

教育部社會情緒學習中長程計畫
第一期五年計畫（114-118年）

幸福教育、健康臺灣
幸福學校、師生共好

中華民國 114 年 1 月

目次

目次	i
圖次	ii
壹、計畫緣起	1
貳、實施期程	1
參、問題評析	1
肆、社會情緒學習的意涵	4
伍、國際趨勢與國內現況	6
陸、社會情緒學習政策推動的關鍵因素	8
柒、理念與目標	12
捌、推動面向	13
玖、推動策略與具體行動方案	15
壹拾、預期成效	28
參考文獻	30
附件	33

圖次

圖 1 社會情緒學習的各系統關係圖	10
圖 2 社會情緒學習中長程計畫推動架構	14

與青少年的心理韌性、心理健康與幸福感，這些能力更是學生未來的生活與工作的重要資產，亦有助社會和諧與國家發展。

二、學生的學業表現佳，但在情意表現上缺乏政策與教學上的支持

依據國際教育評比的結果，例如「國際學生能力評量計畫」(Programme for International Student Assessment, PISA)，我國學生的學習成就表現優異，但在學習動機、自信心以及生活意義感等情意面向表現卻相對低落(OECD, 2016)。這凸顯非認知因素(non-cognitive factors)對學齡學生與成年人在學習、工作與生活上的重要性與價值。傳統學校教育考試引導教學下，教學與學習多關注學科知識與考試成績，社會情緒知能的培養則長期被學校教育所忽略。

(一) 社會文化因素對學生學習的影響

我國在考試導向和勤奮的社會文化下，形塑了重視努力與堅持的社會氛圍，教學重心偏向學科知識與考試成績，忽略社會情緒知能的發展與培養。許多兒童與青少年在學習上主要基於義務動機，以滿足家庭或他人的標準與期待，較缺乏創新思考、實踐經驗及學以致用的機會。此外，尊師重道的文化下，學生對教師或父母多採服從態度，較少表達個人意見，此外，在社會關懷與社會行動上的表現亦較弱(Chong & Lee, 2015; Kam et al., 2011; Tao & Hong, 2014)。在社會文化的環境下，關照師生的社會情緒學習素養對個人身心健康、社會和諧與國家發展皆有其助益。

(二) 支持高關懷與弱勢學生，以促進教育公平

弱勢與高關懷學生需要更充分的社會情緒支持環境，除了提供學校與學生在課業或經濟上的支持外，社會情緒知能相關資源同樣不可或缺。對於弱勢與高關懷學生來說，社會情緒知能的培育不僅涵蓋個人的自我控制、情緒管理、溝通互動、同理心等，更是一種自我理解與認同、社會認同，是促進教育公平的展現。

三、師生關係與學生心理健康的挑戰持續發生，應強化政策推動

校園中仍持續發生有關師生關係與學生心理健康的問題與挑戰，例如校園霸凌、師生關係衝突、校園暴力等。這些問題對學校文化氛圍、經營管理、教師身心健康、學生的學習動機與學習投入等造成一定程度的衝擊與影響。應

強化政策推動落實健康臺灣的政策目標。在現行政策基礎上完善全校性初級預防措施，營造幸福的校園文化、友善的班級氛圍，以及正向的師生關係。

四、現行課程雖具社會情緒學習核心概念，仍缺乏擴散性與具體實踐

社會情緒學習與十二年國民教育的理念皆以促進全人教育、終身學習為理念，強調學生的認知、情意及社會參與。以下說明核心素養、中小學課程與社會情緒學習的關係。

(一) 核心素養與社會情緒學習

十二年國教課程綱要是以核心素養為課程發展的主軸，核心素養三個面向為「自主行動」、「溝通互動」、「社會參與」（教育部，2014）與社會情緒學習的五個面向（自我覺察、自我管理、人際關係、社會覺察、負責任的決定）的內涵相近。例如社會情緒學習中的「自我覺察」與「自我管理」與核心素養中的「自主行動」的內涵概念相近；社會情緒學習中「人際關係」與核心素養的「溝通互動」的內涵概念相近；「社會覺察」與「負責任的決定」與核心素養中的「社會參與」的內涵概念相近。

(二) 中小學課程與社會情緒學習的關係

現行中小課程皆含納社會情緒學習的理論與概念，例如國中小「生活課程」、「綜合活動領域」、「健康與體育領域」；高中階段綜合活動領域的「生命教育」、「生涯規劃」、「家政」，以及議題教育中「品德教育」、「生命教育」、「生涯規劃」等課程內容。其中社會情緒學習的理論概念與我國「綜合活動領域」及「健康與體育領域」的課程內容相近。以下針對「綜合活動領域」與「健康與體育領域」課程綱要內容進行說明，詳細內容請參閱附件。

1. 綜合活動領域

綜合活動領域課程綱要共有三個主題軸，包含「自我與生涯發展」、「生活經營與創新」、「社會與環境關懷」。第一個主題軸「自我與生涯發展」共有「自我探索與成長」、「自主學習與管理」、「生涯規劃與發展」、「尊重與珍惜生命」等四個次項目。此四個項目與社會情緒學習理論中的五個面向，即自我覺察、自我管理、社會覺察、人際關係、負責任的決定的概念相近。

第二個主題軸「生活經營與創新」包含四個次項目為「人際互動與經營」、「團體合作與領導」、「資源運用與開發」、「生活美感與創新」。其中「人際互動與經營」之內涵為「了解人我關係，覺察自己、家人與團體的溝通問題，

善用多元溝通技巧，營造良好的人際關係」，以上即為社會情緒學習中的自我覺察、人際關係技巧等面向。

第三者主題軸「社會與環境關懷」包含四個次項目為「危機辨識與處理」、「社會關懷與服務」、「文化理解與尊重」、「環境保護與永續」。其中「社會關懷與服務」、「文化理解與尊重」即屬於社會情緒學習中的社會覺察與負責任的決定。

2.健康與體育領域

健康與體育領域課程綱要的主題之一為「身心健康與疾病預防」，其中身心健康之課程內容為引導中小學的學生從個人內在的認同與悅納、情緒調適與壓力處理、人際溝通與適應，以增進身心靈的安適與和諧。以上內涵包括自我概念、自我實現、家庭關係、人際關係、情緒處理、有效溝通、壓力調適、正向心理及心理疾病等概念，與社會情緒學習的理論概念相近。

基於以上說明，現行課程雖具社會情緒學習的核心概念，但在實際教學現場學生往往缺乏系統連貫的學習、體驗與實踐的情境與機會，例如國中綜合活動領域分為童軍、輔導、家政三個科目，其中輔導活動為每週一節課，教導情緒教育課程時間並不充分，且在課程與教學活動上多是知識內容的習得，較少有體驗或與生活經驗連結，因而需要正向友善的學校文化與班級氛圍為基礎，以引導學生將所習得的知識與技能應用在學校生活與學習活動中。

肆、社會情緒學習的意涵

社會情緒學習的理論與方案建構在認知、情緒與社會三個面向的交互作用，目標在支持學生的生活適應、就業準備與健康福祉。在國民教育階段，培育兒童與青少年的社會情緒學習知能，有助學生應對未來生活與就業的挑戰，亦可提升其生活意義感與幸福感。

