



社會領域的隱形翅膀

從「我」到「我們」的公民練習

林秀玲 博士後研究

國立臺灣師範大學科學教育中心

讓社會領域成為孩子的情緒公民練習場

在國小階段的教育現場，社會領域常被傳統觀念窄化為一門「背誦知識」的學科，僅止於記憶家鄉特產、法律條文或地圖符號等。然而，若從兒童發展心理學的視角審視，國小階段（6至12歲）正是個體從「自我中心」過渡到「社會中心」的關鍵轉捩點。社會領域實則是孩子離開家庭同溫層後，第一個系統性學習「如何與人共存」的微型社會實驗室，他們初次碰撞「個人需求」與「群體規範」的邊界，並開始定義「我是誰」及「我在群體中的位置」。這樣的學科特質，本質上即是「自我覺察、自我管理、社會覺察、人際關係技巧與負責任的決定」等五大面向的具體實踐場域。當教師將社會領域視為「小型社會縮影」，課堂中的每一次分組討論、角色扮演或價值協商，就不再只是教學流程，而是孩子練習情緒理解與社會行動的起點，協助學生從單純的知識學習，走向從「我」到「我們」的公民實踐。

SEL在國小社會領域的融入原則

國小階段的SEL不在於額外開設新課程，而在於讓原有的社會學習活動，長出情緒與人際的翅膀。整體融入可掌握以下三項關鍵原則：

(一)從「規範」走向「連結」，以安全感啟動自我覺察

社會領域常探討班級公約、社區規範或法律責任。然而，若學生在情緒上感覺被壓抑或被迫服從，規範便難以內化。SEL強調「先連結，後糾正」(Connection before Correction)，即在討論行為準則前，先建立心理的安全感與歸屬感。在進行權利、義務或團體規範的教學時，教師可引導學生從「感受」出發，而非從「禁止」出發。透過引導學生覺察自身在特定情境下的真實感受，我們能協助他們辨識情緒與環境的連動關係。這種覺察能讓學生理解，規則的存在並非為了限制自由，而是為了維護群體的心理安全。

(二)從「任務」轉向「協作」，將分組變成溝通練習場

社會領域充滿了分組報告、社區探查或地圖繪製等任務。這些活動往往是學生意見分歧的高發區，例如：路線怎麼排？報告主題選哪一個？教師應將焦點從「產出的答案」轉移至「協商的過程」，視衝突為練習同理心的契機。當小組陷入爭執或僵局時，教師可引導學生按下「暫停鍵」，從「辯論模式」切換為「採訪模式」。請學生練習向不同意見的組員提問：「這對你來說為什麼很重要？」或是「你擔心的點是什麼？」這種「先理解，再決定」的過程，正是落實同理傾聽與辨識意圖的最佳時刻。透過主動探詢他人的想法，學生能學會跳脫自我中心的視角，理解對方的反對意見往往並非針對個人，而是源自不同的考量或擔憂。這不僅能化解當下的對立，更能培養溝通協調的能力，讓合作不再是互相妥協，而是彼此看見。

(三)從「問題」走向「議題」，讓公民決定具備溫度

社會領域不只是知識的思辨，更是價值觀的釐清與選擇。教學應從單純的利弊分析，深化為對不同利害關係人的同理與責任承擔。教師可引導學生進行「換位思考」：「如果你是受影響的當事人(如被網路肉搜者、被迫搬遷的居民)，你希望社會大眾如何對待你？」並鼓勵學生思考：「我的這項決定會對他人造成什麼影響？」這種換位思考的練習，能引導學生抱持多元觀點看待世界，理解每一項公共決策對不同群體可能產生的衝擊。當學生能夠在做決定前，深入理解規範並預想行為後果，他們便是在鍛鍊抉擇與承擔責任的能力。

實例應用：以康軒社會4上第三單元第1課〈信仰與生活〉為例

在國小社會4上課程中，3-1〈信仰與生活〉是一個充滿張力與文化深度的主題。課本呈現了家鄉多元的信仰風貌，傳統教學容易停留在「認識儀式名稱」或口號式的「要尊重包容」，但在SEL的視角下，這個主題是培養學生抱持多元觀點看待世界與自我認同的絕佳場域。



