的嬰兒，便會跟隨大人的臉部神情，表現出明顯易見的情緒變化。而年紀稍長的嬰兒、初學走路的小孩、以及學前兒童，會格外注意別人的情緒反應。尤其是處於陌生或威脅的環境下，情況更是如此(莊素芬譯，1999)。而不同年齡的幼兒，對相同狀況的情緒反應可能十分不同 (魏惠真譯，2006)。

### 五、情緒的依附

依附，指的是在生命的第一年以及之後所衍生出的一種嬰兒與主要照顧者之間具情緒本質之特殊關係，正常的嬰兒普遍於第一年結束時建立與特定的照顧者間的依附關係。依附關係是孩子情緒調節的基礎，及孩子自我調整的先驅。從許多角度可以預期嬰兒與主要照顧者依附的品質，與後續情緒發展有關連。安全依附的孩子在很多方面，顯現出擁有高度自信與自我價值感(黃世琿譯，2004)。而沒有安全依附關係，遭受社會剝奪



或被虐待的嬰兒，常是退縮、冷漠的，以後可能會有智力缺陷、行為問題及反應性依附異常等現象(王雪貞、林翠湄、連廷嘉、黃俊豪譯，1999)。

由上可知，幼兒社會情緒發展之趨勢隨著年齡增長而更豐富化、複雜化、社會化以及自我調節化。幼兒的教師應充分瞭解幼兒情緒發展歷程，以促進幼兒社會情緒的學習。

#### 肆、影響幼兒社會情緒發展的原因

幼兒的社會情緒發展，受到許多因素影響，較明顯的有家庭環境、幼兒本身的氣質差異及與同儕相處情形等，分別說明如下：

##### 一、家庭

Goleman (1995)表示，家庭生活是我們情緒學習的第一所學校。因此，父母的教養模式、輔導方式以及父母對子女情緒的回應，都對子女的情緒有深刻的影響 (Denham, 1998)。研究顯示，幼兒的父母在情感上有較正向的表現者，其子女與同儕相處也較具有正向的情緒；反之，幼兒的父母如果在情感上有較負面表現者，則子女在學齡前會顯現出缺乏社會力 (Denham, Mitchell-Copeland, Strandberg, Auerbach & Blair, 1997)。除了幼兒父母外，Denham (1998) 表示幼兒的照顧者也會影響幼兒情緒發展，其影響的層面包括幼兒模仿照顧者的表達方式、照顧者教導幼兒情感表達的方法、以及照顧者對幼兒情緒的回應，當幼兒表現出正向情緒時，照顧者給予幼兒較多的讚美、鼓勵，則容易增強幼兒表達正面情緒；若照顧者對幼兒的負面情緒表達不喜歡的態度時，將減少幼兒以負

面情緒表達其感受。而 Tronick (1989)也指出，早期幼兒與照顧者的互動溝通中，幼兒於調節情緒所得到的經驗，可能影響未來孩子的情緒和人格的發展。

##### 二、氣質差異

氣質是指個體生而具有的獨特行為模式。1956年 Thomas 和 Chess 觀察嬰兒對於內外刺激的反應方式之後，辨認出九項氣質特徵：活動量、規律性、注意力分散度、趨避性、堅持性、反應閾、適應性、反應強度、情緒 (蘇建文等，2001)。Goldsmith 和 Campos (1990) 表示幼兒的氣質與其情緒表達方式及情緒反應，有密切的關係。研究發現每個幼兒在表達情緒上、情緒調適的方法有個別差異性，並且幼兒的氣質與情緒表達形式似乎沒有因時間而改變 (Izard, Hembree & Huebner, 1987)。

