



联合国教育、
科学及文化组织

教育部门

联合国教科文组织 针对新冠疫情的教育对策 教育部门议题说明

议题说明1.2 - 2020年4月



培育儿童和青少年 在危机期间的社会情感健康

简介

新型冠状病毒大流行迫使人们采取隔离措施，保持社交距离并关闭学校，导致人们失去熟悉的环境，行动受限，日常生活被打乱，社交活动减少，传统的学习方式遭遇终结，因此带给年轻人及其家庭和社区成员前所未有的压力和焦虑感。

父母和成人照顾者不仅要兼顾工作和社区义务、照顾家庭成员并保持个人健康，同时，还要努力应对孩子在家上学所带来的挑战。教师需要快速适应未经测试的新教学方法。全国考试取消令年轻人对自身的教育前景备感担忧，社交距离和不确定性带给他们不安全感。对一些贫困家庭而言，维持收入是第一要务，因此他们不得不将孩子独自留在家中学习，或者吩咐他们去做其它工作。实时更新的疫情信息，加剧了人们的压力和焦虑感。这些消息真假参半，时不时蹦出一些耸人听闻的新闻报导，不仅增加人们的不安全

感，也为狭隘心理、种族主义、排外情绪以及仇视性犯罪行为提供了生长的土壤。

为了应对新型冠状病毒引起的社交焦虑、情绪波动和令人恐惧的不安全感，家庭和社区迫切需要培养必要的应对技能和情绪复原能力。经实践证明，社会情感技能可以赋予儿童、青年、父母和教师必要的知识、技能、态度和行为，有助于其保持健康和积极的状态，有效管理情绪，采取正念的做法，展现亲社会行为并应对日常挑战。

相关定义和关键问题

任何危机，无论是海啸、社会动乱还是新型冠状病毒，都会引发强烈的负面情绪反应，如恐慌、压力、焦虑、愤怒和恐惧。发展社会情感学习（SEL）能力，能够使人在紧张形势下保持平静，克制情绪，运用批判性思维，从而能够做出更加明智的决策和行动（Arslan&Demirtas,2016）。恐惧和压力也会严重损害健康水平和学习能力（Immordino Yang & Damasio, 2007）。无论老少，所有学习者在学习方面都会受到压力和不安全感的影响。人只有在良好的社会交往和保持情感安全的情况下，其大脑才能专注于学术内容并有效参与学习。

从过去做法和当前危机中所汲取的经验教训

研究表明，像任何一门学术科目一样，社会情感技能是可以被教授的。危机期间，成人和家长可以承担起教师的职责，帮助儿童和年轻人发展其社会情感技能。家庭项目可以围绕艺术和教育的主题进行设计，包括了解危机本身。例如，研究表明孩子天生具有利他性（Warneken, 2013），因此，可以鼓励并激发孩子发挥其利他倾向的活动。这种亲社会行为不仅会激活大脑中的奖赏回路，促进恐惧和愤怒等消极情绪转化为希望和自信等积极情绪（Willard等，2019），还会让人们在生气时能够冷静下来，平和地解决冲突，做出合乎道德且安全的选择。

强调社会情感技能对每个人在任何时候都适用。所有儿童、年轻人和成年人都能受益于社会情感技能，它不是针对有行为问题的儿童和青年的治疗手段，而是每个人终身学习和成长的一部分。社会情感技能的训练对儿童和青少年来说尤其重要，明确的社会情感技能的训练能够帮助他们充分而清晰地表达自我，并与同龄人和成年人建立更加良好、健康的关系，与他人的联结更加紧密。

社会情感学习与学生的学习成绩和综合能力发展密切相关。研究显示，在课程中引入良好的社会情感技能训练与学习成绩的提高有很大关系（Zins, Weissberg, Wang and Walberg, 2004）。学习媒介和视觉艺术、戏剧、舞蹈或音乐非常有利于儿童和年轻人的内在成长，因为这些具有创造性的人文体验和感受，有助于他们获得深入和持久的技能发展。

