

地球上的天堂

Heaven on Earth: A Handbook for Parents of Young Children

夏莉法・奧本海默 著

徐明佑 譯

全球發展最快的
華德福教養方式
給孩子最優質的童年

比爾蓋茲 也認同的教育理念

《商業周刊》 報導百大特色小學

《親子天下》 及各大媒體報導

世界最大的獨立教育系統

港台書

地球上的天堂

Heaven on earth: A Handbook for Parents of Young Children

夏莉法・奧本海默著

徐明佑譯



目錄

地球上的天堂就在我們的家庭範圍中.....	林麗卿
有價天地：人所天堂，學問活生生的孩子.....	梁國儀
安心靈與育兒建設的親子小書.....	謝子明
多倫多的幼教理念（譯序）.....	徐明佑
讓孩子從誕生開始的一知（序）.....	
第一章 兒童是如何學習的.....	
第二章 規律的生活.....	
第三章 起過節日.....	
第四章 室內遊戲.....	
第五章 戶外活動.....	
第六章 奇妙的故事.....	
第七章 幼兒的藝術體驗.....	
第八章 其他父母關心的主題.....	
第九章 創造你的家庭文化.....	
附 錄.....	

地球上的天堂：全球發展最快的華德福教養方式，
給孩子最優質的童年／夏莉法·奧本海默（Sharifa
Oppenheimer）--初版，一臺北市；旺旺出版：2012
〔民101〕

面：公分

ISBN 978-986-6161-15-5（平裝）

528.2

101003272

 華德福全人教育系列 04

地球上的天堂：全球發展最快的華德福教養方式，給孩子最優質的童年

Heaven on Earth: A Handbook for Parents of Young Children

作者：夏莉法·奧本海默（Sharifa Oppenheimer）

譯者：徐明佑

攝影者：Stephanie Gross

出版者：旺旺出版社

TEL: (02) 2219-2839 FAX: (02) 8667-2241

E-mail: service.ww@gmail.com

Publishing Date: 2012/03

地址：新北市新店區復興路45號9樓

總經銷：楨德圖書事業有限公司

定價280元

© 2006 Sharifa Oppenheimer & Stephanie Gross

published by Steiner Books (Anthroposophic Press),

610 Main Street, Great Barrington, MA 01230, USA

Complex Chinese translation copyright © 2012 by W&W Publishing Ltd

ALL RIGHTS RESERVED

Printed in Taiwan

ISBN 978-986-6161-15-5

著作權所有，翻印必究

地球上的天堂就在幸福的家庭氛圍中

林麗卿

為

了寫推薦序，我預留了好幾天的時間打算仔細、完整地審視這本書，以便提出中肯客觀的論述。

有趣的是，當我一頁頁翻閱時，卻發現自己逐漸從旁觀的讀者，轉變為渴望了解書中這些溫柔、有趣又充滿智慧的育兒寶典的母親。跨越了我平常熟知的发展理論及幼兒教育原理的範疇，我發現原來教養之道竟然可以是這麼地從容不迫、順乎孩子的天性、卻又有自然的紀律和法則。能夠這樣作父母，篤定又滿懷希望地陪著孩子慢慢成長，應該是最令人嚮往的親子之道吧！

地球上的天堂，原來不必遠求，其實就在我們為孩子營造的單純又幸福的家庭氛圍和生活點滴中。父母用「愛」和合宜的「引導」所串起的每日作息、週而復始的節奏和規律、簡單又深具意義的節慶活動、自然又開放的環境和玩具，神奇的故事和符應孩子心靈的藝術，這些平凡又真實的日常體驗，劃出了孩子在地球上的天堂的疆界，孩子可以在其中安全、自由又快樂地長大。作者娓娓道來的文字，不講教條式的原理，卻用生動又清晰的描述讓我們仿如親見孩子學習和成長的畫面，讀起來欲罷不能。然而，其中也有許多讓人不得不停下來反覆咀嚼的片段，那些從字裡行間閃爍出來發人深省的金句，是我們最佳的提醒。

我特別喜歡書中這段話：「記著，你是孩子的太陽系的中心，你是帶來溫暖與光亮的太陽。他的整個世界都是繞著你轉。你那平和的感覺是每樣事物發展的源頭，是孩子世界的軸心（第九章）。」願與所有的讀者共勉：作孩子的太陽，給孩子的生命帶來寧靜和溫暖。