(一) 情緒覺察開啟尊重不同信仰的起點

在教導學生「要尊重不同宗教」這項規範之前，教師應先從學生的真實生活經驗出發，建立情感連結。例如：可從課本中常見的情境切入：「好朋友約我去打球，但我必須去教會做禮拜，只好拒絕他。」教師先引導學生覺察他人的感受，提問：「如果你是那個與沖沖約人卻被拒絕的朋友，當下的心情會是什麼？」學生可能回答失落、生氣或覺得對方不夠朋友。此時教師要先接納並同理這份不舒服，讓學生感受到被理解的安全感。接著，再引導他們進行觀點轉換：「如果你是那個要去教會的人，面對好朋友的邀約，會不會感到掙扎？為什麼最後還是選擇去教會？那個地方對你有什麼意義？」透過這樣的情感拆解，學生逐漸明白，朋友的拒絕並非「不在乎友情」，當孩子能覺察並接納這些情緒轉折，尊重不同宗教的規範也就不再是外在的「被要求」，而是內化成「我理解、我選擇」的真誠態度。



(二) 讓信仰討論成為同理的練習場

在社會領域的宗教或文化主題中，學生常會對「不燒香」這類與環保相關的信仰變遷議題產生興趣，但討論若僅停留在「環保對 / 傳統錯」的二元爭辯，容易忽略情感層面的理解。教師應將焦點從「評價行為」轉向「理解行為背後的心理初衷」，讓討論成為同理的練習場。例如：當課本提到「部分寺廟提倡以雙手合掌代替燒香」時，教師可引導學生進行深度探詢：「為什麼有些長輩仍堅持要燒香？他們的行為背後藏著什麼感受？」接著以具體比喻幫助理解——對長輩而言，那縷上升的香煙就像是通往神明的「Wi-Fi訊號」，象徵著祈願與心意的傳遞。當學生能理解這層心理機制，再進一步討論：「選擇不燒香的人，他們的誠心就比較少嗎？」教師可引導孩子從形式(儀式)與本質(信念)之間的關係，重新看見人們不同選擇的共通核心，都是出於信任與安定的需求。這正是SEL「社會覺察」的核心精神：以理解取代批判，從同理走向包容。

大多數數的信仰，都在鼓勵人們修身養性、行善助人、勇敢克服困難，並具有安定人心、促進社會祥和的功能。面對不同的信仰時，我們都應該尊重與包容。



有些居民受到信仰影響，成為宗教團體的志工，服務眾人。

燒香可以表達對神明的誠敬之意。



以雙手合掌的方式，代替燒香拜拜。

不燒香的話，會不會不夠虔誠？

不燒香的話，神明會不會收不到我們的心意？

配合習作第20~21頁 59

(三) 以行動體驗培養文化尊重與自我認同

社會領域的最終目標，不只是讓學生認識社會現象，更在於引導他們在真實生活中實踐「社會覺察」與「自我認同」。當課文談到信仰、文化或社會變遷等議題時，教師可將學習延伸為行動性的任務，讓學生在生活中與他人連結。例如：設計「小小文化親善大使」的活動，請學生親自訪問家中長輩或不同信仰的鄰居。訪談的重點不在於問「怎麼拜？拜什麼？」這些知識性問題，而是轉向「感覺」層面的探索，例如：「阿嬤，您在拜拜或禱告時，心裡的感覺是什麼？是安心、力量，還是平靜？」或「這個信仰在您遇到困難時，曾給您什麼樣的幫助？」這些提問讓學生走進信仰背後的情緒與故事，體會人心對安定、陪伴與希望的共通渴望。

實例應用：以康軒社會6上第二單元第1課〈個人發展如何受到社會變遷的影響？〉為例

在國小社會6上課程中，2-1〈個人發展如何受到社會變遷的影響？〉是一個充滿自我探索與世代對話張力的主題。課本透過家電廣告代言人的性別改變，以及「男性保母」的職場新貌，呈現了性別角色在傳統與現代間的流動。傳統教學容易停留在「打破刻板印象」的認知層面或口號式的「職業不分性別」，但在SEL的視角下，這個主題是強化學生自我探索與自我認同的最佳契機。