一、學業社交與情感學習協作組織的概念架構

社會情緒學習的理論主要以美國非營利組織「學業社交與情感學習協作組織」（Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, CASEL）所提出的系統性架構（CASEL's framework for systematic social and emotional learning）為多數國家所採用，因其架構完整、實證研究基礎較多，提供學校推動指引與教師教學工具，廣受國際教育界採用（CASEL, 2019）。

「學業社交與情感學習協作組織」所提出社會情緒學習的架構，包括自我覺察、自我管理、社會覺察、人際關係技巧、負責任的決定，以上這五個能力彼此是相輔相成、相互關聯的，可以依據發展階段、需求特色及社會文化環境進行調整與實踐，進而促進個人的學習成效、身心健康、人際溝通互動以及社會參與。以下說明五個核心要素的概念。

(一) **自我覺察** (self-awareness) 指理解並覺察自己的情緒、想法與價值觀，以及理解個人特點與優劣勢，包括自我認同、成長心態、興趣與目標發展等。學校應促進學生認識自己的特質與專長，覺察並理解自己與他人的文化背景、家庭背景等，支持其建立自我理解與認同，避免偏見與歧視。

(二) **自我管理** (self-management) 是指有效管理情緒、想法與行為，並實踐生活或學習目標，包含壓力管理、規劃與執行目標等。習得良好的自我管理能力的可以有助適應未來學習與工作上的挑戰。學校應對不同族群、社會經濟地位的學生，提供充分的支持與引導；促進學生的自我管理並非僅是滿足學校管理與規訓的目的，而是能傾聽學生的聲音，支持學生展現其主體性以及群體的能動性。

(三) **社會覺察** (social awareness) 指能夠理解他人的想法與同理他人的感受，進而展現同理與關懷，並且理解社會文化、價值觀與規範等對個人與群體的影響。學校環境應支持師生了解不同文化背景或特殊需求的個人或群體，進而促進彼此的理解接納以及包容關懷。

(四) **人際關係技巧** (relationship skills) 是指個人能夠與他人建立健康與良好的關係，包含清楚的溝通、積極聆聽、共同解決問題、解決衝突，以及能夠領導他人，並且在需要時能夠尋求協助或提供他人協助。學校環境應提供學生權利與機會去學習建立正向關係、解決衝突及修復關係等，學校管理與班級經營上從逐漸從管理規訓的模式逐漸轉變為師生共同調節的機制，進而形塑師生共好的學習環境。

(五) **負責任的決定** (responsible decision-making) 指個人在行為與人際互動中，能夠考量倫理道德、規範，以及理解不同群體的需求與感受，經過評估行為的利弊與後果，展現具有同理心與建設性的決定與行動。在班級經營與學校活動中培養學生實踐與展現個人興趣專長、對他人的同理關懷以及有益社會的行動。

二、經濟合作暨發展組織（OECD）的概念架構

除了「學業社交與情感學習協作組織」所提出社會情緒學習的架構之外，OECD 社會情緒技能的概念包括：任務表現（堅持、責任、自我控制、成就動機）、情緒調節（抗壓性、情緒控制和樂觀）、與他人合作（自信、社交性和活力）、開放心態（好奇心、創造力和包容性）、與他人互動（同理心和信任）。OECD 於 2023 年亦針對 10 至 15 歲學生進行跨國性調查，結果顯示社會情緒技能對於學業表現、身心健康與生涯發展的關係密切。例如具備較高任務表現技能（特別是成就動機與堅持）與好奇心的學生，在閱讀、數學和藝術方面的成績表現較佳，且遲到或缺課率較低。

情緒調節技能較差（特別是樂觀）以及活力、信任感較低的學生，在生活滿意度與心理健康也比較差。再者，具有較高開放性心態與任務表現技能較高的學生，對未來升學或職業規劃更有準備與抱負（OECD, 2024）。由此可知，社會情緒學習的素養不僅有助於提升學習成效，亦能促進心理健康與生涯發展。

伍、國際趨勢與國內現況

一、教育願景與人才培育的趨勢

社會情緒學習的意涵可與國際趨勢進行比較與對接，做為教育改革與課程發展的知識基礎，以下說明經濟合作暨發展組織（OECD）與聯合國教科文組織（UNESCO）所提出的願景與趨勢。

（一）經濟合作暨發展組織（OECD）

OECD 教育願景強調學生的自主性、福祉以及綜合能力（知識、技能、態度和價值觀），並以學習羅盤（learning compass）為比喻，強調學習者在整個生態系統的引導與支持下，需要學會在複雜與多變的情境中自我調整與自我導航，學習不僅是接受教師的引導，學習者需以有意義且負責任的方式確立目標付諸行動，同時能他人合作、解決衝突，並促進社會環境的改善（OECD, 2019）。面臨未來多變社會環境，學習者需要培養能在此環境中應對挑戰的轉化性素養（transformative competencies）。

在教師部分提出教師羅盤 (teaching compass) 的概念，聚焦教師在知識、技能以及態度與情意層面的發展，並透過友善校園環境下支持教師的主體性與幸福感 (OECD, 2019)。社會情緒學習的理論、概念與 OECD 的教育願景相輔相成，有助實踐教育願景與人才培育的目標。

(二) 聯合國教科文組織 (UNESCO)

聯合國教科文組織 (UNESCO) 2020 年的報告「Rethinking Learning: A Review of Social and Emotional Learning for Education Systems」中指出社會情緒學習的政策推動符合聯合國永續發展目標 (Sustainable Development Goals, SDGs) 中的目標四優質教育的細項目標七。社會情緒學習方案與課程不僅能提高學業表現，亦可促進正向氛圍、同理心關懷、社會和諧及可持續的社會發展 (Chatterjee & Duraiappah, 2020)。

二、國際間各國推動現況

社會情緒學習的課程方案推動主要在歐美國家以及部分東亞國家如新加坡、香港與韓國等，理解各國教育政策以及與我國文化相近國家的實施情形，可提供政策規劃與推動上的參考。社會情緒學習的議題已經在許多國家推動，例如、新加坡、美國、澳洲等。以下分為歐美各國與亞洲各國兩部分加以說明。

首先在歐美各國現況上，美國約有 16 個州已經將社會情緒學習的實踐指標納入該州課程綱要中；英國與澳洲亦將其納入課程綱要或政策方案中。

其次，亞洲各國現況上，新加坡已將社會情緒學習的五個面向已經成為該國總綱的架構，並歸納許多實踐經驗與評量工具等 (Chong & Lee, 2015)；中國的社會情緒學習的方案，除了情緒與人際互動，多聚焦在國家認同 (Yu & Jiang, 2017)；香港已經將學生社會情緒的調查納入學校辦學績效的項目中 (Wu & Mok, 2017)；韓國則是將社會情緒學習的推動納入立法 (Lee & Bong, 2017)。

