

华盛顿州 SEL 实施概要：面向社区和青少年发展组织

安全和支持的环境有助于学习

研究表明，青少年课程和学校注重营造友好和包容的环境，支持学生的社会情感发展，有助于青少年收获长期成功和幸福生活。长期以来，青少年课程和社区一直支持青少年的社会情感健康，并且通过明确意图和加强合作，不断改善实践。

- **拥有优质课程的强大社区有助于学习。** 当一个社区拥有积极的学习氛围，并由成员共担高期望时，学生的出勤率和参与率就会提高。¹
- **对人的全面支持有助于学习。** 当学习的智力和社会情感方面被纳入高质量的课程时，学生会变得更加投入、更具毅力并收获更大成功。²
- **青少年的归属感有助于学习。** 产生归属感的青少年更有可能承担积极的风险并坚持不懈。³

什么是社会情感学习？

宽泛而言，社会情感学习 (SEL) 是帮助个体获得管理情绪、设定目标、建立关系和做出负责任的决策所需的认识和技能的过程，这些认识和技能有助于人们在学习和生活中取得成功。（参阅华盛顿州的 SEL 实施指南）

SEL **不**是一种“评定”或确认缺陷的方式，也不仅仅是课程或附加课程。相反，SEL 是一种有意培养学生优势的方法。

SEL 以多种方式支持**教育公平**⁴：强调儿童的全面发展、提高对学习的社会性的认识、推崇所有儿童都能学习的理念、培养年轻人适应社会的所需技能、改善学生与教育工作者之间的关系，最后一项是保护**所有**学生的关键因素。⁵

华盛顿州 SEL 框架和指导原则

1. SEL 的实施始于能力建设。
2. SEL 要求家庭、教育工作者、社区伙伴和年轻一代携手设计和实施 SEL。
3. 华盛顿州 SEL 的制定须遵循以下四项指导原则：

公平：

让每位儿童得到充分发展自身潜能所需的一切。

文化响应：

视文化为学习资源，而非障碍。

通用设计：

考量并顾及不同个体的学习差异。

创伤知情：

将有关创伤影响的知识纳入政策和实践。

华盛顿州 SEL 标准⁶

自我意识：个人有能力识别自我情绪、自我优势、成长领域，以及潜在的外部资源和支持。

社会意识：个人有能力理解不同文化、背景的人的视角，并与其产生共鸣。

自我管理：个人有能力调节情绪、思想和行为。

社会管理：个人有能力对个人行为和社会互动做出安全且有建设性的选择。

自我效能：个人有能力激励自我、坚持不懈并认可自己的能力。

社会参与：个人有能力为他人着想，并表现出愿意为学校和社区的幸福做出贡献。

¹ Devaney, E. (2015), *课堂之外：借助优质课外课程，支持社会和情感发展* (Beyond the bell: Supporting social and emotional development through quality afterschool programs). 引自 <https://www.air.org/sites/default/files/downloads/report/Social-and-Emotional-Development-Afterschool-Programs.pdf>

² Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D. 和 Schellinger, K. B. (2011). 增强学生的社会和情感学习的影响：基于学校的普遍干预的荟萃分析 (The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions). *儿童发展* (Child Development), 第 82(1) 期, 405–432 页。DOI:10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x

³ 阿斯彭研究所 (Aspen Institute). (2019). *风险之国转向希望之国：对社会、情感和学术发展委员会的建议* (From a nation at risk to a nation at hope: Recommendations from the Commission of Social, Emotional, and Academic Development). 引自 <http://nationathope.org/wp-content/uploads/hlh1366x768.pdf>

⁴ 教育公平意味着每位儿童都能得到充分发展其自身学术和社会潜能所需的一切。引自“国家公平项目” (National Equity Project) 网站：<http://nationalequityproject.org/about/equity>

⁵ Jones, S. M 和 Kahn, J. (2017). *学习方式的证据基础：支持学生的社会、情感和学术发展。杰出科学家委员会的证据共识声明* (The evidence base for how we learn: Supporting students' social, emotional, and academic development. Consensus statements of evidence from the Council of Distinguished Scientists), 华盛顿：阿斯彭研究所。

⁶ 社会和情感学习基准工作组 (Social and Emotional Learning Benchmarks Workgroup). (2016). *华盛顿州 K-12 公立学校社会情感学习问题的解决之道* (Addressing social emotional learning in Washington's K-12 public schools). 引自 <http://www.k12.wa.us/Workgroups/SELB-Meetings/SELBWorkgroup2016Report.pdf>

