從政策到教室：社會情緒學習實施的機會與挑戰



圖片來源：Pixta

【課程及教學研究中心副研究員　劉欣宜】

壹、前言

社會情緒學習（Social-Emotional Learning, SEL）係指「兒童之社會、情緒及性格發展」的過程，是「人們在工作場所、學校、家庭及社會中所需」的基本素養（駐休士頓辦事處教育組，2022），其涵蓋自我覺察、自我管理、人際關係、社會覺察、負責任的決定等。

近年來，全球學生心理健康危機日益嚴重，各國政府重新思考教育的核心價值，尤其 COVID-19 疫情更加速此一趨勢，當校園關閉時，「教育資源對於所有孩童包括特殊教育項目的支持同時也關閉了」（駐波士頓辦事處教育組，2022a）。疫情凸顯了學生社會情緒支持的重要性，使 SEL 從教育的邊緣議題躍升為政策核心。

然而，從政策制定到課堂實施，SEL 面臨著複雜的挑戰。本文透過國際教育訊息等資料的分析，探討 SEL 的實施挑戰、推展做法，以及臺灣推展 SEL 可參考之處。

貳、SEL 的興起

當代青少年面臨前所未有的心理健康挑戰。達特茅斯學院經濟學家布蘭奇弗勞爾的研究發現，「過去 15 年來，14 歲到 24 歲的年輕人所感受的悲傷和無助顯著增加」，而這增加的趨勢「恰好與當時年輕人大幅增加他們使用電視、電腦、智慧型手機或遊戲機的時間的相互呼應」（駐波士頓辦事處教育組，2024）。另外，2022 年的調查中有「10 分之 1 以上的年輕女性表示，過去的一個月她們幾乎每天都經歷到『心理不健康』的狀態，這個數字是 1993 年的 3 倍」（駐波士頓辦事處教育組，2024）。因此，全球性的心理健康危機為各國推動 SEL 提供了迫切的動機。

參、SEL 的實施挑戰

一、政策執行方面

（一）政策理想與執行現實的落差

美國 SEL 實施過程中最大的挑戰是政策理想與執行現實的脫節。新英格蘭地區疫情期間的研究發現，「當校園關閉時，教育資源對於所有孩童包括特殊教育項目的支持同時也關閉了」，這凸顯了 SEL 支持系統的脆弱性。更嚴重的是，「羅德島州如今有一個 6 億美元的州預算缺口。在 14 個學區至少有 489 名教育工作者被告知因為預算裁減的可能性他們也可能遭裁員」（駐波士頓辦事處教育組，2022a），經濟壓力直接衝擊 SEL 推動所需的人力資源。英國在推動 SEL 時面臨課程整合的複雜挑戰。研究指出，「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要課題」（駐英國代表處教育組，2024），這反映 SEL 與既有課程競爭教學時間的現實困難。

（二）師資培訓與專業發展的困境

臺灣的十二年國教課綱雖已納入 SEL 的理論與內涵，但實際執行仍面臨教師理解與實踐的落差，教師對於如何將抽象的社會情緒能力轉化為具體的教學活動仍感困惑（教育部，2025）。韓國也有師資知能不足的問題，政府計畫「提供社團指導老師研習課程，並對學校社團提供學生心輔活動計畫」（駐韓國代表處教育組，2024），但快速擴展的步調使得師資準備相對不足。另外，教師實施 SEL 恐會加重其工作與責任負擔，如泰國教育委員會雖然將 SEL 列為重要趨勢，但基層教師對於額外工作負擔的現實考量使得政策推動面臨阻力（駐泰國代表處教育組，2024）。美國、英國也有類

似困境，「許多教職員在心理健康方面承擔了超出教學範疇的情感責任」，因為「他們每天與學生密切互動，能敏銳察覺學生在心理健康方面的需求」，但這些教師「缺乏心理諮商專業背景的困境」，使得他們在面對複雜的學生心理問題時感到無助（駐波士頓辦事處教育組，2024），「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」（駐英國代表處教育組，2024）。此顯示師資培訓雖然重要，但亦可能加重教師負擔，影響實施意願。

（三）資源與人力的限制

疫情期間的遠距教學暴露了嚴重的數位落差問題。調查發現，美國「康乃狄克州：大約 10%學生缺乏使用電腦的管道以及 6%學生缺乏使用網路管道」，而「麻州：推斷大約 15%學生缺乏個人電腦」（駐波士頓辦事處教育組，2022b）。這些資源限制直接影響了線上 SEL 課程的參與度。另外，越南胡志明市雖然推廣「幸福校園模式」，但「學校面臨的首要危機並非考試成績下滑或曠課率攀升，而是學生愈發脆弱的心理健康狀況」（駐胡志明市辦事處教育組，2024），專業心理諮商人員的短缺成為主要困境。