研究顯示，亞洲各國推動社會情緒學習有其價值。Chen 和 Yu (2022) 針對以中國學生為對象的 35 個研究進行後設分析，發現 SEL 方案對學業表現有正向的影響，證實 SEL 在亞洲情境下有其成效；然而，Hall (2019) 指出亞洲教師多傾向將情緒視為負面，且在亞洲文化中，情緒在學習的角色並不受到充分理解。Martin 和 Alacaci (2015) 針對土耳其青少年的社會情緒的學習需求進行回顧，強調推動 SEL 應考慮文化價值的重要性；Tze 等人 (2022) 則

發現中國與新加坡的學生在社會與情緒技能低於加拿大與美國的學生。這些研究顯示亞洲國家推動社會情緒學習的迫切需要。

三、國內各縣市與非營利組織的推動現況

近年來各縣市政府透過專案計畫加以推動相關政策，例如臺北市 109 學年度開始辦理的社會情緒學習推廣計畫，以及新北市 109 學年度開始推動正念教育等。在高等教育單位上，國立臺灣師範大學成立「社會情緒教育發展研究中心」積極推動各項研發與推廣活動；國立台北教育大學成立「正向發展與社會情緒中心」亦積極與各縣市政府協作推動。

非營利組織長期致力於情緒教育和心理健康的方案，例如臺灣芯福里情緒教育推廣協會所推動的情緒教育課程，並推廣到全國各校；利仁教育基金會所推廣的「社會、情緒與倫理學習課程」持續進行種子教師培訓並邀集學校進行試辦實踐；中國信託慈善基金會所推動的「正向人際及生活能力訓練課程」亦透過各縣市中小學進行推動；誠致教育基金會的 KIST(KIPP Inspired School in Taiwan) 學校則是以品格教育與社會情緒學習為其教學特色。

由此可知，從各縣市政府、高等教育機構與非營利組織的積極推動可知教育現場的需求迫切，產官學各界的投入下亦需要整合各單位的資源以便匯聚與整合各方面能量做更系統性的推動。

陸、社會情緒學習政策推動的關鍵因素

社會情緒學習政策推動的四個重要面向說明如下。首先需要歸納本土性的經驗，並發展相關的工具與指引，其次厚植成人與學生的社會與情意技能的發展，並透過全校性的取向加以推動，並連結並促進各單位的協作。如圖 1 所示。

一、應考量在地文化並歸納本土實踐經驗

社會情緒學習的理論與內容上，應具備文化適應性與在地化 (Jones et al., 2019; Schonert-Reichl, 2019)。因此除美國 CASEL 所提出的五個核心能力與理論架構外，亦應納入相關模式與概念例如 OECD 的社會情緒技能調查、情緒智能概念，以及相關非認知的能力如問題解決等，同時需要考量本土性的特色或價值觀，提出綜整性的概念。考量納入我國生命教育課程、生涯規劃課程

以及品德教育的議題內涵，例如在品德教育的內涵可以提供 SEL 推動的核心價值的參考，若僅是培養社會情緒的技能，但缺乏價值觀的培養，在政策推動的成效上將有所侷限（駐休士頓辦事處教育組，2022）。因此，社會情緒學習的內涵應納入我國的課程內涵與實務經驗，發展本土性的概念與意涵。

其次，應考量社會文化情境並進行在地化調適，例如許多東亞國家文化強調中庸、謙虛或忍讓，對情緒的理解與表達不熟悉且陌生，學校情境下教師與學生較傾向壓抑情緒，因此，政策上規劃與推動上，應考量在地的社會文化與在地需求進行適切調整（Jones et al., 2019; Osher et al., 2016）。

二、應以人為本並關注成人社會與情緒知能的展現

社會情緒學習政策方案的推動對象不應僅限於學生，成人的社會情緒學習的知能與行為扮演關鍵的角色模範。因此，應促進學校領導人、教職員對社會情緒學習理念的認同與理解，接著透過研習課程提升教職員的知能，並透過社群進行擴散與實踐。

轉化型社會情緒學習（transformative social and emotional learning, T-SEL）或被稱為社會情緒學習 2.0 版，擴展了社會情緒學習的概念範疇，不僅是聚焦在情緒教育，更關注社會行動以及社會議題，鼓勵學習者為自身的文化與社會議題發聲，透過行動推動正向改變。社會情緒學習的培養並非僅是為了滿足國家工業化或經濟需要的工具，亦非單純幫助個人適應現狀或全然接受所處環境。轉化型社會情緒學習重視批判性的思考，幫助學習者理解社會文化、規範、制度或階級對於個人與群體的影響，並採取行動，維護自身權益，促進社會正義與共同福祉（collective wellbeing）（Jagers et al., 2019）。

