

壹、前言

學校教育應教什麼？根據英國一項調查研究指出，高達 90% 的家長認為學校除了傳授學科知識之外，也應培養學童情緒自主管理的能力，協助他們建立自信、舒緩壓力、促進良好的人際關係互動，以正向積極態度面對生活中的各種挑戰。然而回歸到現實層面，教育政策之實施仍過於專注學業成就，而忽略了學生身心康健與全人發展。多項研究證實，培養學生的生命認知、情緒管理、心理健康，不僅對學業表現有正面的影響，也能增進良好的人際關係，訓練團隊合作精神及技能，可發掘學生的潛能、增進未來就業力（駐英國代表處教育組，2014）；甚且學生未來的成就與生活幸福感取決於情緒發展（駐歐盟兼駐比利時代表處教育組，2015）。2017 年底，英國政府發布兒童青少年心理健康綠皮書（Green Paper），聲明所有兒童將接受心理健康和幸福教育。幸福是什麼呢？正向心理學家 Martin Seligman 認為幸福就如同天氣和自由，無法以單一概念詮釋，故嘗試以可測量的元素來探究之，這些元素包括：正向情緒（positive emotion）、全心投入（engagement）、人際關係（positive relationship）、意義（meaning）與成就（achievement）（Seligman, 2004），顯見追求幸福快樂與成就，皆與情感教育息息相關，情感教育之重要性不言而喻，值得我們投入更多的關注。

英格蘭政府致力推動情感教育多年。英格蘭國會於 2017 年通過《兒童與社會工作法案》（Children and Social Work Bill），將情感教育與性教育（Relationship and Sex Education, RSE）列入中小學的必修課程，預定 2019 年 9 月開始實施（駐英國代表處教育組，2018a），其情感教育課程改革之經驗，適可供借鏡參考。

貳、情感教育課程之實施

英國教育改革法案（Education Reform Act 1988）所制定之國定課程（National Curriculum），明訂各級學校課程除了培養學科知識之外，也需提升學生心靈、道德、文化、心理及生理等各方面均衡發展（promotes the spiritual, moral, cultural, mental and physical development of pupils）。其中，「個人、社會、健康與經濟教育」（Personal, Social, Health and Economic Education, PSHE），在中小學教育中占有重要的一席之地，旨在透過一系列課程設計，協助學童建立健全的人生價值觀及適切的生活技能，以培養學生適應未來社會環境的必備能力。

PSHE 課程之核心主軸，包括：健康幸福（health and wellbeing）、關係（relationship）、生活在更廣大的世界（living in the wider world）等三大項，按各個學習階段（5~7 歲、7~11 歲、11~14 歲、14~16 歲），依主軸發展設計相關知識、態度、技能等方面的學習，諸如：身份認同（個人特質、成就等）、人際關係（與不同人在不同場合之互動關係）、健康生活型態（包含生、心理及社會層面，飲食、消費習慣等）、風險（安全行為）、多元性別及平等、權利、責任、改變與復原力、權力（如何適當及正確使用權力）、生涯規畫等。課程特色可歸納如下（駐英國代表處教育組，2015）：

一、採取融入式教學：非以設立單獨學科，而是透過融入 PSHE 課程教學，讓學生探索人生哲學、培養責任感及正確的價值觀，幫助他們累積正面的成長經驗，達到行為、品格、道德、心靈多方面的均衡發展。

二、重視及早學習：重視從幼小即培育學童挫折容忍力、正向心理、認知及技能，習得尋求諮商輔導救助的管道與方式。

三、重視倫理隱私：確保學童身心安全之原則，例如保密、匿名、不預做假設的態度、可以不回答問題的權利、尊重並傾聽他人、使用正確的語言、鼓勵發問及尋求協助諮詢、提供支持資源、符合真實生活情境之案例學習、落實學童回饋與評鑑等。

四、建立專業支援網絡：邀請學者專家提供專業知識技能、建立支援網絡、分享觀點與經驗，諸如容易影響青少年情緒健康的關鍵因素、飲食失調與障礙、自我傷害、自殺以及其他精神疾病的基本處理原則與相關資源。