（本文作者現任國立新竹教育大學幼教系副教授）

有情天地，人間天堂，尋回活生生的孩子

張純淑

如果我們將一生中年幼階段的童年，視為一種社會性建構的觀念，我們不難發現童年在不同歷史時期、不同文化、不同社會族群中童年的異同，年幼孩子被不同的方式看待，也以不同的方式看待自己。觀當今華人文化社會中的原住民小孩、台灣小孩、中國大陸小孩，他們都在同一世代成為人，都生活在華人文化社會中，可是為何清楚感覺到是那麼的不同？是什麼因素讓他們不同？血統、環境、學校教育、家庭文化、國家政策、福利機構、媒體的影響？

做為孩子的老師三、四十年來，發現的成人困難不亞於孩子的困難，不管是教師、父母、政策決策者、媒體人或福利機構中都會遇見「不曾經歷童年」和「從未長大的孩子」的成人，他們處處呈現了反覆無常與不安的焦慮感和無法信任，經驗告訴我孩子要的不多也不會過分要求，而這些成人的困難如何被協助？已然成為當代教育希望的解鈴，也將成為環繞著保護孩子免於受傷害的核心思維，政策的制訂是設計來保護孩子免於受到傷害還是保護成人免於受到孩子的威脅？值得嚴密審查相關法規的設立動機。

身為最具有相當影響力及直接責任的教師與父母，如何可以排除對「童年」正在消失或瀕臨死亡的擔憂？並有勇氣共同來學習「深度了解孩子」及參與關懷「保護兒童政策」的制定，面對當今孩子的困難問題，公部門、媒體反應多半是懲戒性的影響或強化社會日益憂慮的道德恐慌，媒體的影響可能消泯孩子與成人之間的界線，破壞了成人的權威，而家庭生活文化與上一代的文化已出現越來越寬闊的代溝，家校關係也出現越來越大的裂隙，我們該如何是好？

本書正是給父母和老師面對孩子教育的靈感書，提供很豐富又簡明的實例，從母愛天職、母乳胎教看到大自然慷慨地滿足了人類孕育嬰兒的所有需求，以每個階段孩子的特質，說明了如何運用孩子的特質來滿足孩子日益增長的能力，細緻描述守

護孩子感官經驗的重要性，提供如何為孩子創造健康美好的工作遊戲空間，強調為孩子建立生活中韻律節奏的必要性、全家一起過有族群記憶、生活意涵、共同參與的藝術體驗、生活節慶等等，都可交織出屬於家庭文化的錦緞，讓父母教師也可進入一個自我生命開展、修復、整理的學習過程，一起學習教養孩子成為一個內化、參化、轉化、創化的個人及社群文化的生命力！非常感謝作者和譯者的慷慨貢獻。

讀完本書也許你可以發現，有機會成為教師和父母是上天特別給的生命禮物，我們現在的處境、所遇的困難，也許沒有那麼壞也沒有那麼難，一點點的自我改變，一些許的自我認同，你已尋回活生生的童年生命，我相信童年生命是成人不斷自我改善、自我認同下所努力堆疊出的一部分，不僅只是孩子真實的童年，也是成人自己的童年！

（本文作者為慈心華德福教育實驗學校校長）

安心邁向育兒途徑的驚奇小書

顏于玲

這是一本令人驚奇的小書，幫助現代父母能安心邁向育兒的途徑，作者以豐富的經驗及幼兒教育專業，透過生動精采的述說，傳達出地球上的天堂、理想家庭生活圖像。而誠如她出書時的願望，期待這本書被翻爛、翻髒，卻在生活中與你形影不離。

這不是一本親職指南手冊，比較像是給予父母教育的靈感和實例的書，書中以富有想像力的圖像述說著，幼兒感官經驗、行動和模仿仍然是發展關鍵，在柔和的能量流動中度過規律節奏的家庭活動，全家依循四季一起慶祝節日、連結與地球的關係，創造出自然遊戲環境、開啟內心的自由，及生活中有藝術活動、屬於你與孩子的故事集，父母如何面對難題、創造家庭文化等，勾勒出簡潔有力的育兒重點。