华盛顿州 SEL 实施概要：面向社区和青少年发展组织

“教育和儿童服务系统的未来应建立在我们目前对大脑发育和情境力量的了解之上，包括为成年人提供支持，以构筑此等发展。”

对改善社区和青少年课程的 SEL 的入门指导

1. **注重人际关系。** 营造积极的氛围，与学生建立健康的人际关系，肯定他们的文化和身份，创造适宜 SEL 发展的环境。回顾州教育厅厅长办公室 (Office of Superintendent of Public Instruction, OSPI) 教育工作者 SEL 在线模块的第 4 节：[将 SEL 整合入文化响应式课堂。](#)
2. **注重对当前 SEL 工作的了解。** 通过阅读我们的 [SEL 标准、指标和指导原则](#)，了解华盛顿州当前的 SEL 工作，并探讨如何在您的课程中达到这些标准。
3. **注重成年人的 SEL。** 首先培养工作人员的 SEL 能力，并建立对公平和偏见的理解，然后反思自己的经历和文化背景如何影响您与青少年的互动。
4. **注重伙伴关系。** 与学校和其他社区伙伴携手合作，让全面教育贯穿青少年的一整天，才能为 SEL 提供最好支持。
5. **注重质量。** 研究表明，高质量的青少年课程可取得积极的 SEL 成效。回顾[华盛顿州课外课程和青少年发展课程的质量标准](#)，并借助[SEL 课程质量评估表](#)，改进工作人员为推动 SEL 所做的工作。
6. **注重意图。** 有序、积极、集中、明确的 SEL 方可取得最佳成效。使用规划工具，如[CASEL 的 SEL 实施标准](#)。

鉴于一切学习活动都具有社会和情感的固有特点，就课程而言，提高推动 SEL 的意图性非常重要。研究表明，当 SEL 课程包含四个要素时，可最有效地产生一致结果，这些要素可概括为 SAFE：⁸

- Sequenced（有序），循序渐进，培养技能
- Active（积极），通过积极的学习方式帮助学生练习新技巧
- Focused（集中），集中时间和注意力，专注技能培养
- Explicit（明确），明确培养社会情感技能的教学方式

助力伙伴关系建立，携手实施 SEL 的资源

[学校-社区伙伴关系 \(School-Community Partnerships\)](#)

本刊物系探索支持社会情感和学术发展的可行实践系列报告的第三份。

[借助优质课外课程，支持社会和情感发展](#)

本概要探讨了有关课外课程如何改善青少年的社会情感发展的研究。

[助力青少年茁壮成长 \(Preparing Youth to Thrive\)](#)

这份实践指南提供将 SEL 纳入青少年课程的指导和其他资源。

[SEL 工具包](#)

明尼苏达大学 (University of Minnesota) 的工具包为青少年和工作人员提供用于促进 SEL 的活动、模板和工具。

[建立伙伴关系，随时随地学习](#)

本概要由美国国家委员会的青少年发展工作组 (National Commission's Youth Development Work Group) 编写，重点介绍青少年发展组织在青少年成长和发展中的关键作用。

[CASEL 在校和校外时间实施指南](#)

本系列资源旨在帮助学校和青少年课程中的 SEL 实施。可查找针对校外时间实施情况的资源。

[SEL 课程质量评估](#) 本工具用于评估和改进基于研究的工作人员实践，从而提高课程设计和 SEL 实施的质量。

[SEL 实践：供课外工作人员反思的工具](#)

本工具可帮助课外工作人员反思自己的 SEL 能力和实践。

⁷ Osher, D., Cantor, P., Berg, J., Steyer, L., 和 Rose, T., (2018), 人类发展的驱动力：人际关系和情境如何影响学习和发展 (Drivers of human development: How relationships and context shape learning and development), *应用发展科学 (Applied Developmental Science)*, 提前在线出版。

⁸ Durlak, J. A., 和 Weissberg, R. P. (2007), 旨在促进儿童和青少年个人和社会技能的课外课程的影响 (The impact of after-school programs that seek to promote personal and social skills in children and adolescents), *American Journal of Community Psychology*, 第45(3-4)期, 294-309页。DOI: 10.1007/s10464-010-9300-6