社会情感技能有助于改善经济状况。教育系统中社会情感学习的缺失可能导致经济生产力的潜在损失，这样的代价可能高达国民总收入的29%（Duraiappah and Sethi, 2020）。

危机形势下的社会情感学习。来自受危机影响的国家的证据表明，如果父母、照顾者和教师具备良好的社会情感技能，能够通过活动创造社会情感学习的机会，并提供安全和

可预测的学习环境，孩子受到压力和焦虑不良影响的程度就会降低，更容易从创伤经历中康复并回归正常生活（INEE, 2018）。

政策与项目设计可参考的关键信息及实用建议

政策制定者/政府机关：

为学习型社区的所有成员提供关于新型冠状病毒的可靠详实的信息，包括如何避免病毒传播及培养社会情感技能——教师、学习者及家庭成员需要关于健康的简单而真实的信息，以恢复对生活的确定感和控制感，并制定行动方案。在可能的情况下，利用电视、广播、移动学习平台和其它相关手段，为教育工作者、家长及所有儿童和青年工作者提供适合当地情况的资源，支持他们持续开展以社会情感技能为重点的学习活动。

支持和关心教师，优先针对教师进行社会情感学习（SEL）的培训——确保在远程学习模式的使用和发展过程中，将社会情感学习作为疫情期间教师职业发展的一部分并给予适当关注。确保教师能够获得并通过利用信息通信技术，提供有趣、有益、多感官、沉浸式、体验式和基于行为表现的可扩展性数字化学习方案。（资源示例：<https://mgiep.unesco.org/global-citizenship>）

利用数字媒体、广播和电视网络广泛传播关键信息，增强个人和社区的复原力——动员媒体（特别是那些在危机期间保障远程学习的媒体）参与传播关于宽容的信息，鼓励相互支持，培养关爱之心，展示与其它国家的相似情境。

在紧急状态和受危机影响的背景下，因地制宜地规划心理社会支持和社会情感学习——仔细进行需求评估，从而保证干预措施符合形势，课程和教学方法能够适应学校停课和居家隔离的情况；调整内容以解决随时出现和不断变化的新问题。确保社会情感学习课程的教授者本身也是健康的成年人，能够为孩子树立健康行为的榜样。将社会性别和社会包容作为重点，预防和减少在紧急情况下容易出现的性别暴力和歧视以及家庭暴力（包括性暴力）。

就长期措施而言：

促进社会情感学习在各级教育（正规教育、非正规教育和非正式教育）中的主流化——将社会情感学习纳入正规教育，在小学和中学阶段设置相关课程。与社会情感学习有关的能力发展应该作为核心学习效果被优先考虑，为其分配足够的课程和课外学习时间，保证校园里积极的社会心理环境。有效的社会情感学习项目要以权利为基础且科学准确，立足于证据，体现参与性和包容性。同时，还应该具有性别敏感性和文化契合性，并且针对特定年龄群体进行精心调整。社会情感学习能够改变危机局势中出现的有害的社会规范和做法，促进社会性别平等。有效的社会情感学习项目也应该成为更广泛的生态系统的一部分，超越课堂的限制，让整个学校、家庭、社区和媒体都参与进来（OREALC/UNESCO Santiago and Fundación Sumate (2020)）。

确保教师能够得到社会情感学习方面的教学指导和实践机会——将社会情感学习纳入职前及在职教师教育和专业发展计划，以帮助其应对课堂教学压力，提高其教授社会情

感学习课程的能力。学校行政部门保证在职教师有充分的时间和机会获得社会情感能力。实践证明，社会情感技能能够有效促进幸福感、缓解心理压力、增强课堂互动性

(Jennings, P.A. (2019), Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009))。促进同一学校内和不同学校的教师之间的实践交流，鼓励教师不断学习和进步。

