

一、計畫緣起

面對科技快速發展、經濟與家庭型態轉變，現代父母、幼教工作者及幼兒皆承受前所未有的壓力。高度競爭的教育文化、數位媒體普及，以及幼教現場人力不足等問題，不僅影響幼兒的身心發展，也加深家庭與教育工作者的焦慮。

部分幼兒過早接觸抽象認知學習與 3C 螢幕，生活中自由遊戲、探索自然、動手操作與累積身體經驗的時間相對減少，進而影響感官、專注力、意志力及情緒韌性的發展。同時，家長在「不能輸在起跑點」的壓力下，容易將焦慮帶入親子互動，使家庭生活失去穩定節奏與從容陪伴。另一方面，幼教工作者長期面對高工時、高情緒勞動及人力不足等挑戰，也使專業發展與教學品質承受壓力。

公益平台認同慈心兒童教育基金會對幼兒教育與師資培育的長期投入，並支持其透過華德福幼教師資養成課程，串聯教育者、家庭與社會，協助成人理解 0 至 7 歲幼兒不同階段的發展需求。並透過經費贊助，支持培育更多兼具專業能力與內在穩定力量的教育者及照顧者，期待從「培育成人」出發，為幼兒創造更符合身心發展需求的成長環境，守護健康童年，並持續累積臺灣學前教育的良善實踐與人才基礎。

二、計畫目標

（一）守護健康童年

幫助孩子身邊的成人理解幼兒不同階段的成長需求，讓家庭與學校共同成為孩子可以依靠與學習的典範。

（二）支持安心育兒

陪伴新手父母降低教養焦慮，從追求早期認知與學習成果，轉向尊重孩子的發展節奏，重視遊戲、探索與健康成長。

（三）培育幼教人才

透過 464 小時面授及 120 小時實習，深化幼教工作者對兒童發展的理解與專業能力，培養兼具教育情懷與專業素養的教育者。

（四）建立培力平台

持續累積 0-3 歲托育及 4-7 歲學前教育人才培育經驗，逐步建立幼教工作者持續學習、交流與成長的平台。

三、主協辦單位

主辦單位：慈心兒童教育基金會

協辦單位：宜蘭縣私立慈心華德福幼兒園、人智學教育基金會、宜蘭縣慈心華德福實驗高級中等學校附設國中小

贊助單位：公益平台文化基金會

四、計畫內容

本計畫以三年制華德福幼教師資養成課程為核心，課程涵蓋「人智學研究與人類發展」、「兒童發展與華德福教育」、「實務教學法」、「藝術素養」，以及教育專業與社會觀點等五大領域，透過理論研習、藝術鍛鍊、教學實作與現場交流，協助教育工作者及幼兒照顧者深化對幼兒發展的理解，實踐於教學與家庭生活中。在此，選擇三項課程主題做說明：

（一）四季節慶 | 重新建立孩子與自然、生活的連結

1. 社會現象：都市化生活與數位媒體普及，使幼兒接觸自然、感受季節變化，以及參與真實生活活動的機會逐漸減少，日常生活也容易被快速而零碎的節奏取代。
2. 孩子的需求：0-7 歲幼兒需要透過身體、感官與重複的生活經驗認識世界，在穩定的生活節奏中建立安全感，並感受時間、季節與自然環境的變化。
3. 課程方式：透過季節晨圈、歌唱、肢體律動、節慶活動，以及羊毛氈、濕水彩與自然素材手作，協助教育者將四季與自然融入幼兒日常，創造可感受、可模仿、可參與的生活經驗。