##### 三、同儕

隨著年齡的增長，兒童與同儕相處的時間增多。當幼兒和同儕相處時，他們比較容易表現出各種情緒反應，包含正向與負向的情緒，這個可以顯示出同儕關係對於幼兒的情緒理解發展有很重要的影響 (Hartup, Laursen, Stewart, & Eastenson, 1998)。而幼兒與同儕的關係，對其社會化的發展有重要的影響，研究顯示幼兒與同儕間的友誼，促進其正向社會行為 (Seban, 2003)。孩童與同儕的關係，可明顯提升其團體歸屬感、社會價值感、自尊心與對學校的向心力(鄭雅方譯，2004)。

幼兒的社會情緒發展過程，受到許多內在及外在的影響，內在的因素主要為幼兒本



身與生俱來的氣質；而外在的因素包含家庭環境的影響、幼兒與照顧者之間的互動關係、幼兒與同儕之間互動的歷程、以及其他相關因素。因此，幼教教師應該細心觀察幼兒社會情緒發展的情形，注意影響幼兒社會情緒發展的因素，主動引導幼兒朝正向積極面發展。

### 伍、奠定幼兒良好的社會情緒發展基礎

Hyson(莊素芬譯，1999)表示社會情緒學習早在幼兒教育階段即可實施。Goleman(1995)亦指出社會情緒教育應該納入學校課程，並且學前幼兒期是奠定根基的關鍵期。因此，幼兒的教師宜透過下列方式，積極協助幼兒奠定良好的社會情緒發展基礎。

#### 一、建立安全溫馨與互動良好的學校環境

除了家庭之外，兒童所接觸的正式機構中，學校是最能影響兒童的發展(王雪貞等譯，1999)。Cohen(1999a)表示學校教師建立關懷、有回應且支持的環境，對於學童的社會情緒能力發展有很大的助益。研究顯示學前教育階段，教室的社會情緒氣氛以及教師與幼兒良好的關係，對於幼兒的社會能力有幫助(Howes, 2000)。因此，幼教教師應創造關懷、溫馨且正向互動的學校環境，以幫助幼兒提高社會情緒成效。

#### 二、教師以身作則，做為幼兒的情緒楷模

幼兒的模仿力及認同能力皆強，幼兒在學前教育階段與幼教教師相處時間甚長，因此幼教教師要留意自己的言行舉止，做為幼兒的社會情緒楷模。教師若能以身作則，表

現合宜行為，採取適當的策略處理人際與情緒方面的問題，學童身處這樣的環境，自然較容易培養出社會情緒能力且善加利用(鄭雅方譯，2004)。

### 三、發展社會情緒教育方案

幼教教師根據幼兒社會情緒發展趨勢，結合幼兒家庭及社區資源，發展社會情緒教育方案。Cohen(1999a)認為有效的社會情緒教育方案，其主要五個核心原則為：

1. 建立安全、關懷、有回應的教室
2. 促使內省能力
3. 鼓勵學生成為問題解決者
4. 幫助學生互相合作、提升人際關係及自我動機
5. 學校、家庭與社區長期合作計畫

幼教教師可以依照上述五個核心原則，並根據幼兒社會情緒發展狀況，與家庭、社區共同攜手合作，發展富有社會情緒意涵的有效方案，例如：營造關懷和諧的群體氣氛以增進幼兒的社會情緒發展、運用繪本教學以促進幼兒社會情緒的學習、利用班級活動教導幼兒學習各種社會技能、教導幼兒運用情緒詞彙表達情緒、使用適當的方式來解決問題等，藉由多元的社會情緒教育方案的實施，俾使所有幼兒接受完善的社會情緒教育。

### 陸、結語

社會情緒能力對一個人的影響層面，除了學習成就外，還包含人際互動與社會關係，亦即，社會情緒能力發展攸關一個人的學業成就、生活適應及身心發展。幼兒的教師是影響幼兒社會情緒發展的關鍵者，因此



