

華德福幼兒園的社會情緒學習

林尚頤 / 財團法人慈心兒童教育基金會執行長

摘要

社會情緒學習（SEL）是幼兒階段快速發展的領域，近年我國兒童情緒障礙的比例逐年攀升，教育部更於2025年度開始推動社會情緒學習中長程計畫，幼兒時期的介入和影響力至關重要。華德福教育著重整體脈絡的設計，有助於兒童建立完整的生活理解和社會關係，也幫助教師在設計課程節奏時，平衡活動類別對兒童的影響。本文探究華德福幼兒教育觀與設計原則，依據CASEL5的學習框架以及相關SEL的概念內容，提取華德福幼兒教育中有利於發展SEL的4個內涵，作為學前教育的設計參考。

關鍵詞：華德福教育、社會情緒學習、課程設計、教育介入

近年兒童情緒障礙的比例逐年攀升，青少年和成人的情緒失調事件也曾出不窮，社會情緒學習（Social Emotional Learning, SEL）逐漸受到社會大眾的正視（蕭歆謬，2025），或許是過往的學習設計過度強調成果與效益，教育部自2025年開始推動「社會情緒學習中長程計畫」，希望營造友善且幸福的校園環境，提升教職員與學生的身心健康與幸福感（簡嘉佑，2025）。

幼兒階段的社會情緒學習

SEL是幼兒階段快速發展的領域，涉及多個層面的互動影響（吳怡萱等人，2025；Nag, 2023；Zarra-Nezhad et al., 2023），例如：一位6歲男孩，正在學習識別一個弄丟玩具的孩子情緒，這需要合併啟動多個認知歷程，包括：閱讀社會背景、理解他人反應並找到適當的詞彙標記情緒狀態，但環境中充斥的各種無關訊息，可能導致孩子對社會背景或他人經歷的錯誤解讀，例如：錯誤的評價（快樂）或是錯誤的強度（悲傷），因此SEL也包括對周圍的訊息流動變得敏感而有選擇性，更進一步，兒童還需要學習訊息深化以及知覺微調，例如：注意到他人面部表情、身體姿勢和行為舉止等更多相關細節，或是用更多簡單或組合詞彙來標記所指涉的情緒狀態。SEL還需要結合跨領域和特定領域能力，例如：注意力、歸納推演、心智化（mentalizing）他人的想法感受、情境評估以及判斷情境，最後，SEL也需要實際的互動經驗，若孩子社交情境的知識基礎有限，就很難判斷他人經歷的情緒，當經驗本身受到限制，會容易導致錯誤的判斷。

SEL介入與設計原則

我國教育部的SEL計畫，係參考美國CASEL提出的社會情緒學習框架（CASEL 5）設計，¹CASEL 5強調整合兒童的發展視角與整體脈絡，認為學習內容應隨著兒童成長而變化，以適應不斷變化的需求（Denham, 2018），CASEL進一步闡述，

SEL是兒童理解和管理情感、定義和實現目標、對他人表示同理、建立健康有益的關係並做出負責任決策的過程，SEL涵蓋五個廣泛且相互關聯的能力領域，透過社區、家庭、照顧者、學校和班級的生態互動關係，建構有效而整體的學習環境。國內外的研究亦呼應上述觀點，牛津教育評論認為幼兒學習的過程會受到多層次的因素影響，教學介入的設計應涵蓋五個學習前提，以建立穩固的基礎：1.學習具有深度、2.不是所有訊息都和學習有關、3.運用低階的規則和高階的原則、4.運用跨領域和特定領域的技能、5.經驗扮演關鍵角色（Nag, 2023）。芬蘭POMPedaSens方案立基於正向心理學以及發展神經科學，分別針對幼兒（POM）和教師（PedaSens）提供介入方案，不僅培養兒童的親社會、情緒調節技能、壓力管理、注意力與專注力等能力，也支持教師增強教學敏感性，強化主動、識別與有意義的回應能力（Zarra-Nezhad et al., 2023）。臺灣幼兒園的方案則採用融入式教學與本土化應用，參考墨爾本大學幼兒學習中心開發的「學齡前孩童社會情緒課程」指導手冊，並結合CASEL的五大核心能力（吳怡萱等人，2025）。以上研究均強調幼兒階段的SEL學習應結合情境脈絡，設計多層次的學習和教育介入方案。

華德福的教育理念

華德福教育強調全人教育觀，從身心靈的發展角度思考兒童的發展與學習，認為身體（Physical）、心理（Mental）以及精神（Spiritual）的發展具有階段性並相互影響，學習設計需考量階段性發展脈絡，例如：6-7歲的恆牙生長會促使心理發展轉變，牙齒是最堅硬的身體組織，恆牙生長象徵兒童將遺傳的組織（乳牙）轉換為個別的組織（恆牙），隨之而來的心理變化是，兒童的邏輯性、推理能力、記憶力與時間次序感的增強，這表示兒童已準備好進入正式學習。13-14歲的性成熟則象徵擁有生理上孕育新生命的能力，隨之而來的心理能力是批判思辨，此時的青少年敏感、尖銳也勇於展現自我觀點，開始產生自己的觀點、想法