除此之外令人讚賞的是，整本書擁有華德福教育核心價值「自由」的精神牽引其主體。其一：雖然給予實例的點子、小訣竅和小祕方，但仍邀請父母自備小書記載，經由實際與幼兒互動，在感官上獲得經驗，將學習過程「內化」在心中，並寫下自己的心得或想法，讓父母的書和作者的書產生呼應與創新，進而開啟自我的創造力與自由。其二：雖然此書幾乎家家合用又如此簡便，仍期待透過與全家互動中，創造出屬於「我們家」獨特的家庭文化。作者提供出五角星圖像，第一個角是家庭的規律與節日的慶祝，第二個角是家事與休閒娛樂，第三個角是孩子的遊戲，第四個角是孩子的藝術表達，第五個角是帶著溫柔與光的紀律，使其創造出平衡、有組織的家庭文化。其三：自由精神圍繞著父母的自我與家庭文化外，隨著孩子的出生，父母都被賦予了核心的任務——為孩子保留「我是誰？」人類基本存在價值，此意識需深植父母生命中；幼兒具有很高的可塑性，是屬於「未完成」的，與幼兒相處的時刻，意識中隨時帶著自由態度，讓孩子自主地進入生命、辨認出我是誰，邁向人類內在真實自由。

（本文作者為善美真華德福教育創辦人）

幸福的幼教理念（譯序）

徐明佑

我在幼兒園實踐華德福教育理念多年，身為現場教師，必須處理許多棘手的問題，當與家長有了良好的共識時，問題自然能迎刃而解。教學活動設計的基礎是發展心理學，只要能讓活動呼應孩子的身心靈發展階段，就能帶出很好的學習效果。幾年前在新竹教育大學幼教系余思靜老師的推薦之下，我認識了這本書。看完了精彩的第一章，對於教學現場中幼兒的學習困難，有了深切的了解與同理。那時我就許下願望要把這本書翻譯出來，希望能造福無助的家長們還有現場的幼教老師群。

感恩我在幼教系的學習中為教育專業奠下了紮實的基礎，而且很幸運的在擔任導師工作之前就遇見華德福教育。透過對生命本質的探索，就能清楚的認識人類的不同發展階段。配合華德福特有的教學法，就足以讓我在教育實踐的過程中，充滿享受並感到幸福。因為在華德福的幼兒園中，每天的生活就像是在天堂般平靜與喜樂。

陪伴幼兒過幸福生活的祕訣，全都在這本書裡。幼兒仍是如此地貼近自然，他們的誕生除了為父母帶來許多學習課題之外，更重要的是為我們成人的忙碌生活帶來醒覺的力量。幼兒順應著生命的成長法則，讓我們意識到生活原有著呼應天地韻律的節奏。而為了陪伴這些小生命的生長，我們就得深入思索到底要為他們做些什麼？然而所有該賦予的一切，在我們的內心深處本自俱足，而且大自然中就有唾手可得的豐富資源，不必額外的花費，只需些許的巧思，親身帶著孩子一起到戶外探索與尋寶，生活就能變得豐富且多采多姿。

我一直在推廣這幸福的幼教理念，希望孩子能夠回歸自然，並依循天性培養出強健的體魄，才能讓他們在往後的人生長路中，有健康的身體可以在這世界上實踐生命計畫。有了健康的基礎，幼兒才能在成人所提供的各種藝術活動中，學會用平穩

的心面對生活，並能有積極的態度面對困境。其實每一位父母在生命成長的過程中都已經累積了豐富的經驗，只要透過向幼兒重複敘述經典的故事或分享自身的生命回憶，就能夠從經驗中提取出智慧，每位父母都做得得到！我看到許多父母、師長的智慧火光，正點亮幼兒們的心。

我在2012年協助成立了新竹縣華德福教育學會，希望透過學會的運作，讓書中的教育理念能夠宣流廣布，除了幫助在這時代得面對許多挑戰的孩子和父母，還有現場辛勤付出的幼教老師們之外，我更希望能透過華德福的幼教理念轉化需要幫助的家庭。這是個具有治療效果的教育系統，在我的學校中真實的幫助了需要特殊協助的孩子，還有學習困難的孩子。很多時候他們只是看似有學習困難，其實並不是真的有障礙，只要提供一個健康的成長環境，就能讓孩子喜悅的發展他們的天賦能力。就讓我們攜手努力，共創地球上的天堂吧！

為了推廣健康的社群發展，剛成立的新竹縣華德福教育學會也需要您的支持！歡迎到我們的FB按讚。上有活動及捐款等相關訊息。

學會的帳號是246-03-500183-1銀行代碼013（國泰世華）戶名：新竹縣華德福教育學會。

特別感謝芸青、慧君、靜宜、憶慈，還有旺旺出版社的工作團隊在譯稿修訂上所提供的協助。

讓孩子發掘生命裡的一切（序）

紀

伯侖說：「孩子是由生命對自身的渴望而生的。」孩子們張開雙手，奔向前去擁抱生命，生命因這些小小的身軀而展現出生命的愛；不論是鑽進沙堆或是拍落沙塵、看著毛毛蟲像是在丈量著樹枝般地拱起身體移動、或是靠近黑貓，貓咪卻嚇得逃開，轉過頭來以驚嚇的綠眼睛回望著孩子……，這是孩子們探尋生命的驅動力。我們身為孩子的照顧者，必須要找出方法，以一種能讓孩子們被感動的方式來回應生命。