二、社會認知與價值觀方面

（一）政治立場與意識形態的影響

美國 SEL 推動面臨不同的政治分歧，如奧克拉荷馬州曾制定法案制止學校教授該概念，法案規定「任何公立學區、特許學校或遠端特許學校皆不得使用聯邦、州或私人經費以推廣、購置或使用社會情緒學習之概念來培訓、指導或教育學生[1]」（駐休士頓辦事處教育組，2022）。相對地，「伊利諾州則通過法案由負責課程開發、協議評估及最佳實踐之小組創建統一指南供學校遵循」（駐休士頓辦事處教育組，2022）。前述的政策分歧反映美國社會對政府在教育中角色的不同認知。另外，對於學校權責界線也有不同理解，如印第安那州總檢察長的觀點代表了保守派的擔憂，他表示「SEL

[1] 以奧克拉荷馬州的 SB1027 為例，該法案試圖禁止學校提供涉及下列內容的教學，如自我覺察、自我管理、社會覺察、人際關係技巧、負責任的決策，以及其他特質、性格傾向、社交技巧、態度、行為、信念、情感、情緒、心態、後設認知學習能力、動機、毅力、自我調節、堅持、耐力、復原力或個人內在資源等，」這類法案雖然大多最終未通過，但可能會用「包裝更隱晦」的新型法案對 SEL 造成威脅，以要求對教材進行「更嚴格的審查」或「讓學生更容易選擇退出特定課程」的方式，削弱學校實際推動 SEL 的能力與空間（Abrams, 2023）。

計畫反映出教師們由教育者轉變為治療師，並將政府的影響力衍伸至家庭」（駐休士頓辦事處教育組，2022）。

（二）文化傳統和現代教育的差異

亞洲國家在推動 SEL 時則可能面臨傳統教育價值觀的挑戰。例如，韓國經驗顯示，雖然政府積極推動心輔社團，但升學競爭文化也對 SEL 推動造成壓力，家長和學生往往更關注學術成績，擔心將時間投入在情緒教育會影響學生的學術表現。臺灣長期以來的升學主義文化，使得 SEL 相關課程容易被邊緣化，特別是在面臨升學壓力時，情緒教育往往被視為「非核心」科目而受到忽視（教育部，2025）。另外，澳洲的學生福祉全國框架雖然提供了統一的政策方向，但在實施時需要考量不同族群家長對 SEL 價值的認知差異，如原住民社區對於西方 SEL 模式的接受度與都市地區存在明顯差異，故政策制定者在統一性與多元性之間須尋求平衡，將原住民文化、移民文化等多元背景納入考量，此亦使得 SEL 課程設計變得更加複雜（駐澳大利亞代表處教育組，2023）。

肆、SEL 的推展做法

一、政策推動模式方面

美國在 SEL 推動展現創新做法，例如全國大學獲得「美國教育部為期 5 年共 400 萬美元的聯邦獎助，用於推動社交情緒教育課綱，並評估社會情緒學習對縣內 3 個主要學區的學生在成績表現和學校氛圍上的影響」（駐洛杉磯辦事處教育組，2023）。創新的遠距服務模式也值得關注。羅德島州引進「總部位於加州、專攻中小學遠距醫療的 Hazel Health」，「希望透過遠端的方式為全州公立學校學生及其家庭提供心理健康支持」（駐波士頓辦事處教育組，2024）。韓國的心輔社團模式展現政府主導的快速推動效果。從第一學期的「400 所學校申請」到「第二學期增加 200 所」（駐韓國代表處教育組，2024），顯示了政策推動的影響力。澳洲學生福祉全國框架的成功在於其系統性規劃，因為框架「與澳洲全國中小學課綱、教師專業標準及校長專業標準保持一致融合發展」，確保了政策的連貫性和可操作性（駐澳大利亞代表處教育組，2023）。

二、教學實務做法方面

英國經驗顯示其「積極推動情緒素養在教育中的應用」，但「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」（駐英國代表處教育組，2024）。臺灣十二年國教課綱的設計展現了制度化整合的經驗，各領域科目已有 SEL 理論與內涵的相關內容，可避免 SEL 被邊緣化，且教育部社會情緒學習中長程計畫中也會發展各領域實施 SEL 的課程案例等相關資源（教育部，2025）。越南胡志明市的做法則注重本土化創新。透過建立學校心理諮商室，「心理諮商室準備了玩具熊、文學書架、茶和餅乾等」，創造舒適的諮商環境，並設置「『我想說的』郵箱」讓學生表達內心想法（駐胡志明市辦事處教育組，2024）。

伍、對臺灣實施 SEL 的啟示

一、師資培育與課程設計

（一）強化系統性的師資培訓

強化系統性的 SEL 師資培訓，在師資培育階段納入社會情緒學習的理論與實務課程，並為在職教師提供持續的專業發展機會，也須避免教師承擔超出教育專業範圍的心理治療責任。

