

社交情感學習引入學校課堂

駐洛杉磯辦事處教育組

社交情感學習 (social and emotional learning) 聽起來感覺像是一個抽象的概念，但其實是最直接了當的，就是教會學生管理好自己的情緒，善待他人及正面理智的回應。這些具體的概念將嘉惠學生一輩子，無論在學校、家庭或工作上，都能讓他們未來的人生更順利。

加州帕洛阿圖學區 (Palo Alto Unified) 率先採納這套學習計畫，於今秋正式進入課堂，並將逐漸擴及全加州各個學區。學生的心理健康一直是教育界關注的重點，學校承受社會大眾的壓力，為了成千上萬因身心健康問題長期輟學或被停學的學生，得設法提出一套更妥當的新教學系統來應對才行。

新出版的社交情感由內而外指導手冊 (Navigating Social and Emotional Learning from the Inside Out) 由華萊士基金會 (Wallace Foundation) 委託哈佛大學教育研究所的研究人員撰寫，主要是引導學區逐步規劃社交情感學習的進程序程和模式，培訓教師的教學技巧，為下一代社交情感能力的加強而努力。

該指導手冊作者之一 Stephanie Jones 表示，在小學的階段尤其重要，及早埋下他們內心仁慈的種子，教會他們基本的待人禮節，認識人和人之間互動的正面影響，例如在圖書館時保持安靜、專心聽他人說話、點頭示意，並引導學生學會面對紛爭或意見不同時的解決技巧。

帕洛阿圖學區一向是加州中小學學術表現的領頭羊，學生的學業成績表現頂尖，智商高但並不表示情商也高，反而在社交情感上的表現，令人擔憂，該學區的自殺率也是聳人聽聞的。根據 2015-16 年的加州健康學童調查，該學區有 4 分之 1 的高中生承認對自己內心情緒和感覺缺乏理解和認知，但這些在幼稚園時期自然就會學到的社交情感技巧，為何到了高中仍是空白？

Jones 表示，大人常告訴小孩要尊重別人、行事有彈性，或專心不要分神等，以為小孩已懂這些話的意思，忽略掉他們其實並不真懂，必須有實際的行為示範，譬如點頭、注意看著人，比起大拇指表示稱讚等，從簡單的行為開始教起，才能漸進到口語化的表達。

指導手冊有 25 種不同的計畫可供選擇，大部分都是為幼稚園到

5 年級學生設計的，以 Mutt-i-grees 計畫為例，一男童推搡另一男童的圖片，讓大家看，然後討論，無故推倒別人可能引起的反應和後果？旁觀者可以做些什麼？4Rs (Reading, Writing, Respect & Resolution) 的教學方式，讓孩童以文學表現來激發他們抵制霸凌、見義勇為、尊重差異的美德。其他的計畫，則是以一般課堂上的管理為主，例如在好品行遊戲 (Good Behavior Game) 中，學生組成不同的團隊比賽，不遵守規則的隊，譬如有人離開座位或大聲喧譁，會失掉分數，最後贏的一隊，可獲得獎品或獎勵。

帕洛阿圖學區的教委 Brenda Carrillo 表示，學生學會理解和管理自己情緒，並能正面的回應，擁有這類技巧和能力，將來無論在學術或社交上都會獲得巨大的回饋。

譯稿人:吳迪珣摘譯

資料來源:2017 年 5 月 14 日，edsource 教育資源網站

<https://edsource.org/2017/as-schools-adopt-social-emotional-programs-a-new-guide-offers-help/581639>

