



Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning

早期學習之社交與情感基礎中心



提高兒童社交情感能力的實踐目錄

此目錄的作用： *提高社交情感能力的實踐目錄* 可被個人和/或團隊用來確定培訓需求和規劃行動，以滿足與以下四個綜合領域相關的需要：（a）建立正面的關係、（b）創建支持的環境、（c）社交情感的教學策略及（d）個別的深度介入輔導。此目錄鼓勵個人自我反思，為教師、導師、主管、中心主任和其他行政人員提供合作的機會，並為直接服務的職員提供有效的實踐。這個工具包含兩個部分：*實踐目錄*和*行動計劃*。

此目錄的用法： 鼓勵思考和討論是使用這個工具最好的方式。上述四個綜合領域都包含各自的*技能和指標*，反映出提高兒童社交情感能力的實踐。各項指標都措辭詳細，令使用者能夠“挖掘得深一點”，確定和準確地指出可能存在或不存在的技能。技能分三個層次：*經常*、*偶爾*和*很少*。使用者可以在相應的框打勾，記錄他們認為在各項指標中所達到的技能水平。使用者應該以一貫的標準去評估各個層次的技能：*經常*、*偶爾*和*很少*（例如：教室裏所有的兒童、目標兒童或特定組別的兒童、所有教室的環境等）。

最後一欄允許團隊標明該指標是否應該成為培訓的目標。每一部分的最後是*觀察/證據*欄，允許使用者寫下有關具體*技能或指標*的想法、建議、優點和需要。

行動計劃的用法： 在模塊 1 和模塊 2 的手冊裏都包含了一個*行動計劃*。一旦使用者從他們的*實踐目錄*中，確定出哪些具體的*技能和指標*作為培訓目標，*行動計劃*便指導他們採取下一步的行動。在*行動計劃*的中間欄內，使用者需要勾上他們想要作為目標落實執行的*技能或指標*。教師及支援人員（例如：教練、導師、行政人員）應該一起合作，確定各自將會使用的策略，幫助教學團隊去實行這些新的實踐。下一步欄目讓使用者能夠確定所需，好讓他們能成功地完成第二欄目中所列出的活動或策略。

完成日期： 使用者可能為了確定作為培訓目標的具體技能的進展情況，會在不同的時間去完成*實踐目錄*和*行動計劃*。在填寫這個工具時，為了突出隨著時間的推移而發生的改變，可以用不同的顏色去記錄相對應的完成日期。

Inventory of Practices for Promoting Children’s Social-Emotional Competence

建立正面的關係

技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成爲培訓的目標?	
				是	否
1. 從個人、家庭和文化的角度剖析兒童的挑戰性行爲	3	2	1	是	否
a. 從個人信仰的角度判斷某些類型的兒童行爲的可接受性和不可接受性					
b. 從個人信仰的角度剖析某些類型的不可接受的兒童行爲形成的原因					
c. 對於可接受和不可接受的兒童行爲，承認他人會有截然不同或相互衝突的觀點					
觀察/證據					
2. 剖析自己對挑戰性行爲的態度	3	2	1	是	否
a. 理解兒童社交情感的發展和挑戰性行爲之間的關係					
b. 理解兒童的挑戰性行爲是在傳遞某種信息					
c. 理解可以做很多事情來預防挑戰性行爲					
d. 確認哪些行爲“惹我發火”					
e. 針對兒童的行爲“惹我發火”的情況，想出應對的策略					
f. 與一個團隊共同合作去解決圍繞挑戰性行爲的問題					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

建立正面的關係 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
				是	否
3. 與家庭和職員發展有意義的關係	3	2	1	是	否
a. 與每個兒童的家庭建立一種溫暖和協作的關係					
b. 定期與家庭進行非正式交流（接送上學/放學，家長訪問期間）					
c. 採用多樣化的策略與所有家庭建立關係					
d. 教師有一個與家庭作定期交流的系統，交流的內容包括慶祝兒童所取得的成績					
e. 和家庭創建一個雙向的溝通系統，為家庭提供一個交流渠道，與老師分享其家庭或子女的有關信息					
f. 由學校/計劃或教師為家庭組織定期的交流活動（簡訊、開放日、家長會議）					
g. 為家庭提供探訪教室的正式機會					
h. 把各家庭的文化引入到教室內（把家庭照片貼在布告板上、有關家庭的書、活動、語言、材料）					
i. 向其他的團隊成員提供有關如何在教室內工作的指導或說明					
j. 職員們有時間一起為支援和規劃商討					
k. 所有職員為教室的規劃獻計獻策					
l. 職員們互相肯定彼此一整天付出的努力					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

