

到冰班孩子自由遊戲時間的看見與分享

好鳳、慈寶老師

自由遊戲在孩子的生活中是不可或缺的存在，孩子在自由遊戲中只要遵循了大原則(不傷害自己、別人、物品)，其他多數的遊戲主權都在孩子身上，而在遊戲中最重要的不外乎是「好玩」，遊戲帶給孩子非常大的愉悅、滿足感，這是因為自由遊戲的動機完全來自於孩子自身。

因此延續上回與爸爸媽媽分享關於我們對於孩子自由遊戲的看重，這次想要與你們分享近一個月以來我們在學習區及戶外時間，看見自由遊戲在孩子生活中扮演的角色及帶給孩子的意義：

與大自然產生連結

在自然的環境裡可以享受生活與遊戲的樂趣是造物者給新樓孩子最棒的禮物。享受清新自然的綠意或環境，是人們的想望卻是不可多得的奢侈，特別是在這個戶外自然活動空間缺少的世代。但在新樓我們每天都可以獲得這樣的恩典，校園裡與神學院的每一處自然環境都是孩子最珍貴的角落。孩子們每天在這個自然環境裡探索與學習，有黑沙區可以探索捏泥巴球，有老樹可攀爬，有樹梢間飛竄的松鼠、小鳥為伴，還有可愛的小蟲子可以觀察認識……這些垂手可得的大自然素材，成為老師與孩子們最佳的探索資源，生活中對美的感受也就蘊藏其中。

前陣子我們一起到神學院遊戲時，一到草皮就有眼尖的孩子發現地上有一隻黑冠麻鷺(圖圈起處)，孩子們開心的上前看看，一路上有人提醒著小聲點、別太靠近，沒想到走著走著，黑冠麻鷺竟走進了「李庠·伊萊莎館」(原彰輝館)的建築內，孩子們就站在遠遠的地方希望黑冠麻鷺不要害怕，過了一陣子黑冠麻鷺果真走到門口，展開翅膀飛上了樹梢，孩子們仰著頭向牠說再見，並期待下次再見，這樣的經驗對孩子來說相信是特別的，身處大自然自由探索將使孩子與這片土地建立起情感。



自由遊戲開啟孩子的主動性、發想及創造的能力

新樓的大環境原本就是孩子們的大遊戲場，每一個孩子都是天生的遊戲者，時常看到孩子們喜歡在新樓的各處進行遊戲活動，如：樹叢旁、小房屋旁…，他們會玩著熟悉的紅綠燈、鬼捉人遊戲或是自己發明的遊戲，沒有成人的引導，自成規範與遊戲的模式，能在這樣的自然環境裡玩著各式喜愛的遊戲，愉悅和幸福的感覺常寫在孩子臉上。

偶爾也會聽見孩子說「好無聊喔！」「我不知道要玩什麼」…，事實上這樣的空白時間對孩子來說是重要的，這過程孩子其實正在經歷想辦法的探索過程，當孩子自己跨越這個狀態時，他就發展出更多自己找樂子的能力，發展及創造的能力就開始長出來。當然也有孩子是很自在的想在一旁放空，也不是壞事，因為就連大人有時也需要一段自己的時間安靜思考，孩子何嘗不是呢？

不設限的想像扮演

在自由遊戲的時間中，孩子三兩一組玩著他們的創意遊戲，已被腐蝕的龍眼樹樹幹，被孩子拿來當扮家家的素材，腐蝕的樹幹搗碎後裝在盤子裡變成他們所謂的「肉酥」，看起來還真美味呢！孩子發揮創意把機車輪胎當披薩的麵皮，在裡面放入樹葉、小花、野草、小石子…細白沙想像成胡椒粉撒在披薩上…孩子在自由遊戲中，不設限的發揮自己的創意與想像，神學院小花園裡的野花草、樹枝、落葉、野果都是他們遊戲的最佳材料。

在這些扮演想像的過程，看見在想像世界裡孩子沒有太多限制，孩子們說著：「假裝我們什麼都會」、「然後我們都會自己煮飯」、「這是地震弄倒的，只是假裝的」、「對！這個是警報器跟士兵，現在地震來了」…，在自由的想像扮演時間，孩子有極大的創作空間，平時看似脫序/不合理的事物及行為也似乎都不受到限制，這滿足了孩子的內在需求並賦予孩子掌控主權的感受，使孩子感到安心或得以釋放某些內在感受。