1 個人發展如何受到社會變遷的影響？

教育變遷對個人發展的影響

早期社會因為族群、性別、階級不同，而限制個人受教育的機會，例如：日治時期臺灣人和日本人讀不同的學校。中華民國建國後，政府推動國民教育，人人皆可上學，學校對學生的服裝儀容、言行舉止有嚴格規定，重視考試及升學，使個人發展較受限制。

因社會變遷及教育觀念的改變，現在的教育鼓勵學生表達自己的想法，多參與學校活動進行多元學習，探索個人興趣，也鼓勵個人不同的發展。

隨著社會的多元與開放，學校所提供的教育不一定能滿足所有的學生，例如：有些家長認為學校的教育較為制式，希望能夠為孩子安排適合自己的學習方式。透過各個團體與政府的溝通及努力，政府修訂了教育相關法律，讓學生能選擇不一樣的受教育方式。

現代教育學習領域多元，不限制在教室這樣的改變對個人發展有什麼影響？

傳統 學校教育與個人發展

學校有規章，學生必須遵守

重視升學考試

這些學生與家長正相隨著高中聯合招生榜單的情形。

聽聞家中長輩，以前的教育方式、訓練、每天辛勤操勞，對他們的總有什麼影響？

明天是假期日，覺得什麼假期比較好呢？

現在的親子真幸福，以前我們都只能穿制服上學呢！

現代 學校教育與個人發展

學校沒有規章

重視個人興趣與自我發展

課業上老師引導，學生可主動與社會

家長可為孩子選擇就讀實驗學校設備

實驗學校設備提供多元的課程，讓學生有不同的學習、體驗。

配合習作第12~13頁

(一)以情緒連結化解世代差異

在社會領域討論「性別平等」或批判「傳統重男輕女」觀念之前，教師應先幫助學生與傳統世代建立情感連結，而非立即進入價值對立的評斷。6上2-1舉例早期家電廣告畫面多以「母親、女性的角色」為主，教師可引導學生先暫停對「性別刻板印象」的評價，從情境中感受女性長輩的付出：「在那個年代，阿嬤為什麼會把照顧全家當成最重要的事？這背後代表她對家人的什麼心意？」透過討論，學生會發現，在早期的社會環境下，女性將重心放在家務與教養，是守護家庭、展現愛的方式。當學生能先連結這份「愛與責任」的情感基礎，在面對長輩仍有的傳統期待與現代個人夢想的衝突時，便能減少憤怒或對立，並在世代對話中維持安全感與尊重感，共同思索如何在新時代裡，以「彼此協調、分工合作」延續這份對家庭的守護。

(二) 理解家庭價值促進親子間的理解對話

在社會領域中談到「職業選擇」或「家庭期待」時，教師可設計「家庭價值觀樹」的訪談任務，讓學習焦點從「完成作業」轉為「促進世代間理解的協作」。當學生分享「我想當電競選手或藝術家，但爸媽希望我當公務員或醫師」時，教師可引導他們暫停抱怨，轉而用好奇心展開「採訪模式」。「你能不能去問問爸媽，為什麼他們覺得公務員比較好？他們年輕時經歷過什麼樣的不安？」當學生帶著理解的眼光回家訪談，往往會發現父母對穩定工作的堅持，其實源自他們曾經歷過的經濟困境與安全焦慮。這正是SEL所強調，在理解他人之前，先放下防衛；在爭辯立場之前，先聽見故事。

(三) 在反思中勇敢做自己

當社會領域談到性別角色或社會期待時，教師可結合課本中「男性保母」或補充新聞中「職涯規畫不受性別限制」的案例，讓學生從理解轉向反思，思考「我想成為什麼樣的人」。透過「勇敢做自己」的分享活動，教師可引導學生設想：「如果我想從事一份與家人期待不同的工作，我該如何表達？當外界質疑我時，我要如何肯定自己的價值？」這樣的學習讓性別平等不再只是口號，而是一種帶著情感與責任的「負責任決定」，使公民教育更具溫度與人性深度。

為孩子的社會化歷程導航

透過SEL的深度融入，我們將原本生硬的社會領域，轉化為滋養人際互動的沃土。我們深信：理解他人是智慧，覺察自我是力量，而與人共好則是幸福的關鍵。當他們擁有了這雙隱形的翅膀，無論未來社會如何變遷，他們都能以最堅實的公民素養，溫柔的承接世界，堅定的成為自己。