（二）感官發展 | 從「處理行為」轉向「理解孩子」

1. 社會現象：面對幼兒情緒、專注或行為問題，成人容易聚焦在外在表現，希望孩子盡快符合規範，卻可能忽略行為背後的感官經驗、身心發展與環境因素。
2. 孩子的需求：孩子需要被理解的不只是「做了什麼」，更包括行為背後尚未成熟或正在發展的能力。成人若能更細緻地觀察，才能提供適合孩子當下發展階段的陪伴。
3. 課程方式：從觸覺、生命覺等感官及生命歷程切入，搭配「隱形斗篷」等體驗活動，培養教育者觀察與理解孩子的能力，進一步認識感官經驗、生活環境與成人陪伴對情緒穩定、專注及意志發展的重要性。

（三）教師內在鍛鍊 | 先支持大人，才能穩定陪伴孩子

1. 社會現象：幼教工作者長期面對教學、班級經營、親師溝通等多重壓力；家長也承受高度的育兒焦慮。當成人長期處於疲憊與壓力之中，也會影響陪伴孩子的品質。
2. 孩子的需求：幼兒高度依賴成人所營造的環境與關係，需要身邊有情緒穩定、能自我覺察，並提供一致而溫暖陪伴的大人。
3. 課程方式：透過優律司美（Eurythmy）、肢體、呼吸、空間與節奏練習，以及教師自我教育相關活動，引導學員從肢體、呼吸、空間與節奏的練習中，覺察自身狀態，練習安定情緒與調節壓力；並透過「健康地成為自己」的探討，支持教育者及家長重新理解自身在孩子生命中的角色與影響力。期待學員能在持續的自我鍛鍊與同儕支持中，逐步建立更穩定、溫暖且具專業判斷力的陪伴能力，成為幼兒可依靠、可模仿的成人。

五、執行概況

（一）參與成效

1. 報到率：2025-2026 年度，一二三年級報名 68 人（及單堂學員），實際報到率達 91%(62 人)。
2. 完成率：修讀學員在學期末完成當年度課程、學習小組研究報告或實習報告，並順利晉級或結業之比例為 89%(55 人)。
3. 回流率/續讀率：一、二年級學員在當年度結束後，願意繼續報名下一年度下一階段課程之比例，一年級為 50%(15 人)，二年級為 67%(12 人)。

（二）培力成果

1. 專業認證：當年度修業完畢後，順利取得由「財團法人慈心兒童教育基金會」與「臺北市立大學」合作核發的雙機構「課程時數證明」共 55 人。
2. 實習實踐：三年級 93%學員完成 120 小時教學現場實習，並獲資深教師團隊及師培導師對其實習表現的合格評估。

（三）外部連結

1. 學術單位跨界合作：與臺北市立大學聯合主辦，並邀請紐西蘭奧克蘭理工大學 Neil Boland 副教授授課「學齡前的社會互動與情感教育」課程。
2. 跨機構/跨現場連結：串聯宜蘭慈心華德福幼兒園、桃園市外社非營利幼兒園、人智學教育基金會、慈心高中及台灣各縣市現場教師與研究者等多元現場，提供學員跨教育階段視野。

六、執行成果

（一）個人成長 | 從學習生活能力到找到教育角色

課程不僅提升學員的幼兒教育知能，也支持其在個人生命、教學實踐與家庭生活中產生轉變。部分學員從原本不熟悉日常生活技能的「廚房小白」，逐步能透過烹飪、手作與生活工作，重新理解幼兒從模仿與實作中學習的歷程；也有學員從充滿育兒焦慮，轉向以較安定、從容的姿態陪伴孩子，甚至由全職媽媽進一步投入代課、教學或教育推廣工作，展現課程對個人自我認同與行動方向的支持。

（二）教學轉化 | 從矯正行為到理解孩子

在教學現場，學員開始從「如何矯正孩子的行為」，轉而將孩子視為獨特的生命個體，嘗試理解行為背後未被看見的需求與困難。透過對感官發展、生活節奏及成人典範的重新認識，教育者更重視營造安全、穩定且具溫度的環境，並以更細緻的觀察與陪伴，回應幼兒在情緒、探索與人際互動上的需要。