孩子們必須能夠被小草、花兒、陽光和鳥鳴感動。他們該去玩泥巴和蚯蚓，把泥巴當成黏土來玩或當作是投擲練習。他們也需要玩樹枝、赤著雙腳露出肥短短短的腳趾頭。他們需要歌曲、故事、畫畫，和扮裝服飾，還有無止盡的遊戲。

生命就是讓孩子去發掘這一切。他們必須接觸到活生生的生命，藉著這些生長的萬物，從中學會尊重、滋養、珍惜還有保護。我們迫切的任務就是要幫助他們成長茁壯。

不管是現在或是未來，他們都可以在自身上找到希望。



如何使用這本書

這本書是你創造力的起點。這不是一本親職指南手冊，比較像是給予父母教育靈感和實例的書。書頁側邊提供了內文的要點摘錄，可以當成快速的指引。我知道父母親都很忙碌，這是特別為你們設計的。在某個晚上，小嬰兒哭鬧不停，而五歲的女兒又不肯穿上睡衣時，你會想到：「不知那本書對上床睡覺這件事能提供什麼撇步？」這時，書頁邊的摘錄會更方便快速地查到你要找的資料。你也能在此處找

到一些食譜、點子、小訣竅和小祕方。你也可以在空白的地方，寫下你自己的心得或想法。

我在書末整理出每一章節所提及的各種書籍、參考資料和一些點子。在附錄裡有各樣資料的清單，包括物品訂購訊息。而在書末附錄裡，有建議給家長們閱讀的入門書單。

這本書的前提就是人腦的運作是藉由感官上的經驗、透過活動與學習而發生的，這對生命來說是亙古不變的。你可以試試這個方法，將教導孩子的學習過程「內化」到心中。花點錢去買本空白筆記本或記事本，這能讓學習變得有互動性。只需要簡單的活頁筆記本，而你也可以買本精美的精裝筆記本。為符合本書內容的九個章節，請將筆記本分為九個部分。

現在我們一起逐章檢視，用你的書和我的書來產生互動與呼應。

第一章〈兒童是如何學習的〉是從生理學的角度來談學習。近年的腦部研究讓我們更了解自己。我對這非常有興趣，或許你也是。你將發現媒體對學習的不良影響，這個發現會使你對關掉電視機有了執行的動力，而開始全家一起活動。或許你會想在筆記裡加入〈旅行日誌〉，記錄下家人從媒體國遷移到充滿創造想像國度的歷程。如果從科學角度切入的內容太沉悶，你也可以跳開這章直接閱讀後面的章節，就可以跟孩子親自參與「學習的科學」，無論是在廚房、戶外、或是澡缸裡頭。

第二章〈規律的生活〉提供了各式各樣的點子來豐富你的家庭生活。在此章我鼓勵你將每日和每週的作息安排成韻律的模式。如果你有寫筆記的習慣，就將你希望孩子每天能和你一起參與的事項先寫下來，依他現在的年齡以及日後所能參與的都一併寫下來。或者你也可以用畫的，將全家每日的作息以色彩繽紛和可愛的方式畫下來；或者你可以做一份裝飾得很漂亮的每週餐點表和家事計畫圖。為每個人的一週做個「主計畫」，為每一個日子所加上的色彩標記，會讓它不只實用而且還很好看，這只是一點建議。你的筆記可能成為你所寫下的為人父母專書呢！

第三章〈一起過節日〉除了提到家庭節慶的重要性，也包括許多如何安排慶祝活動的建議。在這章，我們將會討論如何用活動、歌曲、故事以及辦慶典所需的食

物來妝點節慶，這些都是必備的。我們在秋天、冬日和春天個別會有進行不同節慶的呈現方式，同時也包括了單純的生日宴會。你會想要留下每一年全家所慶祝的節日細節。如果出現了某些想法，但孩子還太小，先記錄下來留作日後的參考。如果你試做某項特別的料理，結果大受好評，寫下來提醒自己每年都要做這道菜，或是記下某個特別值得回憶的時刻。在此章的結尾，我們會對時序作個總結，並「聚焦」在節慶當下所需的施行要點。