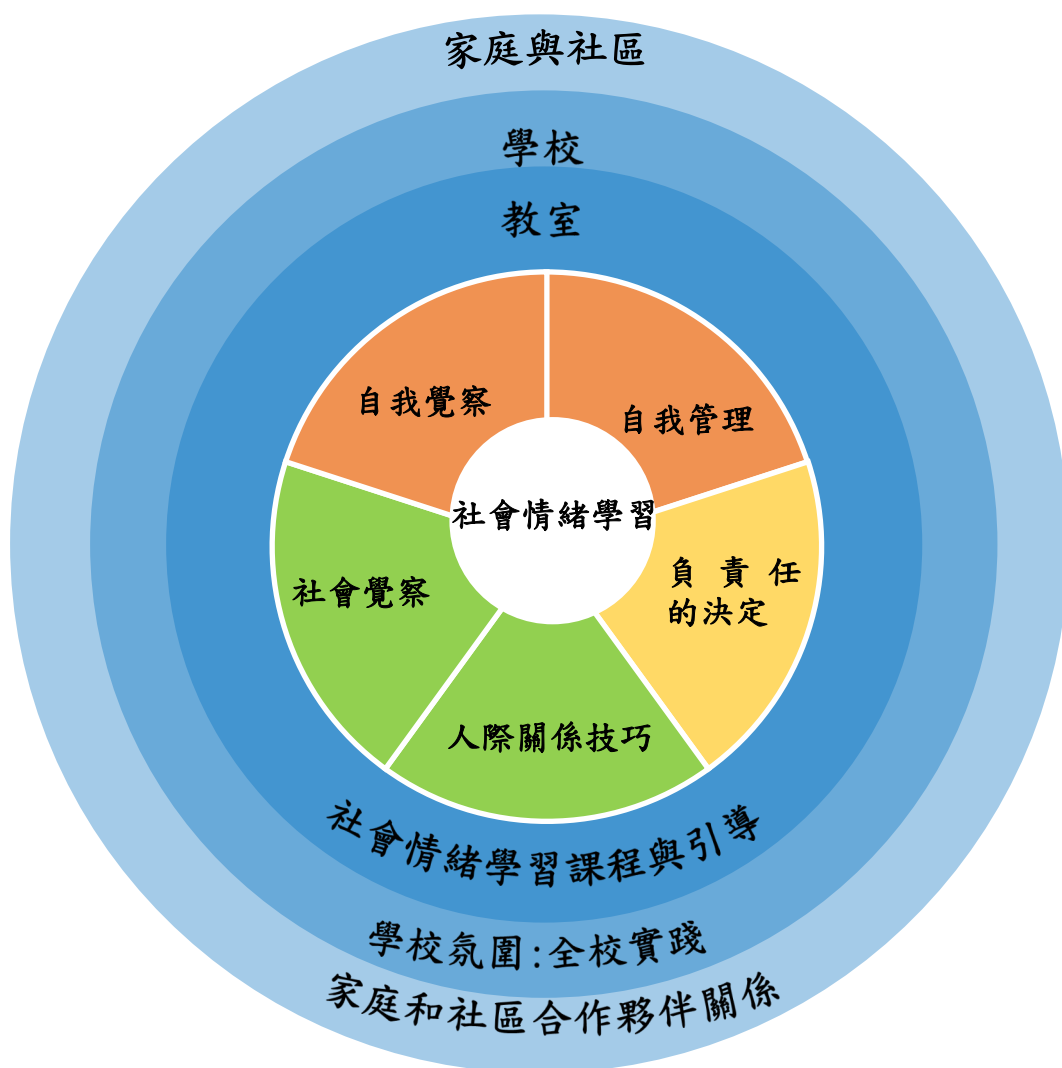
三、應從全校性的文化氛圍轉化開始

營造友善、正向、積極的學校氛圍與教室環境，是推動社會情緒學習的重要環節；除了透過綜合活動領域、健康與體育領域等正式課程，幫助學生習得或練習相關的知識與技能外，亦須結合非正式課程與潛在課程進行深化與擴展。例如各學科的素養導向教學、班級經營策略及團體活動時間，將社會情緒學習的理念與方法融入學校日常，成為校園文化與學生生活經驗的一部分，形成淺移默化的學習環境。

四、應促進學校、家庭與社區等各單位的連結與協作

推動社會情緒學習的相關政策需建立跨單位的協作平台，整合政府單位、學校、家庭、社區以及非營利組織的資源，共同支持學生在這些關鍵素養的學習與發展。首先，應強化學校家庭的連結，透過家庭教育、學校親師的活動與課程，提升家長的認知與實踐。其次，深化社區的參與，推動政策方案應與社區建立夥伴關係，促進社區成員的交流與參與。再者，整合各單位的資源，促進中央與地方政府、學術單位、非營利單位等的溝通協作，匯聚各單位的能量以發揮效益。

圖 1 社會情緒學習的各系統關係圖



註：引用自”*What Is the CASEL Framework?*” by Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), n.d.
(<https://casel.org/fundamentals-of-sel/what-is-the-casel-framework/>)

柒、理念與目標

一、「幸福教育、健康臺灣 幸福學校、師生共好」為理念

本計畫以「幸福教育、健康臺灣 幸福學校、師生共好」為理念，旨在營造幸福感的校園環境與正向師生關係。在正向友善的學習環境中，學生能夠在校園中展現主體性與幸福感，培養如成長心態、人際溝通與社會參與的關鍵能力。同時，重視教職員的幸福感與專業支持，提升其對社會情緒學習的認同與實踐能力。本計畫強調教育生態系統的連結，透過家庭、社區與國際間的協作，進而促進國家發展與社會和諧。

二、目標

基於前述現況分析與理念之論述，本期計畫三大目標如下。

（一）研發與開展在地經驗

社會情緒學習的理論與方案多引自國外，國內相關的課程已經涵蓋其主要概念，但仍需進一步歸納國內外理論與課程實踐經驗，發展本土化的社會情緒學習內涵。進而發展實踐指引、課程示例、問卷工具、教具、學生觀察指標等，並進行追蹤評估。歸納與發展本土經驗並進一步與國際接軌，使本計畫兼具在地化與國際視野。

（二）彰顯以人為本的主體性

營造正向友善的學校環境，涵育學生主體性的展現與幸福感，包含社會情緒技能、培養成長心態、人際溝通與社會參與等能力，同時應關注高關懷學生與特殊教育學生的社交與情意的展現。其次為促進學校教職員主體性的展現，支持教職員對社會情緒學習的理解認同以及展現，成為學生的正向模範。

（三）連結各系統

促進交流與協作，透過連結中央與地方政府、學校、家庭、社區以及非營利組織等單位。強化學校與家庭的連結、深化社區的參與，並需參照國際間的實踐經驗，並促進跨國交流互動，進而共享實踐經驗，有助社會情緒學習政策的推動。

捌、推動面向

本中長程計畫的五個推動面向，包含研發與開展在地經驗、人才培力、學校文化與環境、跨系統連結、推廣傳播與國際連結，分別說明如下，整體推動架構如圖 2。

一、研發與開展在地經驗

十二年國教課程已經涵蓋社會情緒學習的內涵，包含綜合活動領域、健康與體育領域、生命教育、生涯規劃、品德教育議題等。本計畫將歸納國際間的社會情緒學習的理論方案，進而發展本土性的內涵；其次，依據本土性內涵發展指引與課程，例如素養導向教學指引、班級經營的實踐指引、教師增能課程等。再者，發展評估與回饋機制與系統，以檢視發展之指引、方案與課程之成效，並定期調查與追蹤各階段學生與教職員之社交與情意的特質與狀態等。

二、人才培力

涵養各級學校教職員的社會與情意知能，包含職前教師、教職員以及學校領導人等，辦理支持性團體、教學分享等活動並鼓勵專業發展社群的成立，目標在提升學校教職員對社會情緒學習的理解認同，並涵養學校教職員的身心健康與幸福感，進而建構友善幸福的學校文化、健康的工作環境以及具成長性思維的學習氛圍。

三、學校文化與環境

全校性且整體性的規劃與推動，應結合學校願景以及各領域課程與各項學校活動中進行整全式的規劃，以促進正向的學校氛圍與班級氛圍。其次，支持學生多元智能的展現以及社會與情意技能的發展，透過團體活動、社團活動、班會、戶外教育等加以實踐。