參、情感教育課程之挑戰與改革

一、課程實踐之挑戰情感/性教育議題向來是英格蘭中小學課程改革中，各界關注焦點與爭議之所在。雖情感教育列入國定課程，顯示其重要性，惟以融入式教學的作法，在課程實踐上面臨若干問題與挑戰（駐英國代表處教育組，2013；2015；2017；2018a）：

（一）授課時數偏低不足

2017 年修法之前，僅公立中學有提供情感教育與性教育必修課，導致該課程出現教學內容無法銜接、不完整的問題。近年來研究調查顯示，16-24 歲青少年曾在學校接受相關課程的比例不到一半；只有三分之一的中學有安排情感教育與性教育課程。

（二）內容不符時（實）需

網路科技日新月異，智慧型手機的普及使青少年有更多快速便利的交友途徑，感情的建立與交流往往發生在鍵盤的彈指之間。社群媒體的盛行，不僅讓青少年有機會面對性傾向與性別認同的議題，也很容易遭遇性簡訊（sexting）的騷擾、色情影（圖）片的散布與網路霸凌（cyberbullying）。傳統教學內容過於陳舊已無法反映與解決青少年與兒童在現實社會中面臨的情感問題，同時學校教師亦沒有足夠的專家資源提供諮詢。

二、課程改革之重點方向

為解決上述問題與困境，英格蘭政府除了 2017 年修法將情感教育列入中小學必修課程之外，關於如何進行課程教學，教育部於 2017 年 12 月開始進行為期 8 周的公開諮詢，廣邀青少年、家長、教師、教育相關團體等利害相關人提供意見，以符實需（駐英國代表處教育組，2017）。

基於適性教學考量，小學階段著重在情感教育；中學課程則包含情感教育及性教育，避免鼓勵過早發生性行為，或是特別鼓勵任何一種性傾向（駐英國代表處教育組，2017）。課程內容除教導

學童瞭解身體自主權、安全性行為與風險的知識之外，強調「同意」（consent）在情感互動與性行為中的重要性、在現實與網路環境中保護身心情感之安全、建立與維持健康且穩定的情感關係、認識並尊重情感關係中存在的多元性傾向、性別認同與家庭型態，以及減少對 LGBT 學生的歧視等（駐英國代表處教育組，2017；2018b）。

參考文獻

Seligman, M. E. (2004). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon and Schuster.

駐英國代表處教育組（2013）。英國中小學學生家長呼籲學校加強性教育課程內容。國家教育研究院國際教育訊息電子報，31。取自

https://fepaper.naer.edu.tw/paper_view.php?edm_no=31&content_no=1752

駐英國代表處教育組（2014）。英國家長呼籲學校增設情緒健康相關課程。國家教育研究院國際教育訊息電子報，61。取自 https://fepaper.naer.edu.tw/paper_view.php?edm_no=61&content_no=3346

駐英國代表處教育組（2015）。英國教育部補助出版中小學精神健康教學指南。國家教育研究院國際教育訊息電子報，76。取自 https://fepaper.naer.edu.tw/paper_view.php?edm_no=76&content_no=4254

駐英國代表處教育組（2017）。英國性教育現況與改革呼籲。國家教育研究院國際教育訊息電子報，117。取自 https://fepaper.naer.edu.tw/paper_view.php?edm_no=117&content_no=6032

駐英國代表處教育組（2018a）。英格蘭政府正式將情感教育與性教育課程列為中小學的必修課。國家教育研究院國際教育訊息電子報，147。取自

https://fepaper.naer.edu.tw/paper_view.php?edm_no=147&content_no=7031

駐英國代表處教育組（2018b）。英格蘭政府對情感教育與性教育課程的改革方向與重點。國家教育研究院國際教育訊息電子報，148。取自

https://fepaper.naer.edu.tw/paper_view.php?edm_no=148&content_no=7053

駐歐盟兼駐比利時代表處教育組（2015）。OECD：師生關係影響學生在校幸福感？國家教育研究院國際教育訊息電子報，77。取自 http://fepaper.naer.edu.tw/index.php?edm_no=77&content_no=4320