

## 情緒社交學習可有效降低校園霸凌

駐洛杉磯臺北經濟文化辦事處文化組

近年來校園霸凌問題日漸增多，教育界發現將「情緒社交學習」(SEL, social-emotional learning)融入課程中，教導學生提升自我察覺、決策判斷以及人際關係技巧。近日這種引導防範霸凌的方式，獲得全美教育界的好評。

今年1月份在美國紐約哥倫比亞大學的一場研討會，主題就是「在霸凌之外：校園安全以及學生安全」，約有300位來自全美各地教師及行政人員參加。當天邀請的主講人是一位心碎而堅強的父親 Kirk Smalley，他的兒子兩年多前不堪校園霸凌舉槍自盡。現在 Smalley 投身宣導如何預防並且抵抗霸凌，在會中他也呼籲教育界繼續努力防範霸凌。

對於「情緒社交學習」以及品格教育，會中也大加推崇，認為是目前有效降低霸凌的最好方式。耶魯大學教授 Marc Brackett 指出，「情緒社交學習」可以有效教導學生如何辨認以及調整自己的情緒，當然為了完善「情緒社交學習」，教師本身也必須具備這項能力。Brackett 認為，為達到「情緒社交學習」最好的效果，不只是學生及教師需要學習，家長、學校人員、乃至於整個社區，都應該投入學習。

隨著核心課程的進程逼近，許多教師認為已經負荷過重，恐怕無法再有心力學習「情緒社交學習」。對此現象，學者認為「情緒社交學習」才是學習的核心，Ed Dunkelblau 認為「情緒社交學習」並非新觀念，只是隨著追拼學術能力，大家都遺忘了它的重要性。

另一場研討會—學術、社交與情緒管理，也強調「情緒社交學習」以及品格教育，並非只著重於預防霸凌，還有其他附帶優點：

- 提升讀寫能力
- 幫助整體學術能力
- 降低缺席或是休學比率
- 協助達到核心課程的學術目標
- 創造一個合諧正面的校園氣氛

無獨有偶，這兩場研討會的問卷結果一面倒的認為，無論學生背景來自哪種社會經濟階層，霸凌已經是各級校園的重大問題。同時有高達 94%認為「情緒社交學習」與品格教育是最有效的防範霸凌方式。這份問卷結果指出讀寫能力的課堂活動，也同時可以改善教室氣氛。教育專家認為這足以強烈說明教師們已經認同，降低校園霸凌，同時也可以提升學術能力。

更多的演講內容，請到[www.beyondbullyingsummit.org](http://www.beyondbullyingsummit.org) 觀看。

譯稿人:沈茹逸摘譯

資料來源:2013年1月30日,PRNewswire.com

連結網址:

<http://www.prnewswire.com/news-releases/researchers-discuss-impact-of-social-emotional-learning-on-bullying-at-safe-schools-successful-students-summit-in-new-york-city-189027901.html>