为教育机构/学校、年轻人、教师和家长提供额外的指导

鼓励与教师的沟通和联络，以及教师之间的相互沟通和联络，以促进教师对于教学方法的持续学习，相互支持，并提升幸福感。

鼓励有利于身心健康的行为——包括健康的饮食习惯、规律的锻炼和睡眠时间，灵活但有条理的日常安排，包括安排时间做一些有趣或放松身心的活动。促进心理健康也至关重要。适当进行正念练习。富有善意和关爱的行为不仅非常有意义，还有助于分散注意力，建立积极的想法。资源示例：联合国教科文组织圣雄甘地和平与可持续发展教育研究所发起的活动 #KindnessMatters (<https://mgiep.unesco.org/kindness>; [Stress and Coping](#)); [Bouba et Zaza](#) 系列视频; [Smeshariki](#) 视频，包括ABC善良系列 (俄语版)

强调艺术、文化和游戏对提高幸福感的价值——游戏是一种学习，有助于培养创造力，提高运动技能和决策能力，还能减少焦虑感，发展情绪复原能力。利用音乐、舞蹈、绘画等增强沟通和人际交往能力，促进认知能力的发展，对于专注力和冒险意识等都有所助益。家长和教育者可以利用音乐来介绍有关情感的词汇，建立相关词汇库。(Nawrot 2003)。资源：[#KeepMakingArt](#): 新型冠状病毒危机促使艺术教育工作者在全球范围内发起一场运动，以增强希望感，促进儿童、青年、父母和艺术家之间的团结。<https://creative-generation.org/blog-1/keepmakingart-a-campaign-toinspire-hope-and-connection>)

支持青少年建立社会联结，培养其负责任的网络行为——帮助青少年通过社交网络和其它安全的远距离方式与朋友保持联系。利用这个机会提醒他们有关数字空间的安全问题，发展数字空间的使用技能。(资源：[ISTE](#) 和教科文组织IITE合作推出“[通过Fac—ebook获得数字化技能](#)”活动；分享你的故事：联合国教科文组织联系学校网络正在收集相关故事，这是其 [#LearningNeverStops](#) (学习永不停止) 活动的一部分。<https://en.unesco.org/covid19/educationresponse/learningneverstops/>)

鼓励通过游戏和音频资源进行学习——向孩子介绍能促进社会、情感和学术学习的线上游戏和其它类型的游戏。鼓励他们在家练习学术技能，例如，用数学知识计算菜谱中的原料含量。一起做饭，分享成功或失败的烹调经验。同时，利用音频资源，如书籍作者讲述的短故事以及配有音乐的故事等。资源示例：[UNESCOMGIEP Framerspace.com](#)

与年轻人进行开诚布公的交谈——鼓励开放式辩论和批判性思考，例如，通过组织虚拟和其它形式的辩论，让学习者凭借可靠的科学资源揭露有关新型冠状病毒的虚假信息（相关指南请参考媒体和信息素养工具包¹）。有关范例可参考世界卫生组织网站²。在可能的情况下，鼓励学生利用现有的学校网络与世界各地的同龄人进行线上交流。资源：[世界卫生组织问答页面](#)。

1 <https://en.unesco.org/themes/communication-and-information/covid19-informationsharing-counteringdisinformation/resource-center>

2 <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

主要文献

社会情感学习及相关技能

UNESCO Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development (MGIEP). Official Website <https://mgiep.unesco.org/covid>

Armand Doucet, Dr Deborah Netolicky, Koen Timmers and Francis Jim Tuscano (2020). Thinking about Pedagogy in an Unfolding Pandemic: An Independent Report on Approaches to Distance Learning During COVID19 School Closures https://issuu.com/educationinternational/docs/2020_research_covid-19_eng?fr=sYTY3OTEwMzc2ODU

危机形势下的社会心理支持和社会情感学习

UNESCO (2014). Stay safe and be prepared: a student's/teacher's/parent's guide to disaster risk reduction.