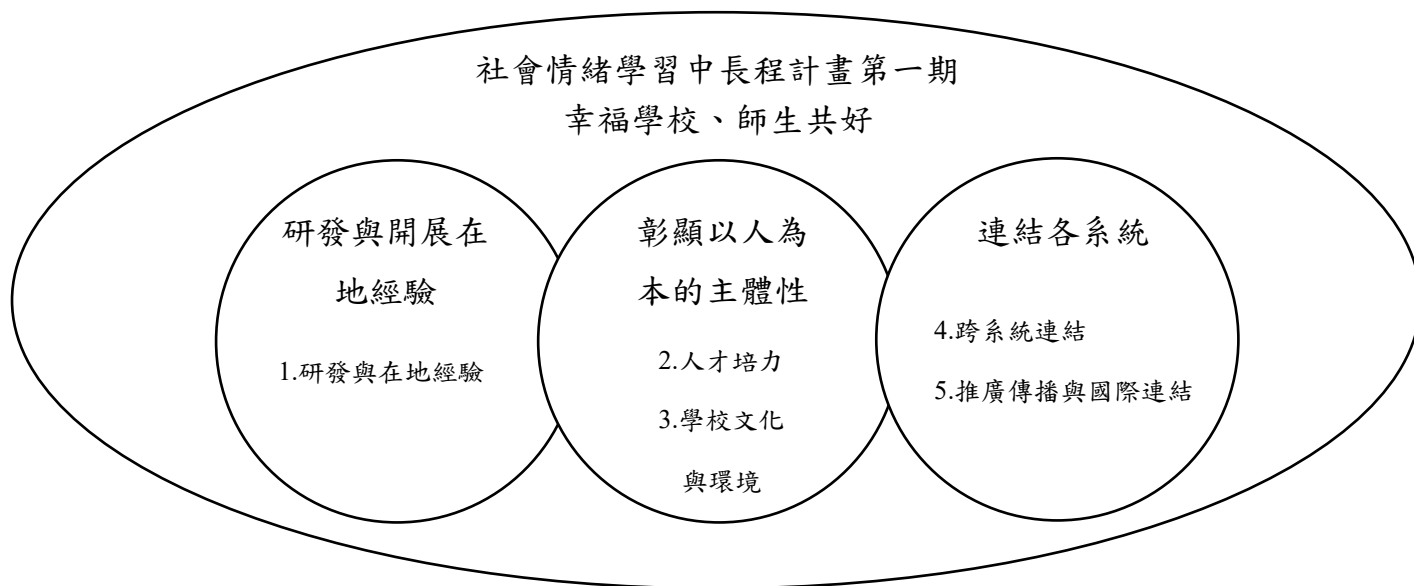
四、跨系統連結

連結各系統資源，包含中央與縣市政府、高等教育單位、社區教育、家庭教育、非營利組織等資源。促進各單位的溝通與協作，形成資源共享以匯集政策推動的能量。

五、推廣傳播與國際連結

建立教學實踐與學校推動的資源平臺，並運用相關媒體與傳播工具進行推廣與傳播。國際連結包含參與國際組織、辦理國際研討會／論壇、進行國際交流參訪活動等。

圖 2 社會情緒學習中長程計畫推動架構



玖、推動策略與具體行動方案

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
1.研發與 開展在 地經驗	1-1 精煉社會情 緒學習的本 土性概念， 進而發展指 引與課程示 例	1-1-1 歸納國際間的理論方案 與現行課程綱要之內 涵，以發展本土概念。	1-1-1-a 設立「社會情緒學習研 究室」，籌組研發及諮詢 輔導團隊。	國教院	✓				
			1-1-1-b 透過「社會情緒學習研 究室」進行本土概念的 發展。	國教院	✓	✓	✓	✓	✓
		1-1-2 發展指引、工具與課程， 包含全校性推動指引、 學校領導指引、素養導 向教學指引、班級經營 的實踐指引、教師增能 課程。	1-1-2-a 透過「社會情緒學習研 究室」進行指引、工具與 課程之研發。	國教院	✓	✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
	1-2 建立評估與 追蹤系統	1-2-1 評估與回饋各項方案與 課程之成效；定期調查 與追蹤教職員生之社交 與情意之特質與狀態。	1-2-1-a 透過「社會情緒學習研 究室」發展評估工具並 進行長期性的追蹤與調 查。	國教院	✓	✓	✓	✓	✓
	1-3 系統化規劃 研發中小學 及幼兒園之 各類課程	1-3-1 連結部定課程以發揮綜 效，納入各領域中央輔 導團與學群科中心、高 中職優質化計畫之推動 重點，透過課程輔導體 系加以擴散至各縣市輔 導團與各校教師。	1-3-1-a 納入各領域中央輔導 團、學群科中心與高中 職優質化之推動重點。	國教署	✓	✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
		1-3-2 教保服務人員依據教育部訂定之幼兒園教保活動課程大綱，結合幼生生活經驗，規劃適齡適性之教保活動課程，培養幼生社會情緒能力。	1-3-2-a 補助地方政府辦理教保專業知能研習，支持教保服務人員成立專業發展社群，提升教保服務專業知能。	國教署	✓	✓	✓	✓	✓
2.人才培 力	2-1 厚植學校成員對社會情緒知能的理解認同與展現	2-1-1 辦理課程與活動促進學校領導人、教職員的專業認同、學校歸屬感、身心健康以及幸福感。	2-1-1-a 納入國中小校長與主任之培訓、回流課程、在職研習，以及高中校長與主任之研習活動。	國教院	✓	✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
			2-1-1-b 結合相關領域輔導團、 學群科中心或非營利機 構等單位辦理教師增能 活動。	國教署 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓
			2-1-1-c 納入初任教師導入輔導 暨知能研習。	教育部(師藝司) 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓
			2-1-1-d 納入薪傳教師培訓課程 架構,提供各縣市辦理 參考。	教育部(師藝司) 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓
			2-1-1-e 結合美感教育計畫辦理 教師工作坊。	教育部(師藝司)	✓	✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
	2-2 培育種子教師	2-2-1 實施種子教師培訓以充實人才資源。	2-2-1-a 結合相關領域輔導團、學群科中心或非營利機構等相關單位辦理種子教師培訓。	國教院 國教署	✓	✓	✓	✓	✓
	2-3 涵養職前教師的社會情緒學習知能	2-3-1 鼓勵師培大學開設課程或規劃實踐活動，以培養職前教師的知能。	2-3-1-a 鼓勵師培大學開設相關課程或規劃微學分學程，並規劃相關補助措施。	教育部（師藝司）		✓	✓	✓	✓
	2-4 支持大專院校教職員與學生的社會情緒知能的發展	2-4-1 鼓勵各大學開設課程或規劃實踐活動，以涵養教職員與學生的幸福感與身心健康。	2-4-1-a 鼓勵大專院校開設通識課程或辦理學生相關活動與課程。	教育部（高教司、技職司）		✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
			2-4-1-b 鼓勵辦理職員之相關活動或課程。	教育部(人事處)		✓	✓	✓	✓
			2-4-1-c 鼓勵辦理學務人員之相關活動或課程。	教育部(學特司)		✓	✓	✓	✓
			2-4-1-d 納入教學實踐研究計畫加以推動。	教育部(高教司、技職司)		✓	✓	✓	✓
3.學校文化與環境	3-1 營造友善的學校氛圍	3-1-1 辦理校內教職員團體活動,促進學校領導人(例如校長、主任、學年主任或學科召集人等)與教職員對社會與情意技能的理解認同以及具體	3-1-1-a 提供學校領導人及校內教職員諮商輔導支持服務,促進教職員身心健康。	國教署 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
		實踐，涵養學校成員幸福感與身心健康。							
			3-1-1-b 透過辦理團體輔導、工作坊及講座等活動，促進教職員對社會與情意技能的理解認同，並具體實踐。	國教署 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓
		3-1-2 培養並支持學校領導人展現社會情緒學習的知能，應用於學校經營管理、課程發展與領導以及溝通互動等，營造友善校園氛圍。	3-1-2-a 鼓勵成立社會情緒學習之學校領導人社群或支持性團體。	國教署 教育部(師藝司) 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
	3-2 支持學生社會情緒知能的發展	3-2-1 結合學校願景與校訂課程，並透過各類課程辦理社會情緒學習活動，以支持學生多元適性的展現以及社會與情意技能的發展。	3-2-1-a 「友善校園學生事務與輔導工作計畫」中納入「社會情緒學習」之項目。	國教署 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓
			3-2-1-b 補助國中小辦理社會情緒學習之活動與課程。	國教署 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓
			3-2-1-c 納入高中職優質化方案必辦項目。	國教署 高級中等學校	✓	✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
	3-3 結合各領域 / 科目教學 實施	3-3-1 結合各領域/科目與社 會情緒學習，促進師生 與學生間的正向溝通與 成長性思維的友善學習 氛圍。	3-3-1-a 國中小階段補助成立教 師社群或辦理教學分享 活動。	國教署 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓
3-3-1-b 高中階段納入學群科中 心、高中職優質化工作 項目。			國教署 高級中等學校	✓	✓	✓	✓	✓	