和判斷，也伴隨對成人的質疑和挑戰，因此應讓青少年練習多元的批判思考，透過表達、辯論或實際參與來培養多元的觀點。

華德福幼兒教育的設計原則

基於不同階段的發展脈絡以及世界各地不同的文化教育條件，國際華德福／施泰納幼兒教育學會（IASWCE）提出了教育原則與培訓指引，²以下依據前述SEL的概念與內容，分項概述華德福幼兒教育的設計原則如何支持SEL的發展：

- 一、規律穩定、可預測的作息安排：每天安排固定的教師主導活動以及幼兒自主遊戲時間，季節活動結合每天、每周、每年重覆的作息，提供兒童安全感以及相互關係的完整感，也讓兒童得以理解並整合自身的經驗，也有助於判斷哪些訊息和學習有關。
- 二、自主遊戲是幼兒的基礎活動：在3-5歲的混齡社會結構中，提供兒童鬆散、自然的遊戲素材，讓兒童依據自身的生活經驗發展遊戲圖像和遊戲形式，並藉此產生人際關係互動、自我覺察、社會覺察和自我管理的學習機會，由於遊戲材料本身未被明確定義，還有兒童的遊戲劇本可能在過程中被修改，過程中的「抵抗性」（resistance）有助於促使兒童學習協商、妥協以及做決定（Nome, 2024）。
- 三、平衡的活動設計：華德福教育認為過度的自主探索與遊戲，將促使兒童自我中心，因此，需要教師主導的活動平衡，藉由教師主導的藝術課程、晨圈歌謠以及偶劇故事，兒童能夠進行自我覺察、自我管理以及社會覺察，但過度強調教師主導的活動，也可能造成兒童缺乏自我動機和判斷能力（Elisabeth, 1996），兩者應維持一定的平衡與安排，這有助於兒童練習知覺微調保有敏銳覺察。

四、成人的典範與社群文化：華德福教育認為學齡前幼兒透過模仿進行學習，周邊的成人和社群有很大的影響力，祕魯的研究中發現，華德福學校教師的情緒修復能力相對突出，他們能夠有效地將負面情緒轉化為正面情緒，有助於維持自身和學生的心理健康，這可能是華德福教育的核心理念以及長期的師生和社群環境，為教師的情緒能力培養提供了內在且有機的支持系統，使教師「無意識地」進行情緒自我調節，自然地發展和運用其社會情緒能力（Seguel & Alarcon, 2020）。

結語

華德福的整體性脈絡與設計，有助於兒童建立完整的生活理解和社會關係，也幫助教師在設計課程節奏時，平衡活動類別對兒童的影響，個別的學習領域可聚焦發展鷹架，但仍提供兒童整體的環境脈絡，建構個別的學習經驗與認知，在這樣的背景下，SEL能夠很自然的融入日常生活、節奏和課程之中，兒童也藉著穩定而緊密的社會關係，建構自己、同儕、家庭以及社會的聯繫關係，這些整合的時間安排、環境安排以及社會關係安排，都是有意義、可被理解、身歷其境並促進正向回饋，根據筆者多年在華德福幼兒園中的觀察，確實對於大多數的兒童與成人都有正向的支持。

對於臺灣長期慣用的分齡、分科與成果導向的教學取向，華德福教育或許能提供很好的互補與借鏡，然而，再良好的教育理念與設計，都需要透過人來實踐，華德福理念對於臺灣社會能有多少的參考價值？需要臺灣華德福教育者的實際驗證，也需要有更多的家庭選擇與投入，讓臺灣的兒童有更健康、豐富而多元的學習環境。

參考文獻

- 吳怡萱、簡嘉怡、黃詩媛、陳學志、黃上睿（2025）。社會情緒學習方案對幼兒親社會行為與問題行為之影響。*教育心理學報*，56（4），773-802。
- 蕭歆謙（2025年5月）。路怒、自傷、焦慮失控 全民必修情緒課，SEL幫孩子找回快樂能力。*天下雜誌*，824。<https://www.cw.com.tw/article/5135534>
- 簡嘉佑（2025年5月）。兒少自殺暴增15倍！專訪國教院長林從一：為何孩子比以前更難快樂。*天下雜誌*，824。<https://www.cw.com.tw/article/5135532>
- Denham, S. A. (2018). Keeping SEL developmental: The Importance of a developmental lens for fostering and assessing SEL Competencies. *Frameworks Briefs Special Issues Series*, 2018-11.
- Elisabeth, M. G. (1996). *Early childhood education and the Waldorf school plan*. New York: Rudolf Steiner College Press.
- Nome, D. Ø. (2024). Playing with open-ended material as experiences of democracy: The Waldorf case. *Journal of Early Childhood Research*. 22(4), 515-526.
- Nag, S (2023). Teaching and learning: what matters for intervention. *Oxford Review of Education*. 49(1), 1-9.
- Seguel, V. P. F., & Alarcón, M. I. V. (2020). *Socio-emotional competencies of teachers from a public and a Waldorf school*. La Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación (UMCE)

Zarra-Nezhad, M., Suhonen, K., & Sajaniemi, N. (2023). Keeping early social-emotional learning developmental: The Development, implementation, and preliminary evaluation of a preventive intervention program for early childhood education and care. *International Journal of Developmental Science*, 17(4), 113-125.

1 資料來源：<https://casel.org/fundamentals-of-sel/what-is-the-casel-framework/>

2 IASWECE是國際華德福 / 施泰納幼教學會 (International Association for Steiner/Waldorf Early Childhood Education)，是全球華德福 / 施泰納幼兒教育運動和文化運動的推動機構。