

河內市：將情緒智力融入校園，邁向幸福教育

駐越南代表處教育組

河內市將從純粹傳授知識的傳統模式，轉型為重視學生心理健康與情緒智商（EQ）的全人教育。

多維度的正面影響

河內市教育與培訓廳日前宣布，將在代表國小、國中及高中的 9 所教育機構試辦「情緒智商（EQ）能力架構」。這是首都教育界邁出的戰略性一步，標誌著其從過往著重純知識傳授，轉型為重視學生心理健康與情緒智商的全人教育模式。

在數位化時代與升學壓力日益增加的背景下，學生正面臨不少心理挑戰，例如校園壓力、青春期危機以及網路霸凌的風險。

泰盛國中校長阮高強認為，將 EQ 能力架構引入校園環境，有助於學生精準識別自身的心理狀態。學生不再壓抑或爆發負面情緒，而是獲得情緒「降溫」、舒緩壓力並維持心理平衡的技能。

當理解了自己的情緒後，學生更能易地而處。同理心是減少校園霸凌現象的「天然良藥」，幫助學生學會傾聽、分享，並以和藹態度解決衝突，而非走向對立或暴力。

「情商好的學生，其專注力、批判性思維以及面對失敗（如成績不佳、考試失利）後的復原力都會顯著提升。這為他們自信邁入社會、以主動且靈活姿態應對未來變局奠定良好基礎。」——阮高強校長分享道

河內市楊和社楊和第一初級中學師生正在上數學課。從潘佩珠優質國中校長褚氏秋香的角度來看，教師不再僅僅是知識傳授者，更成為陪伴者、傾聽者與理解者。

在接受 EQ 能力架構培訓後，面對學生的違規行為或異常心理表現時，教師將擁有更具人文關懷的視野。學校不再採取硬性的懲罰，而是轉向基於理解的正向管教方式。

EQ 能力架構創造一條連結師生之間、學生之間的「隱形紐帶」。當尊重與同理成為獨特的校園文化時，校園霸凌便能從源頭予以預防。

屆時，校園將真正成為安全的港灣，讓學生「上學的每一天都是快樂的一天」。

每個年齡層都有其獨特的身心發展特徵：國小學童需要識別基本情緒，國中生需要青春期的衝突控制技能，而高中生則需要應對考試壓力與未來定向的能力。多樣化的試辦計畫有助於教育部門精準評估，並在全市推廣前調整內容，使其最貼近實際需求。

契合時代發展趨勢



圖.河內市烏築椰坊阮長祚初級中學六年級師生，正準備迎接 2026-2027 新學年

安常國小校長阮玉蘭指出，近年來首都教育不僅止於傳授知識，更致力於透過評估與追蹤情緒智商的發展，幫助各校更好地理解與支持學生。

學校得以識別不同學生群體的優勢、困難與支持需求；據此，教師有更多依據來調整教學組織、導師工作、體驗活動及校園心理諮商。

從專家角度來看，教育培訓心理研究所副所長兼馮興中學校長黎中堅表示，這項政策完全符合全球現代教育趨勢——在國際上，社會情感學習（SEL - Social and Emotional Learning）課程已成為與知識教育並行的核心支柱。

投資於 EQ，正是投資於未來世代的「軟實力」，幫助學生在智慧

(IQ) 與情感 (EQ) 上皆獲得協調發展。在河內 9 所學校試辦 EQ 能力架構是一項極具人文關懷的決策。

透過重視學生的精神健康與情緒能力，該政策不僅解開校園環境中的壓力瓶頸，更為培養自信、堅韌、懂愛且生活幸福的越南年輕一代奠定堅實基礎。

EQ 能力架構的頒布與試辦，確立首都教育哲學的根本轉變。教育不再停留在培養「高分明星」，而是轉向鍛鍊擁有健康心理、富同理心且具備適應生活能力的個體。

「這項政策最大的意義在於，將學生的心理健康與情緒發展轉化為正式的教育目標，進行量化與系統化實施，而非僅停留在自發性的課外活動。」—黎中堅校長提到

在管理層面上，為確保實施取得實質效果，河內市教育與培訓廳副廳長王香江要求各教育機構提高認識，將 EQ 視為減少校園霸凌、打造安全與幸福教育環境的核心解決方案。

EQ 評估必須以學生為中心，服務於學生的進步，絕對不得將 EQ 結果用於打分、學生分級，或作為教師與學校的競賽評比依據。EQ 的融入應在小組學習、班會課、體驗活動中自然進行，不另設獨立科目，亦不增加繁瑣的行政手續與簿冊。

「各單位應落實權限下放，確保數據安全並保護學生的個人隱私。推行 EQ 能力架構是首都教育界堅持育人目標的努力，為建立『幸福學校』模型打下堅實基礎—在這裡，學生始終能感受到被傾聽、被尊重與獲得安全感。」—王香江副廳長強調

撰稿人/譯稿人：范秋芳

資料來源：2026 年 8 月 28 日

<https://giaoducthoidai.vn/dua-tri-tue-cam-xuc-vao-truong-hoc-de-huong-toi-nen-giao-duc-hanh-phuc-post789819.html>