

加州教育廳加強推動社交及情感教育

駐洛杉磯辦事處教育組

有越來越多的研究證實社交及情感學習（Social and Emotional Learning, SEL）是學業學習成功的基礎，但傳統學校教育多著重在閱讀、數學、科學等學術科目，加州教育廳為了幫助學生發展學校學習及生活中所需的各種技能，要求中小學必須在每日課堂教育中融入社交及情感學習。

依據加州教育廳的定義，所謂社交情感技能包括以下能力：

- 設定及達到正向目標的能力；
- 感覺及表達對其他人同理心（empathy）的能力；
- 建立及維繫正向關係的能力；
- 作出負責任決定的能力；
- 瞭解及管理情緒的能力。

而所謂社交及情感學習，意指一步一步教導學生管理他們的行為及學習如何與同儕相處。社交及情感學習可能包括幫助學生瞭解他們的感覺、培養對他人的同理心、建立健康的人際關係，以及作負責任的決定。目前沒有單一的課程或方法，但一個自 1994 年起提倡社交及情感學習的「學業、社交和情感學習協作組織」（Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning, 簡稱 CASEL）已經製作了兩冊的社交和情感學習指南，包括學前教育和小學版以及國中及高中版。

在課程中，學生學習如何辨識自己的情緒，生氣、興奮、挫折及緊張等等，以及體察別人的情緒。授課的方式包括問候遊戲（greeting games）或文學討論等等。授課教師會把如何建立社交技能融入學習中，例如，在小學階段的課堂中指出如果在別人報告時，有一名學生放聲大笑，會如何傷害別人的情感。而在中學等高年級的課程中，可以通過角色扮演練習來發展這些技能，例如學生可以練習當他們遇到一個學生被霸凌時會說些什麼話，或者通過「修復練習圈」（restorative practice circles）來彌補他們對他人造成的傷害，以修補恢復關係，教師也可以示範如何用理解及體貼的心對待別人等其他方面的社交情感學習。

根據加州教師資格證書委員會的新要求，自 2017-18 學年起，加州師資培育機構應該開始培訓未來的社交和情感學習教師，社交和情感教學訓練應該包括在課堂管理課程的一部分。對教學現場的人來說，這是令人興奮的開始，根據「學業、社交和情感學習協作組織」的報告，過去只有少數加州的師資培育課程要求這種培訓。

目前，加州大多數學區還沒有針對社交及情感教育積極投入，但有 8 個合計服務超過 100 萬名學生的學區，包括北加的 Fresno、Oakland、Sacramento、San Francisco 及南加的 Garden Grove、Long Beach、Los Angeles 及 Santa Ana 致力於教學和評量社交和情感學習與學術進步的關連性，並且已經建立了評量學童社交和情感技能發展的制度，他們互相合作，分享在社交和情感學習中有效的作法。

儘管研究人員表示，在社交及情感學習和學業成就之間的關連被堅定的確認之前，需要更多的研究，不過在今年，已經有 8 項研究追蹤在進行社交及情感教育平均 3.75 年後學生的學業成績改變，發現參與的學生相較對照組的學生，在課堂成績及標準測驗成績上多出 13 個百分點。

根據研究，要能在學校好好學習，最終在職場獲得成功，孩子們需要學習如何管理壓力，表達自己的想法並與人合作。孩子們在家裡學到了很多這類的技能，但在學校的壓力環境中學習和練習這些技能，是邁向熟悉及掌握社交及情感技能的另一個步驟。

(藍先茜摘譯)

資料來源：

<https://www.cde.ca.gov/eo/in/socialemotionalllearning.asp>

<https://edsources.org/2017/what-is-social-and-emotional-learning-and-why-does-it-matter-sel/584567>