UNESCO (2017). Reconstruir sin ladrillos (Building without bricks) - tools for response, preparedness and recovery in emergency contexts http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/pdf/Guia_completa_educacion_emergencias.pdf

EducationLinks (2018). Social and Emotional Learning in Crisis and Conflict Settings <https://www.edulinks.org/learning/social-and-emotional-learning-crisis-and-conflict-settings>

提供给教育者、家长、成人的关于COVID-19的其他材料

UNICEF. Toolkit to spread awareness and take action on COVID-19 <https://www.voicesofyouth.org/media/19701/download>

UNICEF. Coronavirus disease (COVID-19): What parents should know <https://www.unicef.org/stories/novel-coronavirus-outbreak-what-parents-should-know>

World Health Organization. Parenting in the time of COVID-19 <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/healthy-parenting>

World Health Organization. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 Outbreak. <https://www.who.int/publications-detail/mental-health-and-psychosocial-considerations-during-the-covid-19-outbreak>

Parenting for Lifelong Health. COVID-19 online resources: 24/7 Parenting resources in multiple languages. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Covid – 19 Daily life and coping <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/>

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). SEL Resources during COVID-19 <https://casel.org/covid-resources/>

文内注释

- Arslan, S., & Demirtas, Z. (2016). Social emotional learning and critical thinking disposition. *Studia Psychologica*, 58(4), 276.
- Chatterjee, N. & Duraiappah, A.K. (2019). EMC2: a social and emotional learning framework to build human flourishing. Position paper, UNESCO MGIEP.

- Duraiappah, A.K. & Sethi, S. (2020). Social and emotional learning: the costs of inaction. rethinking learning; a review of social and emotional learning for education systems. unesco publication.
- Draganski, B., Gaser, C., Busch, V., Schuierer, G., Bogdahn, U., & May, A. (2004). Neuroplasticity: changes in grey matter induced by training. *Nature*, 427(6972), 311.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). Enhancing students' social and emotional development promotes success in school: Results of a meta-analysis. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Durlak, J. A., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., Weissberg, R. P., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: The relevance of affective and social neuroscience to education. *Mind, brain, and education*, 1(1), 3-10.
- Jennings, P.A. (2019). *The trauma-sensitive classroom: Building resilience with compassionate teaching*. New York: W.W. Norton & Company.
- The Inter-Agency Network for Education in Emergencies (INEE) (2018). *Guidance Note. Psychosocial support : Facilitating psychosocial wellbeing and social and emotional learning* https://inee.org/system/files/resources/INEE_Guidance_Note_on_Psychosocial_Support_ENG_v2.pdf
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491-525.
- Kimmie Fink (19 March 2020). Just let them play: an alternative approach to schooling at home during the quarantine. Retrieved from <https://www.weareteachers.com/just-let-them-play/>
- Lambert, P. (2017). Hard focus on “soft” skills. *Future Frontiers background paper*, NSW Department of Education, Sydney.
- Nawrot, E. S. (2003). "The perception of emotional expression in music: Evidence from Infants, Children and Adults". *Psychology of Music*. 31 (1): 75–92.
- OREALC/UNESCO Santiago & Fundación Súmate (2020). *COMUNES. Marco para la transformación educativa desde el aprendizaje socioemocional*.
- UNESCO (2012). *Bouba and Zaza Look After Others*.
- Warneken., F. (2013) Young children proactively remedy unnoticed accidents. *Cognition*. 126(1):101-8.
- Zins, J. E., Weissberg, R.P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2004). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?* NY: Teachers College Press.

关于教科文组织教育部门的议题说明文件

联合国教科文组织教育部门的议题说明文件涵盖了与COVID-19教育应对措施有关的关键主题。它们提供良好实践的证据、实用建议以及关于每个主题的重要参考文献的链接，目的是减轻学校停课的影响。

议题说明文件涵盖了九大主题领域，即：健康与福祉；教学的连续性；性别平等与公平；教与学；高等教育和职业技术教育与培训；教育和文化；教育政策与规划；弱势群体，以及全球公民教育和可持续发展教育。

议题说明文件由世界各地的教科文组织教育同事共同编写。本说明由教科文组织全球公民与和平教育科和教科文组织圣雄甘地和平与可持续发展教育研究所编写。

保持联系

联合国教科文组织针对新冠疫情的教育对策



COVID19taskforce@unesco.org



<https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>



@UNESCO



@UNESCO