第四章〈室內遊戲〉是討論創造性遊戲的基礎。我們著眼於發展進程，或者說是遊戲的不同階段，從嬰兒時期至六、七歲準備上小學為止。我們會探討「教育感官」的必要性，也會發掘出一些特定的方式來達成。你或許會想在筆記上記下自己的點子，這將可以一起帶入孩子自身「感官教育」的經驗中。而對於如何建構一個具開放性、有創意的室內遊戲空間，以及一些必要的物品、裝備和玩具，你也能找到循序漸進的建議。就在筆記本上畫出你理想中的遊戲空間草圖吧！同時也記下可做為遊戲物品的清單。書裡也有一小部分是關於自己動手做玩具，可以用書末附錄中簡易版的娃娃紙型來製作。你將會學習到如何在開放性的創意遊戲裡鼓舞你的孩子，同時也會想要為後代子孫，以大事記的方式，將你孩子所創造出令人讚嘆的遊戲內容記錄下來。你會擔心暴力型態的遊戲嗎？找出我們對此的討論以及所列出的無暴力性、但仍很刺激的冒險遊戲。

第五章〈戶外活動〉提供了要創造出有魔力、具挑戰性的戶外遊戲空間所需的好玩點子。我們會檢視戶外遊戲空間所應具有的條件，這包括草地、小丘、沙子和水。我們會討論要如何蒐集孩子們所需要的建築材料，以及要到何處去蒐集這些資材，這可是能提供孩子在未來好幾年，在搭建碉堡建築物時所必備的資材喔。你也能學到如何以不同的建材，從竹子到小樹，來創造出大人才能製作的遊戲器具。你的筆記會是一份完美的記載，上面畫著你想要做的遊戲屋草圖，或記錄著你孩子所喜愛的天然蓋屋材料，以及你們蒐集到這些資材的地點。以花園做為一處遊樂空間，討論出很多園藝的點子，以及引發孩子在花徑間遊戲的各種動機。寫下園丁日誌總是令人愉悅的：你可以記錄蔬菜的生長過程，還有你孩子對於自然世界日益增長的感官能力。在探索過昆蟲的生活、後院的野地生態，以及特別留意的大自然天

籟環境之後，會以把家庭生活帶到戶外的探討來做為此章的結束。這包括了在樹下的藝術活動、在後院的露營以及在冬天時的野餐。

第六章〈奇妙的故事〉將會是你想要記錄下來的一趟歷險。我們將從嬰兒期到學齡兒童，以其不同階段的發展及需求來做審視。你會得到一份孩子在發展上的綱要指引，同時也會創造出屬於自家特有的「自家故事」。你所激發出的故事創作，很可能會使你的筆記本不敷使用喔！為學步兒及嬰幼兒所哼唱的童謠、為三、四歲孩子所述說的大自然故事、為五、六歲孩子所講述的神仙精靈故事，以及將來仍會難忘的冒險故事。你將會看到運用故事強大的魔力，就能指引孩子穿越人生旅途中難免的碰撞和瘀青。若你心中源源不絕的故事泉源被引發了，那就得找另一本筆記來專門記載這些故事囉；這難道不是很好的傳家之寶嗎？在這章我們也會提供一些書單來豐富想像力。

第七章是〈幼兒的藝術體驗〉，提供適齡適性、充實心靈的的方式。此章將按照步驟說明「濕水彩畫」，以及有哪些東西可做為捏塑素材，還會指導如何做手工品，也可運用到第三章所提及的節慶日子裡。你的筆記將會是記錄下這些節慶紀念品的好地方，也能為孩子有連續性的體驗活動作計畫。我們也花了一些篇幅來討論有著豐美觸感的羊毛素材。你將會學到如何自己動手做羊毛氈，以及用氈化羊毛來做出各種物品的建議。

這些年來，我彙整了許多父母的疑問，而第八章〈其他父母關心的主題〉有為人父母最常詢問的問題。問題的範圍很廣，從衣物戰爭和夜晚的噩夢，到選擇托育場所以及談論死亡，這個章節提供了這些難題的解答。在你的筆記本裡記下你的問題，若你願意和我分享你的想法，簡介裡有和我連繫的幾種方式。

