

從自我覺察到負責任的決定

校長江惠真

敬愛的家長：

面對全球化、AI 時代發展，尤其在後疫情的生活中，孩子面對人與人的群體生活，孩子要學什麼，才能夠面對未來我們尚未知的世界呢？我想，讓孩子有終身學習、自我調適的素養與能力以及社交與情感學習至為重要，那是他們面對未來重要的關鍵法門。

新課綱帶來教育新的趨勢以及轉變，由注重教導孩子學習內容，轉變為也注重孩子的學習歷程及方法。因為太多知識內容到現在還沒發現，太多知識內容還在發生，所以取得知識、適應變遷與解決問題的方法，才是重要，隨時能有方法及能力獲得知識是青少年不斷成長的技能，因此，「學會如何學習」也是我們現在更為強調的，學校安排自主學習、實施素養學習、辦理 BYOD 政策，這些都是為此所做的準備。

學生的學習以及成就，不僅為了能高中順利畢業考上一個大學，高中是人生中一個重要階段，在這個時候他正在發展人生的基礎，這才是他最大課題，接下來想以這個課題提醒各位家長與學校同行，協助學生進行社交與情感學習，也就是社會情緒學習（Social Emotional Learning, SEL），過去我們重視孩子的 EQ，日益複雜及多元的社會發展，我們要再升級我們的情緒、情感、人際互動及品性發展，社會情緒學習涉及五種能力發展，根據美國 CASEL 非營利根據美國 CASEL 非營利所推動的社會情緒學習，包含自我覺察、自我管理、負責任的決定、社會關係建立技巧、社會覺察等。

自我覺察是希望培養孩子識別自己的情緒以及它們如何影響行為；承認自己的長處和短處，以更好地獲得對自己能力的信心。**自我管理**則是要培養孩子在各種情況下都能做到控制和掌控自己的思想、情緒和行動，以及設定目標並願意努力實現目標。**做出負責任的決定**，是要發展孩子的能力去選擇如何行動或應對情況是基於習得的行為，例如道德、安全、權衡後果以及他人和你自己的福祉。**社會關係建立技巧**，是要發展孩子的能力與來自不同背景的人建立、維持健康關係，主要是傾聽、溝通、解決衝突、知道何時尋求或提供幫助的能力。**社會覺察**則是要培養孩子設身處地為他人著想的能力，以同理心及合乎道德的方式行事。

「家庭」，一直以來都是跟孩子學習及成長關係最密切的地方，可以經由建立支持關係的家庭氛圍與環境來協助孩子做到社會情緒學習，也就是家庭可以作為支持學生發展優勢能力、發展興趣、支持孩子面對挫折的後盾，同時，也養成孩子 能夠跨文化理解、欣賞及包容的文化特質。

另外，再次強調，在 21 世紀這個全球化的世代，年輕人的人生開展絕對不會僅限在臺灣，學校無論在正式課程、臺美雙聯高中課程、臺英大學預科課程、瑞典永續創新學習、澳洲雙聯及議題融入課程、俄羅斯藝術文化芭蕾舞課

程、瑞士創新創業以及自主學習課程、日本交流活動、德國科技課程以及土耳其、英國筆友交流、法國服務學習等合作，都希望開拓學生國際視野，培養學生全球競合力，因此外語能力、世界公民議題理解、積極實踐以及自我認同等都是重要的基礎，期待學生積極參與，能在高中階段有更進一步深化的國際素養及跨文化理解。

我們可以期待孩子的成功的人生，將從高中的學習展開，但我們需要家長與我們協力同行！