教師應以身作則，做為幼兒社會情緒的典範。除此之外，幼教教師結合人力整合資源，依據幼兒社會情緒發展趨勢，發展與落實有效的社會情緒教育方案，引導幼兒在情緒察覺、情緒表達、情緒調適及情緒處理等方面穩健發展，以奠定幼兒社會情緒的良好基礎。幼兒從出生至學齡前階段的社會情緒發展，是未來成為具社會情緒素養公民的基石，因此照護幼兒發展最前線的教師，除了關心幼兒的社會情緒發展外，更要與幼兒一起成長，讓學校成為幼兒社會情緒發展最安全的堡壘。

## 柒、參考文獻

### 一、中文部分

盧素碧 (1993)。幼兒的發展與輔導。台北市：文景。

黃世琤(譯) (2004)。Sroufe, L. A.著。情緒發展：早期情緒經驗結構。嘉義：濤石。

鄭雅方(譯) (2004)。Cohen, J.著。兒童情緒教育之理論與實務。台北：心理。

莊素芬(譯) (1999)。Hyson, M.C.著。情緒發展與EQ教育。台北：桂冠。

陳幗眉 (1995)。幼兒心理學。台北：五南。

蘇建文、林美珍、程小危、林惠雅、幸曼玲、陳李綢、吳敏而、柯華崴、陳淑美 (2001)。發展心理學。台北：心理。

魏惠真(譯) (2006)。Hyson, M.C.著。幼兒情緒發展。台北：華騰文化。

王雪貞、林翠湄、連廷嘉、黃俊豪 (譯) (1999)。Shaffer, D. R.著。發展心理學。台北：學富文化。

### 二、英文部分

Cohen, J. (1999a). The first“R”: Reflective capacities. *Educational Leadership*, 57, 70-75.

Cohen, J. (1999b). *Social emotional learning past and present: A psychoeducational dialogue*. In J. Cohen (Ed.), *Educating minds and hearts: Social emotional learning and the passage into adolescence*. New York: Teachers College Press.

Denham, S. A., Mitchell-Copeland, J., Strandberg, K., Auerbach, S., & Blair, K. (1997). Parental Contributions to Preschoolers' Emotional Competence: Direct and Indirect Effects. *Motivation and Emotion*, 21, 65-86.

Denham, S. A. (1998). *Emotional development in young children*. New York: Guilford Press.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.

Goldsmith, H. H., & Campos, J. J. (1990). The Structure of temperamental fear and pleasure in infants: A psychometric perspective. *Child Development*, 61, 1944-1964.

Hyson, M. C. (1994). *The emotional development of young children: Building an emotion-centered curriculum*. New York: Teachers College Press.

Hartup, W. W., Laursen, B., Stewart, M. I., & Eastenson, A. (1988). Conflict and the friendship relations of young children.

*Child Development*, 59, 1590-1600.

Howes, C. (2000). Social-emotional Classroom Climate in Child Care, Child-Teacher Relationships and Children's Second Grade Peer Relations. *Social Development*, 9, 191-204.

Izard, C. E., Hembree, E. A., & Huebner, R. R. (1987). Infants' emotion expressions to acute pain. *Developmental Psychology*, 23, 105-113.

National Institute for Early Education Research (NIEER) (2005). *Preschool Policy Brief : Promoting Children's Social and Emotional Development Through Preschool Education*. Retrieved September 25, 2008, from <http://nieer.org/>

Payton, J., Weissberg, R. P., Durlak, J. A., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., Schellinger, K. B., & Pachan, M. (2008). *The positive*

*impact of social and emotional learning for kindergarten to eighth-grade students: Findings from three scientific reviews*. Chicago, IL: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.

Simpson, G. A., Cohen, R. A., Pastor, P. N., & Reuben, C. A. (2008). *Use of mental health services in the past 12 months by children aged 4-17 years: United States, 2005-2006*. NCHS data brief, no 8. Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics.

Seban, A. M. (2003). Friendship Features of Preschool Children: Links with Prosocial Behavior and Aggression. *Social Development*, 12, 249-268.

Tronick, E. Z. (1989). Emotions and emotional communication in infants. *American Psychologist*, 44, 112-119.