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
	3-4 結合班級經營的實施	3-4-1 結合班級經營的實務，例如營造正向班級氛圍、違規與衝突事件處理、關係修復等，透過辦理班級經營實務分享等活動或成立教師社群，以強化教師班級經營的知能。	3-4-1-a 「友善校園學生事務與輔導工作計畫」教師輔導管教增能研習納入「社會情緒學習」的班級經營主題，以強化教師班級經營及正向管教的知能。	國教署 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓
			3-4-1-b 鼓勵教師成立社群，分享班級經營的經驗與方法。	國教署 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓
	3-5 優化學校與班級環境	3-5-1 優化校園環境，利用情境佈置與空間規劃，涵養學生情意、態度與價	3-5-1-a 結合學校各類課程，包含美感教育、生命教育及品德教育等，優化校	教育部(學特司、師藝司) 國教署		✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
		值觀。	園環境，涵養學生情意、 態度與價值觀。						
4.跨系統 連結	4-1 成立協作機 制進行跨系 統連結	4-1-1 成立跨單位協作機制， 連結中央與各縣市教育 主管機關、中小學與大 專校院、以及非營利組 織等單位，促進相互理 解與協作。	4-1-1-a 成立跨單位協作機制或 推動委員會。	教育部（學特司）	✓	✓	✓	✓	✓
	4-2 促進跨校間 的交流	4-2-1 各縣市成立資源中心與 種子學校，辦理教學分 享、教材研發以及教案 徵選等研討與交流活 動。	4-2-1-a 補助各縣市成立資源中 心與種子學校。	國教署 直轄市、縣(市)政府		✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
	4-3 強化家庭教育的功能	4-3-1 結合各縣市家庭教育中心之任務辦理推廣活動或課程。	4-3-1-a 補助各縣市家庭教育中心辦理相關推廣活動或課程。	教育部(終身司) 直轄市、縣(市)政府		✓	✓	✓	✓
		4-3-2 結合全國性家長團體、各縣市家長團體及各校家長會辦理推廣活動。	4-3-2-a 鼓勵學校辦理家長「社會情緒學習」講座或活動。	國教署 直轄市、縣(市)政府 高級中等以下學校		✓	✓	✓	✓
	4-4 結合終身教育資源體系	4-4-1 結合終身教育單位，包含社教機構、社區大學等，辦理論壇、研習、	4-4-1-a 鼓勵終身教育機構辦理論壇、研習、課程或宣導活動。	教育部(終身司) 直轄市、縣(市)政府	✓	✓	✓	✓	✓

推動面向 (5)	實施策略	具體行動方案	執行要項	權責機關	執行年度				
					114	115	116	117	118
		課程或宣導活動。							
5.推廣傳播與國際連結	5-1 強化政策溝通與推廣傳播	5-1-1 建置平台以整合研究與實務等資源，並且運用傳播工具進行推廣，如發行電子刊物、影片或廣播節目等。	5-1-1-a 透過「社會情緒學習研究室」建置平台，進行溝通說明與推廣傳播。	國教院	✓	✓	✓	✓	✓
			5-1-1-b 彙集優良課程及教案，供各界參考選用。	國教院	✓	✓	✓	✓	✓
	5-2 推動國際連結	5-2-1 辦理社會情緒學習之國際交流參訪活動，以及國際研討會、論壇或成果展等。	5-2-1-a 透過「社會情緒學習研究室」辦理國際交流參訪活動，以及國際研討會、論壇或成果展等。	國教院	✓	✓	✓	✓	✓

壹拾、預期成效

一、落實研發指引與工具，以利學校推動與教學實踐

研發社會情緒學習的指引與工具可提供學校全面推動、發展教師增能課程、融入領域課程以及班級經營的實踐參考。指引與工具歸納各國實踐經驗與國際社會情緒學習課程方案並進行在地的調適與轉化，同時綜整歸納國內的實踐經驗與課程，包含綜合活動領域、健康與體育領域等，以及非營利組織的推動經驗。

二、建立評估與回饋機制，持續回饋達成政策目標

完善各項量性與質性評估工具，可檢視學校推動、方案實施、教師融入領域教學以及班級經營的實施成效；同時，長期性的調查與追蹤各階段學生與教師的社會與情意知能的變化情形，這些多層次資料可提供政策推動、方案成效評估、學校推動的成效檢視、教師教學與學生學習的參考。

三、培養教師社會與情意知能，支持教師身心健康並涵育學生情意發展

培養社會情緒學習的專業種子教師並培力教師的社會與情意知能，可大幅提升教師對社會情緒知能的理解與認同，教師進而將社會情緒學習的概念與方法融入各領域的教學、班級經營、各類學校活動中，使學校與班級情境成為具安全感、歸屬感、具成長性思維的友善學習環境，可增益學生的情意展現，學生能夠具備自我認同、同理關懷他人、樂在學習、樂於挑戰不怕失敗。

四、營造幸福友善的學校文化與環境

落實辦理教職員的團體活動與課程，進而增益教職員的身心健康與幸福感，透過辦理各種學生學習活動與課程，可以支持學生多元智能的展現以及社會與情意技能的發展，營造友善的學校文化與環境。

五、完善跨系統連結與溝通，以利協作並落實國際交流

完善跨系統的連結與溝通，促成各單位間的相互理解與協作，並整合相關資源，包含中央與各縣市教育主管機關、中小學與大專院校、非營利組織等單位；其次，結合終身教育資源體系，包含家庭教育中心、社教機構等，辦理論壇、研習、課程與宣導活動等。