建立正面的關係 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成爲 培訓的目標?	
				是	否
4. 與兒童發展有意義的關係	3	2	1	是	否
a. 迎接到校的兒童，稱呼其名字					
b. 與兒童溝通時，保持和他們的視平綫在同一水平					
c. 在日常常規和活動中，與個別兒童聊天					
d. 在適當的時候參與兒童的遊戲					
e. 對所有兒童表示尊重、關懷和熱情					
f. 以平靜的語氣對兒童說話					
g. 採用多種的策略與所有兒童建立關係					
h. 提高兒童對自我和與他人關係的認識（喜歡/厭惡、特性、相似/差異）					
i. 當兒童做出適當的行為時，給予正面的肯定和關注（不要祇是在兒童表現出挑戰性行為時才關注他們）					
j. 營造一個兒童和家庭都喜歡的教室（例如：讓他們感到舒適、受歡迎和安全的地方）					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

創建支持的環境

技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為培訓的目標?	
				是	否
5. 設計物質環境	3	2	1	是	否
a. 創造一個美觀的環境，能讓人趨於冷靜、專注和集中精神，並避免過度的感官刺激（柔和的顏色、天然的材料、柔軟的質地、整潔）					
b. 為教室裏所有的兒童維持一個可接受的噪音水平					
c. 規劃教室的佈置，確保沒有特別開闊的空間					
d. 在教室裏，為身體有殘障的兒童移除阻礙其活動的障礙物					
e. 清楚界定各學習中心的範圍					
f. 規劃各學習中心的佈置，讓其有足夠的空間容納多名兒童					
g. 在所有學習中心提供各種各樣的學習材料					
h. 設計好各學習中心的內容，讓兒童能把時間均勻地花在各個學習中心裏					
i. 當決定在各學習中心安排什麼學習內容時，考慮兒童們的興趣					
j. 定期地在各學習中心變更和增加新的學習內容					
k. 設計一個系統，讓兒童監察各學習中心的兒童人數					
l. 在兒童到達學習中心或活動前，把所有材料/中心準備好					
m. 展示家庭照片或使其方便兒童拿取					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

創建支持的環境 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
6. 制訂時間表和日常常規	3	2	1	是	否
a. 維持日常時間表的一貫性與靈活性					
b. 製作一個圖像時間表 (使用繪畫或照片)					
c. 向兒童講解時間表, 並全天參考執行					
d. 設計的時間表能平衡大組和小組的活動					
e. 設計的時間表能把兒童花在活動之間的過渡時間減至最少					
f. 設計的時間表能平衡兒童主導和教師主導的活動					
g. 始終如一地執行時間表					
h. 教導兒童關於時間表的須知					
i. 當有需要對時間表作出改動時, 給予解釋					
j. 對需要額外支持的兒童, 使用活動時間表或視覺提示					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

創建支持的環境 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
				是	否
7. 確保活動之間的順利過渡	3	2	1	是	否
a. 有效地安排活動之間的過渡，讓兒童無需無所事事地等待過長時間（在開始圍圓圈時間或下一個活動開始前，已準備妥一切的材料）					
b. 使用活動過渡策略，以確保兒童積極地參與過渡					
c. 教導兒童與活動過渡有關的期望					
d. 在活動過渡之前向兒童發出信號					
e. 在活動過渡前把信號個別化，讓所有兒童都明白這些信號					
f. 明確地教導兒童活動過渡的步驟和期望					
g. 有效地引導那些在活動過渡時需要額外支持的個別兒童					
h. 在活動過渡的過程中，給予兒童積極的肯定描述					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

創建支持的環境 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
				是	否
8. 設計活動以促進參與	3	2	1	是	否
a. 計劃及進行大組活動時，想好給兒童的具體目標					
b. 變換每天大組活動的主題和活動內容					
c. 給兒童提供積極參與大組活動的機會					
d. 變換說話方式和語調以保持兒童對大組活動的興趣					
e. 監察兒童的行為，當兒童對大組活動失去興趣時，修改活動計劃					
f. 計劃及進行小組活動時，想好給每個兒童的具體目標					
g. 計劃及進行有趣的小組活動					
h. 在小組活動時，利用夥伴作模範					
i. 幫助個別兒童選擇活動，並使其積極參與					
j. 作出調整和修改以確保所有兒童在任何活動中都能以有意義的方式去參與					
k. 鼓勵兒童對遊戲作出描述（他們的計劃是什麼、他們正在做什麼、他們已經做了什麼）					
l. 教師主導的活動少於二十分鐘					
m. 對參與活動的兒童經常給予積極的肯定描述					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