↑ 製作美味的披薩



↑ 假裝我們害怕的時候就會抱在一起



↑ 地震與士兵的遊戲

刺激的滿足與情緒的調節

在自由遊戲時間觀察到孩子會在自己可行的範圍內嘗試具有冒險成分的遊戲，像是站在有一點點高度的平台上，往下跳並試圖碰到低垂的樹枝，也曾看見孩子站在木頭上，觀看一下再往下跳，甚至試著跳向不那麼平坦的地面，並重複這樣的動作幾次，可以看見在這些過程中孩子都在嘗試具有一點挑戰的遊戲，另外像是鬼抓人這類的遊戲，讓孩子在遊戲中感受到追逐、被追逐的緊張感，且可以觀察到有些孩子會在過程中發出尖叫聲或開心的叫聲，這些經驗都有助於滿足孩子的內在並且發展更平穩的情緒能力。

如果孩子依據自己的狀態，選擇了可承受的挑戰程度，在過程經驗了恐懼，藉由嘗試而通過的經驗，大腦學習且理解到：這就是恐懼的訊號和感覺，但我有能力調節且突破、恢復到平穩狀態。這樣的調節經驗，會讓孩子在往後遇到恐懼、害怕、不平穩的情緒或經驗狀態時，能有信心和能力調節身心狀態，這是一項非常重要的情緒能力。(摘自親子天下文章《愛玩是天性，還給孩子「自由遊戲」的能力》)

人我關係的建立 — 分享、衝突都是學習的過程

在自由遊戲中，孩子除了自己做決定外，也經常與他人、環境產生關係連結，在這樣的互動中，孩子開始學習人我之間的界線，在這些歷程裡孩子有非常多的機會去經歷關於自由與尊重、表達與傾聽…等人我關係間的重要課題，孩子開始理解每個人都有極大的自由，同時學習為自己的決定負責。

在這過程中不論是溫暖的或不舒服的關係，都是成長的養分，在遇到衝突/不舒服時孩子學習將事件原委做表達，也需花時間思考「除了剛剛的方法，還有沒有更好的方法可以使用？」、「我可以怎麼說讓對方清楚知道我的感覺？」，並學習在面對事情時思辨某些行為/話語是否合適，這些學習沒有捷徑，需透過每一次的經驗逐步累積，而在自由遊戲時間裡孩子會主動經歷非常多與他人的互動，這正好提供了孩子關於主動思考、發展策略、問題解決…等多面向能力發展的機會。

此外孩子也經常在互動中展現或接收到暖暖的善意，像是一次箴欣做了一顆泥巴球分享給亮碩，接著看見蹲在一旁的小班倚箴，便說：「我來幫你做一個」；

另一次玩跳跳床時，阡育的手帕掉了，宣緹就趕緊撿起來要幫忙夾，這時宸佑馬上說：「大家先停」，讓手帕可以安穩的回到主人身上；又有一次從心詢問靖閔：「我可以跟你一起玩嗎？」，靖閔就馬上說：「你可以坐這裡」，並比了比身旁的座位，同時將玩具移至從心面前一起玩…，在許多生活的片刻我們都看見孩子的善意，這些正向的表達使孩子彼此間產生交集，也學習關照自己/他人及環境的狀態及需要並嘗試付諸行動，嘗試找到關係中的平衡。



↑ 分享泥巴球



↑ 教朋友們製作魚的玩具



↑ 教朋友做毛線球



↑ 牽著新朋友玩跳跳床

問題解決、挫折容忍及跨越的成就感

在自由遊戲時間，有時會看見孩子不斷重複某一件事(如：挖沙填滿容器再倒出來、不斷的製作泥巴球…)，這些看似重複的動作，說明孩子正在感知自己及環境，也是練習/精熟技能的過程，此外還可以看見孩子投入的花上不少時間主動參與在自己感興趣的事物上，這成為發展孩子內在力量很好的一個起點，過程中可能有不那麼順利的時候，在這過程中孩子開始透過各種嘗試去解決眼前的問題，或是有時也有來自成人支持性話語及行動，在這些嘗試錯誤的過程孩子慢慢感受到跨越挑戰的成就感，並且對於過程的挫折更有容忍力、更有再試一下的動力；像是在遊樂場時間小班的苡甯和得元看著大家爬到樹上也很想爬上去，因此不斷努力嘗試，即便爬上去時需要一些時間，有時也會在快要往上時又稍稍滑落，但孩子仍然不放棄，且經常主動前來挑戰，這靠著自己的努力進步或做到的成就感，是給孩子最好的回饋，這樣的自我跨越跟成就是成人無法為孩子代勞的。



從縫紙到縫布沙包也是需要持續力的自我挑戰過程