

接納情緒的學習幸福感～國際課綱辦公室 2026 年 4 月專題演講



「接納情緒的學習幸福感」與會人員合影（課程及教學研究中心提供）

【課程及教學研究中心 劉韋君】

本院課程及教學研究中心國際課綱辦公室於 2026 年 4 月 23 日在臺北院區舉辦專題演講，邀請北山堂基金教育委員會委員及專業顧問湯才偉教授主講「接納情緒的學習幸福感」，由楊俊鴻副研究員擔任主持人，並由洪詠善研究員與吳正新副研究員擔任與談人，同時開放線上參與，總計 76 人參加本次演講，透過專題分享與對話交流，共同探討課程與教學的重要議題。

湯才偉教授為香港知名教師培訓與學校改進專家，長期致力於教育品質提升與教師專業發展，曾參與香港政府教育署多項重要政策推動工作，包括教師語文基準測試及「傑出學校獎勵計畫」；此外，亦曾任香港中文大學教育學院助理教授及「優質學校改進計畫」（QSIP）總監，並在田家炳基金支持下，與本院合作推動「108 課綱」教師培訓計畫（SITEP），對臺港教育交流及課程改革具深遠影響。

本次演講探討如何將情緒與認知結合，以平衡現代教育過度偏重知識傳遞的現況。

傳統的教育往往專注於補足弱點，而更理想的模式，可以透過發掘學生內在的二十四項性格強項來建立自信。湯教授強調情緒與學習密不可分，負面情緒如焦慮或羞愧會形成心靈路徑的阻礙，限制深度思考；相對地，正向情緒則能開啟認知視野並提升學習動機。身心健康與學業是相輔相成的關係。湯教授提出具體的教學策略，鼓勵師長重視努力過程而非天賦，並透過刻意練習與正面回饋，營造出更具包容力且高效的學習環境。

接著他從情緒與認知交互作用出發，進一步介紹「成長型思維」之核心理念，強調能力並非固定不變，而是可透過持續努力與適當策略不斷發展，相較於將天賦視為先天且固定的「固定型思維」，成長型思維鼓勵學習者正向面對挑戰，並將挫折視為精進的契機，此觀點不僅影響學生的學習態度，也深刻形塑其理解世界與自我發展的方式。

在教學實踐層面，湯教授提出多項具體策略，包括建立對失敗的正確認知、調整課堂語言以強化努力與策略的價值、重新詮釋失敗的意義、強調學習歷程的可見化，以及設定具挑戰性的學習目標等；此外，亦強調提供歷程導向的回饋、推動刻意練習，以及培養持續精進的學習習慣，協助教師在課堂中建構支持學生成長的學習環境。教師的語言深刻影響學生思維模式的形成，為培養學生成長型思維，教師應重視學生的努力、策略與學習歷程，而非僅稱讚天賦與能力，並以「尚未做到」取代直接否定，引導學生將錯誤視為成長契機，同時，避免以「這不是你的強項」等語言限制學生發展，而應提供具體改進策略。教師可透過理解與接納學生情緒，營造安全的學習環境，並重視學生的進步歷程與修正過程，強化持續學習與成長的信念。在課程設計方面，講者建議教師可透過系統化步驟融入成長型思維理念，包括明確設定學習目標、分析學習困難、探究錯誤原因、規劃教學策略與多元練習機會，以及透過課堂檢核讓學生具體看見自身的學習成長。

本次演講透過課程理念與實務經驗的整合，結合跨文化觀點與國際教育發展趨勢，引領與會人員進行一場兼具理性分析與感性反思的教學探索，深化課程研究與實務對話，促進教育現場的創新與發展。