（二）建立教師支持網絡

美國「前線教師」面臨的孤立感問題提醒我們，臺灣應建立教師支持網絡，包括定期的同儕交流、專業督導、心理支持等機制，避免教師在面對學生複雜情緒問題時感到無助。

（三）發展在地化的教學資源與評估工具

文化是 SEL 的重要內涵之一，臺灣應發展符合本土文化特色的教學資源與評估工具等，以西方 SEL 理論架構為基礎，融入臺灣的文化價值觀、生活情境與社會議題，使學生能夠產生更強的認同感與參與度。另外，十二年國教課綱中已有 SEL 的成分，可深化各領域科目實施 SEL 的具體做法，SEL 不是額外負擔，而是自然而然成為課程與教學的一部分。

二、社會支持體系建構

（一）建立學校-家庭-社區合作網絡

OECD 於 2023 年對 10 至 15 歲學生進行跨國性調查，結果顯示 SEL 對學業表現、身心健康與生涯發展的關係密切，具備較高任務表現技能（特別是成就動機與堅持）與好奇心的學生，在閱讀、數學和藝術方面的成績表現較佳，且遲到或缺課率較低（教育部，2025），可透過實證資料化解疑慮，建立社會共識，以學校、家庭、社區的三方合作網絡，透過家長教育、社區資源整合、志工培訓等方式，擴大 SEL 的支持力量。

（二）整合專業機構資源

參考美國遠距心理健康服務的創新模式，臺灣可結合心理諮商專業機構、醫療資源、社福單位等，為學校提供專業支持，偏遠地區學校更需要透過遠距服務模式獲得專業協助。

（三）運用科技輔助工具

積極運用科技工具支援 SEL 實施，包括開發 SEL 學習 APP、建立線上情緒支持平台、運用大數據分析學生心理健康趨勢等，提升 SEL 服務的可近性與效率。

陸、結語

澳洲學生福祉框架提到，「感到與學校社群有聯繫、安全與保障的學生，更可能積極學習，情感富足、身心均衡健康發展、且取得更佳的學習成果」（駐澳大利亞代表處教育組，2023），儘管 SEL 面臨挑戰，仍有必要持續努力以發揮對學生全人發展的價值。未來的 SEL 發展需要在全球化趨勢與在地化需求之間尋求平衡，在政策理想與實施現實之間搭建橋樑，在不同利害關係人之間建立共識，讓 SEL 能真正從政策走進教室，從教育理念轉化為學生的核心能力，培養具備 SEL 的未來公民。

參考文獻

教育部（2025）。**教育部社會情緒學習中長程計畫　第一期五年計畫（114-118 年）幸福教育、健康臺灣　幸福學校、師生共好**。取自 https://cfte.site.nthu.edu.tw/var/file/275/1275/img/127742991.pdf

駐休士頓辦事處教育組（2022）。「社會情緒學習」已成學校課程攻防戰場。**國家教育研究院臺灣教育研究資訊網**。
https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2059087

駐波士頓辦事處教育組（2022a）。COVID-19 特殊調查報告：新英格蘭地區的幼稚園至 12 年級教育（一）。**國家教育研究院臺灣教育研究資訊網**。
https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2059244

駐波士頓辦事處教育組（2022b）。COVID-19 特殊調查報告：新英格蘭地區的幼稚園至 12 年級教育（二）。**國家教育研究院臺灣教育研究資訊網**。
https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2059245

駐波士頓辦事處教育組（2024）。數位年代青少年的心理危機：幸福經濟學專家警示科技濫用的隱憂。**國家教育研究院臺灣教育研究資訊網**。
https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2067585

駐洛杉磯辦事處教育組（2023）。美國教育部獎助大學研究社交情緒教育影響。**國家教育研究院臺灣教育研究資訊網**。
https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2062266

駐胡志明市辦事處教育組（2024）。胡志明市進行改善學生心理健康護理。**國家教育研究院臺灣教育研究資訊網**。
https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2064827

駐英國代表處教育組（2024）。英國社會情緒教育的實踐與挑戰。**國家教育研究院臺灣教育研究資訊網**。
https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2067859

駐泰國代表處教育組（2024）。泰國教育委員會秘書長揭示 2024 年全球教育的 15 個趨勢。**國家教育研究院臺灣教育研究資訊網**。
https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2064676

駐澳大利亞代表處教育組（2023）。澳洲學校推動生命教育資源與概況。**國家教育研究院臺灣教育研究資訊網**。
https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2060769

駐韓國代表處教育組（2024）。韓國教育部，將補助 100 所中小學辦理「心輔」社團活動。**國家教育研究院臺灣教育研究資訊網**。https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2065418

Abrams, Z. (2023). Teaching social-emotional learning is under attack. *Monitor on Psychology, 54*(6). https://www.apa.org/monitor/2023/09/social-emotional-learning-under-fire