創建支持的環境 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
				是	否
9. 建立並教導明確的行為期望	3	2	1	是	否
a. 與兒童一起確定適當的教室期望					
b. 張貼教室或整個計劃的期望，並附上視覺提示					
c. 用適合兒童發展的方式去教導期望					
d. 每天至少一次重溫基本的期望（在大組活動、小組活動或活動過渡時）					
e. 提供機會讓兒童去練習教室期望					
f. 正面、具體地陳述教室的期望（避免說“不”和“不要”）					
g. 經常說帶期望的話語去鞏固兒童的適當行為					
h. 當問題行為發生時，用張貼出來的期望去提醒兒童					
i. 經常為兒童把期望和規矩連係起來					
j. 使用不同的方法來教導具體活動的期望，讓所有的兒童都理解這些期望					
k. 組織討論會，讓兒童思考教室期望及其重要性					
l. 確保所有在教室裏的成人都不知道教室的期望					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

創建支持的環境 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
				是	否
10. 發出明確的指示	3	2	1	是	否
a. 發出指示之前先要取得兒童的注意力					
b. 把指示的數量減至最少					
c. 以個人化的方式發出指示					
d. 發出明確的指示					
e. 發出正面積極的指示					
f. 給兒童時間對指示做出回應					
g. 與兒童複核，以確保他們明白指示					
h. 在適當的時候給予兒童選擇和選項					
i. 當兒童遵循指示時，給予他們積極的肯定描述					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

創建支持的環境 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
				是	否
11. 進行不斷監察和積極關注	3	2	1	是	否
a. 當兒童做出適當的行為時，給予他們時間和關注					
b. 在兒童遊戲的過程中，為其描述動作、行為和感受					
c. 全日監察成人與兒童的互動					
d. 加入到兒童的遊戲中，以支持他們的互動交流，並對他們的想法加以擴大					
e. 通過提問和給予積極的肯定描述，回應兒童的意見和想法					
f. 在日常常規和活動期間，與兒童就他們的興趣和想法進行擴展交談					
g. 強化兒童的選擇，並把他們的行動與正面的結果連係起來					
h. 與不會說話、語言發展延遲、正在學習英語或有其他需要的兒童進行溝通時，採用其他的策略					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

創建支持的環境 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
12. 做出正面的反饋和肯定描述	3	2	1	是	否
a. 經常使用積極的、描述性語言與兒童接觸					
b. 在給予正面的反饋和鼓勵時，要表達出熱忱					
c. 視乎兒童的努力而給予積極的肯定描述（例如：當兒童有去嘗試或取得部分成績時）					
d. 給予非語言的讚賞暗示					
e. 認識到兒童把什麼形式的肯定理解為積極的有著個體差異					
f. 讓其他成人和兒童的夥伴們一起參與肯定兒童的努力					
g. 根據兒童的具體需要決定給予多少鼓勵和肯定					
h. 給予正面的反饋以加強適當的行為					
i. 示範對有挑戰性任務的堅持不懈，並鼓勵兒童的努力					
j. 平衡表揚和肯定					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

社交情感的教學策略

技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為培訓的目標?	
				是	否
13. 使用謹慎的教學策略以提高兒童的交友技能	3	2	1	是	否
a. 在日常常規和活動中嵌入夥伴互動交流的機會					
b. 有目的地教授交友技能，如：展開社交互動、組織遊戲、分享、輪流、幫忙、肯定夥伴的行為和關心他人					
c. 使用各種策略去教授交友技能（角色扮演、討論、支持、以身作則、肯定/鼓勵）					
d. 根據兒童的發展需要，提供個別化教導					
e. 營造一個鼓勵互動交流的環境					
f. 有系統地安排活動以鼓勵互動交流，包括夥伴之間的合作/結交					
g. 指點兒童展開互動交流或回應夥伴					
h. 指引兒童互相求助，而不是向成人求助					
i. 對使用交友技能的兒童給予積極的肯定描述					
j. 支持兒童反思與夥伴的互動交流					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

社交情感的教學策略 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
14. 教室裏培養情感素養的特徵是顯而易見	3	2	1	是	否
a. 有描述各種情感的書籍					
b. 使用描繪人們各種情緒狀態的照片、圖片和海報					
c. 包含其他支持情感素養的材料（登記表、情緒輪盤、歌曲、美術材料）					
d. 上述各項是用來在活動、遊戲和日常常規中促進情感發展的（讀書角、登記表、情緒輪盤、閱讀、歌曲）					
e. 教室裏有至少一個供兒童去獨處的空間					
觀察/證據					
15. 通過對自我和他人情感的識別和標籤去加強情感素養	3	2	1	是	否
a. 全日指點兒童識別出自己的情緒					
b. 幫助兒童認識自己和他人的情緒					
c. 通過指出面部表情、語音語調、肢體語言或話語，幫助兒童認識和理解夥伴可能的感受					
d. 使用真實的生活情景去練習識別情感					
e. 當兒童陳述他們的情感時，利用此機會加以強化					
f. 全日示範適當的表情、標籤自己的情感以及自我調節					
g. 當兒童陳述他們的情感時，表現出同情和接受					
h. 為那些對識別、理解、表達和/或管理情緒有困難的兒童作個別化教學					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