第九章集結了前面各章的見解和點子，交織出屬於你家的家庭文化錦緞。配合此書所詳述的種種室內戶外、充實並具目的性的各樣活動，你將能用你的智慧和創意建構出一個家庭文化。也就是在這樣溫暖、有活力並充滿愛意的家庭氛圍中，為你孩子的生命奠基。它同時也創造出紀律的基礎。在英文裡「紀律」和「門徒」這兩個字的意涵是相同的：都是要以愛為出發點。你可以創造出家庭環境，用愛來引領著孩子……但是，當他不聽從時，該怎麼辦呢？你會見到以一種簡單的、逐步的、

不帶情緒的方法，來驅動他再次回到正確的方向。要謹記的是，紀律的目的是要喚出孩子自身最善良、最美好的那一個面向，而不是要讓孩子難受。你可以畫出你家庭文化的五角星圖案，在自己的筆記本上畫出你的家庭文化在閃耀的光芒。你們家的韻律以及共同工作和遊戲，就是星星底部的那「兩隻腳」；星星的「兩隻手臂」則是孩子的遊戲空間，以及那些藝術體驗；星星的「頭部」就是紀律。現在就畫出你家庭文化的五角星，在這項探險的最初，就要清楚知道你的夢想構圖，而要在家庭成長的過程中，不時地去回顧檢視這個圖像。

我希望這本書可以陪伴你很多年；我希望這本書被翻爛、翻髒，因為它時時伴著你，在屋內的廚房、或在室外的花園、或是在浴缸旁邊；我希望這書能促使你一起寫下你自己的書，一本你家庭的紀錄。結合你和我的兩本書，必定會交織出不同凡響的結果。然而，我最大的希望是你和你精采的家庭將能散發出耀眼的光芒，成為地球上的天堂。

目 錄

地球上的天堂就在幸福的家庭氛圍中	林麗卿	I
有情天地，人間天堂，尋回活生生的孩子	張純淑	II
安心邁向育兒途徑的驚奇小書	顏于玲	IV
幸福的幼教理念（譯序）	徐明佑	V
讓孩子發掘生命裡的一切（序）		VII
第一章 兒童是如何學習的		001
第二章 規律的生活		031
第三章 一起過節日		049
第四章 室內遊戲		069
第五章 戶外活動		099
第六章 奇妙的故事		119
第七章 幼兒的藝術體驗		145
第八章 其他父母關心的主題		169
第九章 創造你的家庭文化		185
附 錄		214

CHAPTER 01

兒童是如何學習的

大腦前額葉皮質屬於高層次的道德、憐憫、同情與理解區域，是出生後才會開始發展的，其成長主要是依賴於幼兒的環境，並是透過人類的模範決定的。因而孩子們學習上的需求並非只有感官的經驗與行動，與這兩項必要條件一起運作的是第三項：即孩子天生的模仿能力，以及要有一位能讓他模仿的人，透過對人的模仿，才能創造出人類。





孩子如何學習？

- 透過感官的體驗
- 透過大大小小的動作
- 透過模仿環境中的每樣事物

兒

童是如何學習的呢？在人類的歷史上，這是晚近才被思考到的問題。幾千年來，我們只是簡單地生活在自然世界精準法則的答案中。而現在有了比以往更為精密地科學儀器，可以用來測量我們的學習，而且我們充滿創意的心智也熱切地在探尋，那存在於廣大整體交互作用之中的答案。「人類學習的能力」是從久遠之前開始連續地演化到現在的，了解這優雅的過程將是一生的功課。我們感謝許多科學家、教育家以及有遠見的人們，他們付出一生去了解人類的心智、身體與環境之間的關係與交互運作。他們研究的結果像光芒般逐漸滲進我們的共識之中。



對你來說這些訊息夠嗎？

翻到後面的章節去學習：

- 如何創造出充滿感官經驗的環境
- 如何鼓勵健康的行動
- 如何最佳地使用模仿的原則

簡單描述他們的發現，兒童的學習是透過以下幾種途徑：

- 1) 透過感官的體驗
- 2) 透過敏捷的小動作
- 3) 透過模仿環境中所見的典範

如果這些資訊足以提供一個方向，而你還想知道更多在此時此刻可以與你的學齡前孩子一起做的事情，繼續往下讀，就可以學習到：

1. 如何為你的孩子設計能培養廣闊、多元感官體驗的環境
2. 如何鼓勵孩子去實行敏捷精細的動作
3. 如何運用大自然的規則、提供學習典範，讓孩子的模仿能力能夠鏈結。

如果你喜歡關於學習生理學的小短文，那就繼續閱讀吧！