

英國社會情緒教育的實踐與挑戰

駐英國代表處教育組

近年來，英國政府積極推動情緒素養（Emotional Literacy）在教育中的應用，社會情緒學習（Social-Emotional Learning, SEL）涵蓋自我認知、自我管理、社交認知、人際關係技能和負責任的五大核心能力。透過社交與情感學習來提升學生的情緒管理與社會適應能力已成為當代教育的重要基石。然而，如何有效落實情緒素養教育，以及可能面臨的挑戰，仍是英國教育界關注的議題。

英國政府將社會情緒學習納入教育政策行之有年，早自 2005 年英國教育與技能部（Department for Education and Skills, DfES）推出了《社交與情緒學習方面》（Social and Emotional Aspects of Learning, SEAL）計畫，旨在提升學生的社交與情緒能力（註 1）。2007 年，英國成立兒童、學校與家庭部（The Department for Children, Schools and Families, DCSF）將社交與情緒學習從小學推廣至中學（註 2）。2019 年，英國實施《品格教育政策》（Character Education Policy）皆嘗試透過情緒與社交能力的培養來提升學生學習成效進而改善心理健康（註 3）。

根據《社會情緒學習的有效性和影響》（Social and Emotional Learning for Every Child: Why SEL Matters）研究報告指出，社會情緒學習的核心目標是透過系統化的課程與活動，幫助學生發展情緒管理能力、人際溝通技巧及社會適應力（註 4）。英國政府推動情緒素養教育的策略主要涵蓋「學校課程」、「教師培訓」與「家庭參與」三個方面。在學校環境中，結構化的社會情緒學習以全校參與的模式，提供從小學到中學階段的課程，嘗試有效降低校園霸凌與行為問題。學校教師亦需接受相關社會情緒課程訓練，而《在家培養孩子的正念》（Cultivating Mindfulness for Kids at Home）等資源亦幫助家長在家庭環境中支持孩子的情緒發展，以協助學生在日常生活中應用這些技能（註 5）。

此外，英國曼徹斯特大學（The University of Manchester, UK）亦

推動社會情緒學習計畫，透過多項實驗與研究來評估其對不同年齡層學生的影響。在《PASSPORT》計畫中，針對 9 至 11 歲學童，評估其對情緒調節、心理健康與學業成績的影響。《PATHS》計畫的實驗中，以曼徹斯特地區多名小學生進行社會情緒學習介入，結果顯示學生在心理健康、學校氛圍與同儕關係方面顯著提升。而針對中學生的《INCLUSIVE》計畫，則嘗試減少校園霸凌。這些研究證實社會情緒學習對學生全面發展的價值（註 6）。根據學術、社交和情感學習協作組織（ Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, CASEL）指出，將情緒素養融入學校課程不僅能提升學生的情緒管理能力，還能幫助他們建立積極目標，並發展有意義的人際關係（註 7）。而《社交與情感學習回顧與關鍵議題綜述》（ Social and Emotional Learning： An Evidence Review and Synthesis of Key Issues）報告顯示，自我調節能力是最關鍵的社交與情感技能之一，對兒童及青少年的成長至關重要，能顯著影響心理健康、身體健康以及職業發展（註 8）。

儘管社會情緒學習展現了成為英國教育系統中符合公共衛生對心理健康的方針，但在實施過程中仍面臨諸多挑戰。英國教育政策研究機構（ Education Policy Institute, EPI）指出，由於情緒素養學習成果難以評估，學校難以設定衡量標準，使教師在課程設計與評估時遭遇困難。此外，許多教師需接受額外培訓，教師的工作負擔加重，有效落實社會情緒學習課程亦有其難度。

此外，如何讓社會情緒學習與傳統學科教學時間安排取得平衡，亦是英國教育體系當前的重點課題。除了校內課程的挑戰，因許多課外活動缺乏嚴謹的研究證據來證明其有效性，校外的社會情緒學習面臨更大的困境。《衛報》（ The Guardian）曾探討社會情緒學習在改善弱勢背景的學生學業表現上的實際受益效果，然而對於社會情緒學習是否能顯著提升學業成就，學界仍存爭議，且這些影響是否能長期持續，仍需進一步研究驗證。

雖然社會情緒學習的課程設計、教師負擔與學習平衡間仍然在尋找最佳的運作模式，仍是教育界需持續探索的議題。但英國的社會情

緒素養教育走在世界前端，透過系統性推動，不僅能幫助學生在心理健康與社交能力上取得更均衡的發展，也成為全民健康教育的重要基石。

註 1. 《社交與情緒學習方面》(Social and Emotional Aspects of Learning, SEAL) 計畫, <https://www.gov.uk/government/publications/social-and-emotional-aspects-of-learning-seal-programme-in-secondary-schools-national-evaluation>

註 2. 英國成立兒童、學校與家庭部 (The Department for Children, Schools and Families, DCSF), <https://www.gov.uk/government/organisations/department-for-children-schools-and-families>

註 3. 《英國實施品格教育政策》(Character Education Policy), https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5f20087fe90e07456b18abfc/Character_Education_Framework_Guidance.pdf

註 4. 《社交與情感學習的有效性和影響》(Social and Emotional Learning for Every Child: Why SEL Matters), <https://epi.org.uk/publications-and-research/social-and-emotional-learning/>

註 5. 《在家培養孩子的正念》(Cultivating Mindfulness for Kids at Home), <https://www.learningresources.co.uk/blog/cultivating-mindfulness-for-kids-at-home/>

註 6. 曼徹斯特大學積極推動社交情緒學習計畫, <https://blog.policy.manchester.ac.uk/education/2024/11/social-and-emotional-learning-for-every-child-why-sel-matters/>

註 7. 學術、社交和情感學習協作組織 (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, CASEL), <https://casel.org/>

註 8. 《社交與情感學習：證據回顧與關鍵議題綜述》(Social and Emotional Learning: An Evidence Review and Synthesis of Key Issues), <https://epi.org.uk/publications-and-research/social-and-emotional-learning/>

撰稿人/譯稿人：駐英國代表處教育組

資料來源：

GOV.UK,

https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5a80dc7240f0b62305b8d8ff/Overview_of_research_findings.pdf

BBC, , August, 2024, Empathy can be taught at school, study suggests

<https://www.bbc.com/news/articles/cly81j7z34wo>

The Guardian, Dec 2023, Classes in character do little to narrow gap in pupil outcomes, says study,

<https://www.theguardian.com/education/2023/dec/19/classes-in-character-do-little-to-narrow-gap-in-pupil-outcomes-says-study>

Government events, July, 2024, <https://www.governmentevents.co.uk/ge-insights/the-role-of-social-emotional-learning-sel-in-schools-building-better-futures/>

European School Education Platform, December, 2022, <https://school-education.ec.europa.eu/en/discover/tutorials/encouraging-social-and-emotional-learning-classroom>

Government Event, Jul 2024, Social-Emotional Learning in Schools: Building Better Futures

<https://www.governmentevents.co.uk/ge-insights/the-role-of-social-emotional-learning-sel-in-schools-building-better-futures/>