社交情感的教學策略 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
				是	否
16. 促進兒童的個人情緒調節以增強積極的社交互動	3	2	1		
a. 幫助兒童認識情緒升級時的提示信號					
b. 提供調節情緒的技巧和工具（放鬆程度溫度計、烏龜 <i>Tucker</i> 的故事、數三下、深呼吸）					
c. 提供機會，讓兒童練習如何處理強烈的情緒（恐懼、憤怒、沮喪、激動、失望）					
d. 在兒童沒有強烈情緒時，提供機會，讓他們練習調節情緒的技巧					
e. 認識到情緒的升級，並提早介入以作指導					
f. 與兒童一起練習放鬆情緒的策略（瑜伽、呼吸、到“獨處”空間去）					
g. 對於兒童的情感表達與自我調節的嘗試，經常給予肯定					
h. 給予積極的肯定描述以強化適當的行為表現					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

社交情感的教學策略 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
				是	否
17. 創立一個精心策划的方法去解決問題和消除矛盾	3	2	1	是	否
a. 根據兒童的發展水平，將此精心策划的方法個別化					
b. 與兒童互動交流時，使用解決問題的方法，並示範解決問題的步驟					
c. 有系統地教授解決問題的步驟：1. 我的問題是什麼？我的感覺如何？2. 思考，再思考，想出一些解決方案。3. 接著會發生什麼？安全嗎？公平嗎？每一個人會感覺如何呢？4. 試驗解決方案。					
d. 在兒童解決問題的過程中，花時間去支持他們					
e. 加強兒童解決問題的努力					
f. 提供視覺提示和工具給兒童使用，學習如何解決問題（解決方案套件、烏龜 Tucker 的故事、其他故事）					
g. 教授一個系統性的方法去消除矛盾，比如使用解決問題的步驟或者暫停法（1. 停，我們出現了一個問題。2. 發生了什麼？你的感覺如何？3. 我們可以嘗試哪個解決方案？4. 試一試這個解決方案。5. 老師，給予他們支持/回頭復查）					
h. 加強兒童消除矛盾的努力					
觀察/證據					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

個別的深度介入輔導

技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為培訓的目標?	
				是	否
18. 與家庭合作制定支持方案	3	2	1	是	否
a. 從一開始就邀請家庭參與到支持行為的過程					
b. 配合家庭的時間表					
c. 鼓勵家庭幫助制定方案					
d. 確保該方案有助於處理在家庭以及在其他護理環境的問題					
e. 尊重地對待從家庭角度分享的信息					
19. 團隊使用實用的評估	3	2	1	是	否
a. 由多個團隊成員進行觀察					
b. 在不同時間和在多個情景中進行觀察					
c. 把觀察結果記錄在行為觀察報告表內					
d. 與教室職員、家庭成員和其他認識該兒童的人面談和/或從他們那裏獲取信息，以作對觀察的補充					
e. 上述各項是用來確定一個（或多個）行為假設：情景、起因、行為、後果和作用					
20. 制定並執行行為支持計劃	3	2	1	是	否
a. 針對導致挑戰性行為的起因，發展相應的預防技能					
b. 設計新的技能，用適當的行為去替代挑戰性行為以達到原來行為所起的作用					
c. 成人對挑戰性行為的應對措施是鼓勵使用新的行為和/或消除挑戰性行為					

提高兒童社交情感能力的實踐目錄

個別的深度介入輔導 (續) 技能和指標	經常	偶爾	很少	是否應該成為 培訓的目標?	
21. 教授新的替代技能	3	2	1	是	否
a. 在挑戰性行為發生以外的時間教授替代技能					
b. 全日教授和鼓勵替代技能					
c. 當使用替代行為時，成人要一貫地積極加強適當的行為					
d. 隨著兒童從深度介入輔導中過渡出來，將有機會練習和自我管理					
22. 監察行為支持計劃的進展	3	2	1	是	否
a. 團隊會評估並監察挑戰性行為的改變					
b. 團隊會評估並監察替代技能的掌握					
c. 團隊會定期會面，審查兒童的進展					
23. 團隊備有“安全網”應急措施	3	2	1	是	否
a. “安全網”是當兒童有傷害自己或別人的危險時所採取的應急措施					
b. 對之前有過情緒失控的兒童，所有團隊成員都應該了解適當的“安全網”應急措施					
c. 明白到“安全網”應急措施的使用只是為了保護兒童的安全；這些措施不會改變兒童的行為					
d. 祇有在有完整的行為支持計劃或打算制定計劃時，“安全網”應急措施的採用才是恰當的					
觀察/證據					