透過辦理國際間的研討會、論壇與參訪等交流活動落實國際交流，借鏡各國推動經驗，可回饋本中長程計畫做為持續改進與修訂的參考，以達成目標與預期效益。

參考文獻

- 教育部 (2014)。十二年國民基本教育課程綱要總綱。臺北市：作者。
- 駐休士頓辦事處教育組 (2022)。美國品格教育是否被遺忘？國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自 https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric_b&xItem=2061925&resCtNode=454#
- CASEL. (n.d.). *What Is the CASEL Framework?*. <https://casel.org/fundamentals-of-sel/what-is-the-casel-framework/>
- CASEL. (2019). CASEL's framework for systemic social and emotional learning. Frameworks - AWG - Measuring SEL. <https://measuring.sel.casel.org/wp-content/uploads/2019/08/AWG-Framework-Series-B.2.pdf>
- Chatterjee Singh, N. and Duraiappah, A. K. (Eds.). (2020). *Rethinking learning: a review of social and emotional learning frameworks for education systems*. New Delhi. UNESCO MGIEP.
- Chen, H., & Yu, Y. (2022). The impact of social-emotional learning: A meta-analysis in China. *Frontiers in Psychology, 13*, 1040522. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1040522>
- Chong, W. H., & Lee, B. O. (2015). Social-emotional learning: Promotion of youth wellbeing in Singapore schools. In K. Wright & J. McLeod (Eds.), *Rethinking youth wellbeing: Critical perspectives* (pp. 161-177). Melbourne: Springer
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [CASEL] (2019). *CASEL's framework for systemic social and emotional learning. Frameworks - AWG - Measuring SEL*. <https://measuring.sel.casel.org/wp-content/uploads/2019/08/AWG-Framework-Series-B.2.pdf>
- Hall, N. C. (2019). An overview of research on emotions in Asian learners and educators: Implications and future directions. *The Asia-Pacific Education Researcher, 28*, 363-370. <https://doi.org/10.1007/s40299-019-00468-y>
- Jagers, R. J., Rivas-Drake, D., & Williams, B. (2019). Transformative social and emotional learning (SEL): Toward SEL in service of educational equity and excellence. *Educational Psychologist, 54*(3), 162-184. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1623032>
- Jones, S. M., McGarrah, M. W., & Kahn, J. (2019). Social and emotional learning: A principled science of human development in context. *Educational Psychologist, 54*(3), 129-143. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1625776>
- Kam, C. M., Wong, L. W. L., & Fung, K. M. S. (2011). Promoting social-emotional learning in Chinese schools: a feasibility study of PATHS

- implementation in Hong Kong. *The International Journal of Emotional Education*, 3(1), 30–47.
- Lee, S. K., & Bong, M. (2017). Social and emotional learning as a solution for adolescent problems in Korea. In E. Frydenberg, A. J. Martin, & R. J. Collie (Eds.), *Social and Emotional Learning in Australia and the Asia-Pacific: Perspectives, Programs and Approaches* (pp. 233-251). Springer Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-10-3394-0_13
- Martin, R. A., & Alacaci, C. (2015). Positive youth development in Turkey: a critical review of research on the social and emotional learning needs of Turkish adolescents, 2000–2012. *Research Papers in Education*, 30(3), 327-346. <https://doi.org/10.1080/02671522.2014.963828>
- OECD (2016). *PISA 2015 Results: Excellence and Equity in Education* (Vol. I). PISA, OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/9789264266490-en>
- OECD (2019). *OECD Future of Education and Skills 2030: Conceptual learning framework - LEARNING COMPASS 2030*. OECD Publications. https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/about/projects/edu/education-2040/concept-otes/OECD_Learning_Compass_2030_concept_note.pdf
- OECD (2024). *Social and Emotional Skills for Better Lives: Findings from the OECD Survey on Social and Emotional Skills 2023*, OECD Publishing, Paris. <https://doi.org/10.1787/35ca7b7c-en>
- Osher, D., Kidron, Y., Brackett, M., Dymnicki, A., Jones, S., & Weissberg, R. P. (2016). Advancing the science and practice of social and emotional learning: Looking back and moving forward. In P. A. Alexander, F. J. Levine, & W. F. Tate (Eds.), *Review of Research in Education, Vol 40: Education Research: A Century of Discovery* (Vol. 40, pp. 644-681). <https://doi.org/10.3102/0091732x16673595>
- Schonert-Reichl, K. A. (2019). Advancements in the landscape of social and emotional learning and emerging topics on the horizon. *Educational Psychologist*, 54(3), 222-232. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1633925>
- Tao, V. Y., & Hong, Y. Y. (2014). When academic achievement is an obligation: Perspectives from social-oriented achievement motivation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 45(1), 110-136. <https://doi.org/10.1177/002202211349007>
- Tze, V. M., Li, J. C. H., & Daniels, L. M. (2022). Similarities and differences in social and emotional profiles among students in Canada, USA, China, and Singapore: PISA 2015. *Research Papers in Education*, 37(4), 558-583. <https://doi.org/10.1080/02671522.2020.1864760>

- Wu, G. K. Y., & Mok, M. M. C. (2017). Social and emotional learning and personal best goals in Hong Kong. In E. Frydenberg, A. J. Martin, & R. J. Collie (Eds.), *Social and Emotional Learning in Australia and the Asia-Pacific: Perspectives, Programs and Approaches* (pp. 219-231). Springer Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-10-3394-0_12
- Yu, K., & Jiang, Z. (2017). Social and emotional learning in China: Theory, research, and practice. In E. Frydenberg, A. J. Martin, & R. J. Collie (Eds.), *Social and Emotional Learning in Australia and the Asia-Pacific: Perspectives, Programs and Approaches* (pp. 205-217). Springer Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-10-3394-0_11

附件

十二年國教課程綱要與社會情緒學習概念之相關內容說明

與社會情緒學習概念相關之各領域課程，其實施之階段如下表。「生活課程」規劃於國小一至二年級（第一學習階段）；「綜合活動領域」課程規劃自國小三年級開始至高中階段，其中高中階段的「綜合活動領域」則分別規劃有「生命教育」課程、「生涯規劃」與「家政」課程。再者，「健康與體育」課程則從國小階段開始規劃至高中階段。以下分別說明各課程綱要內容與社會情緒學習概念之關係。

學習階段	一 (小一、二)	二 (小三、 四)	三 (小五、 六)	四 (國中)	五 (高中)
與社會情緒學習概念相關之領域課程	生活課程	綜合活動領域		綜合活動領域	綜合活動領域 (生命教育、生涯規劃、家政)
	健康與體育領域	健康與體育領域		健康與體育領域	健康與體育領域

一、生活課程

「生活課程」的學習重點以七個主題軸為架構，以陶養兒童的核心素養。七個主題軸包含悅納自己、探究事理、樂於學習、表達想法與創新實踐、美的感知與欣賞、表現合宜的行為與態度、與人合作。以下說明列舉三個主題軸與社會情緒學習概念的關係。

(一)「悅納自己」

此主題軸與社會情緒學習中的自我覺察、自我管理的概念一致，皆在探索覺察個人的獨特性與長處等，並且培養學生知道自己可以進步與努力的方向等。

(二)「表現合宜的行為與態度」

此主題軸與社會情緒學習中的自我覺察、社會覺察、以及負責任的決定的概念一致。其內涵為引導學生覺察自己、他人和環境的關係，省思自己所應扮演的角色，體會生活禮儀與團體規範的意義，並學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命。

(三)「與人合作」

此主題軸與社會情緒學習中的人際關係的概念一致，其內涵為傾聽他人的想法、覺知他人的感受，體會他人的立場，及學習體諒他人與尊重和自己不同的觀點與意見。

二、綜合活動領域

「綜合活動領域」課程綱要共有三個主題軸：自我與生涯發展、生活經營與創新、社會與環境關懷。以下說明三個主題軸與社會情緒學習的關係。

(一)「自我與生涯發展」

此主題軸共有四個次項目，包含「自我探索與成長」、「自主學習與管理」、「生涯規劃與發展」、「尊重與珍惜生命」。此四個項目與社會情緒學習概念中的自我覺察、自我管理、社會覺察、人際關係、負責任的決定的概念一致。其中「尊重與珍惜生命」係指「覺察與調適自我的情緒，探索生命的變化與發展歷程，了解生命的意義，體會生命存在的價值，具備適切的人性觀與自我觀，達到身心靈健全發展」。「自我與生涯發展」的主題已經涵納情緒覺察辨識、情緒調適、人際溝通技巧、自我管理 etc 社會情緒學習的內涵。