（三）家庭實踐 | 從育兒焦慮到建立生活節奏

課程影響亦延伸至家庭生活。部分家長學員表示，隨著自身心態逐漸安定，家庭開始建立較規律的作息與親子互動，並更重視幼兒的感官保護與生活品質，例如調整 3C 使用、安排適合幼兒參與的家庭活動、透過故事、手作與家務共作增加親子陪伴。家庭成員也在共同實踐中，逐步形成更符合自身價值的生活節奏與教養文化。

（四）社群連結 | 從個人學習到形成支持網絡

課程持續串聯體制內外的幼教工作者、家長及關心幼兒教育的社會人士，逐步形成具支持性與學習性的成人社群。三年級學員更自主成立教育讀書會，延續課程中的自我教育與同儕交流；不同專業背景的參與者也透過對話與合作，將華德福教育的觀點與公共幼教、學術研究及在地實務相互連結，累積更多良善教育模式擴散的可能。

七、回饋

本期課程不僅深化學員對幼兒發展與教育工作的理解，也支持教育者與家長重新看待自身在孩子生命中的角色。多位學員提到，課程讓他們從追求短期成效，逐步轉向理解教育與陪伴的長期價值。

二年級學員何○琴分享，自己「從教育經營者逐步走向教育文化實踐者」，並重新理解「教育不是短期競爭，而是長期人格培育；教育不是標準化，而是尊重個別生命。」

兩位全職媽媽學員郭○珊、謝○軒表示，華德福教育不僅是一套教學方法，更能落實於日常生活。透過規律的睡前儀式、散步與自然經驗、手作、故事、烹飪與家務勞動，她們學習讓自己慢下來、穩定下來，也在育兒路上「重新長出力量」。

學員沈○珊從長期接觸人智學教育工作者的經驗中，看見教育者展現的內在品質與生命態度；她提到，從投入實踐的學者與教師身上，感受到「一顆充滿良善、關心他人、愛護世界的心」，也理解意志、情感與思考如何在成人身上成為孩子可感受與模仿的力量。

八、優化建議

（一）學員改變與教學現場改變的優化：

建立畢業學員的「專業支持與督導機制（Mentorship）」。隨著幼教師資養成課程已推展屆滿十年，在人力條件允許下，下年度或可進一步透過質性訪談，評估學員回到教學現場或家庭中，面對「高情緒勞動、高壓力」的幼教或育兒環境時，教學現場產生哪些具體改變（如：每日戶外活動時間增加、制式才藝課減量等），以及內在生命任務的安頓感與抗壓韌性是否有實質提升。

（二）家庭影響的優化：

從「家長學員」到「社區育兒支持網」，將親職教育轉化為可複製的「代間與鄰里共好專案」。放大影響地圖中「代間教育、暖陽計畫、感官花園」的能量，將家長在師培中所凝聚的「姿態典範與生活節奏」，轉化為社區型的「鄰里共玩聚落」或「新手父母線上支持社群」，打破個別化育兒的孤立感。成果檢核可設計「家庭生活節奏檢核表」，定量追蹤受影響家庭中「幼兒每日螢幕暴露時間減少率」及「家長親職焦慮緩解度」等指標。

（三）社會影響的優化：

在少子化與 AI 發展快速下，帶來幼兒教育政策及教育現場的挑戰，持續探索環境、生態、生活品質與幼教政策是必然的必要。AI 是夥伴，不是權威，在變動的時代，學前教育工作是當今社會環境中不可忽視的健康社會力量的源頭。

九、執行照片

慈心學前教育深耕計畫								
								
								
								
<table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td>5</td><td>6</td></tr></table>		1	2	3	4	5	6	1. 2025.8 季節手作－羊毛氈毛毛蟲 2. 2025.8 季節手作－濕水彩紙風車 3. 2025.12 觸覺練習－隱形斗篷 4. 2026.3 教師的內在鍛鍊－優律司美 5. 2025.8 季節晨圈－討論設計晨圈元素 6. 2026.5 學習小組報告合照
1	2							
3	4							
5	6							