(二)「生活經營與創新」

此主題軸包含四個次項目為「人際互動與經營」、「團體合作與領導」、「資源運用與開發」、「生活美感與創新」。其中「人際互動與經營」之內涵為「了解人我關係，覺察自己、家人與團體的溝通問題，善用多元溝通技巧，營造良好的人際關係」，以上即為社會情緒學習的自我覺察、人際關係技巧等面向。

(三)「社會與環境關懷」

此主題軸包含四個次項目為「危機辨識與處理」、「社會關懷與服務」、「文化理解與尊重」、「環境保護與永續」。其中「社會關懷與服務」、「文化理解與尊重」即屬於社會情緒學習中的社會覺察與負責任的決定。

三、健康與體育領域

本領域學習內容中的「身心健康與疾病預防」與社會情緒學習的理念一致，此主題內容的規劃自國小連貫至國中與高中階段。「身心健康與疾病預防」主題的身心健康即從個人內在的認同與悅納、情緒調適與壓力處理，到人際間的溝通與適應，以增進身心靈的安適與和諧。其內涵包括自我概念、自我實現、家庭關係、人際關係、情緒處理、有效溝通、壓力調適、正向心理及心理疾病等關鍵概念。

「健康與體育領域」課程內容已經涵納社會情緒學習的主要概念。自國小階段即包含情緒體驗與分辨、情緒的類型與調適方式、正向態度與情緒、壓力管理技巧等；國民中學教育階段納入心理健康、壓力調適及異常行為預防等內容，並引導學生了解促進心理健康及預防異常行為之方法，擬定情緒及壓力調適之方案；高中階段包含自我健康管理、身心健康與疾病預防、運動與健康等，如身心失調的預防與處理方式、壓力與情緒管理等。

四、各領域課程綱要與社會情緒學習之相關內容列舉

現行各領域課程綱要與社會情緒學習概念兩者相關內容列舉如下，包含「生活課程」、「綜合活動領域」、「健康與體育領域」之課程綱要。

(一) 生活課程

1. 學習表現

主題軸	學習表現	學習表現說明
6.表現合宜的行為與態度 覺察自己、他人和環境的關係，省思自己所應扮演的角色，體會生活禮儀與團體規範的意義，並學習尊重他人、愛護生活環境及關懷生命。	6-I-1 覺察自己可能對生活中的人、事、物產生影響，學習調整情緒與行為。	1. 覺察自己的情緒表現可能對生活周遭的人、事、物會有影響，學習調整情緒。 2. 知道自己的行為表現可能對他人和環境會有影響，並能用合宜的方式與其互動。

2. 學習內容

學習內容主題	學習內容
D.人際關係的建立與溝通合作	D-I-1 自我與他人關係的認識。 D-I-2 情緒調整的學習。 D-I-3 聆聽與回應的表現。 D-I-4 共同工作並相互協助。

(二) 綜合活動領域

綜合活動領域的內涵架構包括三個主題軸及十二個主題項目。

主題軸	1. 自我與生涯發展	2. 生活經營與創新	3. 社會與環境關懷
主題項目	a. 自我探索與成長	a. 人際互動與經營	a. 危機辨識與處理
	b. 自主學習與管理	b. 團體合作與領導	b. 社會關懷與服務
	c. 生涯規劃與發展	c. 資源運用與開發	c. 文化理解與尊重
	d. 尊重與珍惜生命	d. 生活美感與創新	d. 環境保育與永續

綜合活動領域的整體內涵為：

主題軸 1：自我與生涯發展

- a. 自我探索與成長：了解自己的潛能與感受，欣賞與接納自己，探索與發展自我價值，確立適切的人生觀，並促進個人與家庭健全發展，追求幸福人生。
- b. 自主學習與管理：探究自我的學習方法，規劃、執行學習計畫；覺察自我需求與目標，培養自律與負責的態度，運用批判思考與系統分析，積極面對挑戰，解決問題。
- c. 生涯規劃與發展：探索生涯發展資源與自我的關連，統整生涯資訊，掌握未來社會發展趨勢，規劃個人生涯抉擇，促進適性發展與彈性適應的能力。
- d. 尊重與珍惜生命：覺察與調適自我的情緒，探索生命的變化與發展歷程，了解生命的意義，體會生命存在的價值，具備適切的人性觀與自我觀，達到身心靈健全發展。

主題軸 2：生活經營與創新

- a. 人際互動與經營：了解人我關係，覺察自己、家人與團體的溝通問題，善用多元溝通技巧，營造良好的人際關係。
- b. 團體合作與領導：與他人有效溝通與合作，發揮正向影響力，學習並善用領導策略，營造和諧及有效能的團體生活。
- c. 資源運用與開發：具備蒐集、分析、開發與運用各項資源的知能，探究科技、資訊與媒體倫理的相關議題，妥善計劃與執行個人生活中重要事務，提升生活品質。
- d. 生活美感與創新：覺察與體驗生活美感的多樣性，欣賞與分享美善的人事物，展現生活美感，運用創意經營生活。

主題軸 3：社會與環境關懷

- a. 危機辨識與處理：辨識人為與自然的危險情境，運用資源並發展合宜的處理策略，預防及化解危機，以保護自己與他人。
- b. 社會關懷與服務：關懷周遭的人事物，參與服務活動並體驗其意義，涵養樂於行善的情懷，主動參與社會服務。
- c. 文化理解與尊重：探索世界各地的生活方式，肯定自我文化價值，理解、尊重與關懷不同文化及族群，主動關心人類處境與全球議題。
- d. 環境保育與永續：妥善規劃與執行戶外活動，體驗、欣賞人與環境的關係，主動關懷自然生態的永續發展議題，持續展現實踐的行動力。

(三) 健康與體育領域

十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要學習重點中，在學習內容主題與各階段中與社會情緒學習有高度相關之學習內容列舉如下：

1. 與社會情緒學習有高度相關之學習內容

主題名稱	次項目	主題 / 次項目編碼	說明
F.身心健康與疾病預防	a.健康心理	Fa	身心健康是從個人內在的認同與悅納、情緒調適與壓力處理，到人際間的溝通與適應，以增進身心靈的安適與和諧。其內涵包括自我概念、自我實現、家庭關係、人際關係、情緒處理、有效溝通、壓力調適、正向心理及心理疾病等關鍵概念。

2. 各教育階段與社會情緒學習概念相關之學習內容

主題名稱	次項目	學習階段	學習內容
F.身心健康與疾病預防	a.健康心理	一	Fa-I-3情緒體驗與分辨的方法。
		二	Fa-II-3情緒的類型與調適方法。
		三	Fa-III-4正向態度與情緒、壓力的管理技巧。
		四	Fa-IV-4情緒與壓力因應與調適的方案。
J.健康與運動休閒	b.運動與健康	五	Jb-V-2壓力與情緒管理。