

فهرست مطالب

۹	مقدمه مترجم
۱۱	پیشگفتار
۱۳	درباره ویراستاران
۱۵	مقدمه: درباره این کتاب
بخش ۱ — ارتباط اساسی آموزش اجتماعی - هیجانی / هوش هیجانی، عملکرد تحصیلی و فرایند یادگیری	
۲۳	۱ ارتباط بین آموزش اجتماعی - هیجانی و تحصیل در مدرسه
۲۷	موريس الیاس
۴۱	۲ رشد مغز و آموزش اجتماعی - هیجانی مقدمه‌ای برای مربیان
	کارول کوشه و مارک گرین برگ
۶۷	۳ هوش چندگانه و هوش هیجانی یافتن زمینه‌های مشترک در کلاس درس
	توماس هیچ و میندی کورنهیپر
بخش ۲ — آموزش اجتماعی - هیجانی / هوش هیجانی و اثر آن در ایجاد مشارکت در زمینه‌های اساسی آموزش خدمت و شهروندی، از مدرسه تا کار، بهداشت و سلامت، تربیت معلم، و رشد حرفه‌ای	
۷۷	۴ رابطه میان منش، خدمت و آموزش اجتماعی - هیجانی
۸۱	شلدون برمن و مری هنزبری مک کارتی
۹۹	۵ از مدرسه تا کار آموزش اجتماعی - هیجانی به مثابه ارتباطی حیاتی
	کری چرنیس و دنیل گولمن

۶ □ هوش هیجانی و پیشرفت تحصیلی

- ۶ سلامت جسمانی، مهارت‌های اجتماعی - هیجانی و موفقیت تحصیلی تفکیک‌ناپذیرند . ۱۰۵
سوزان وولی و ماریسا روین
- ۷ پرداختن به آموزش اجتماعی - هیجانی در تربیت معلم ۱۱۱
جنت پتی
- ۸ افزایش هوش هیجانی معلم جدید اثر استفاده از توانش‌های اجتماعی - هیجانی در کاهش
استرس و افزایش موفقیت در سال نخست تدریس ۱۲۵
رز ریسمن
- ۹ بسته‌جستار حرفه‌ای راهی برای اکتشاف، تقویت و استفاده از هوش هیجانی در مدارس . ۱۳۵
پم رایبیتز
- بخش ۳ — معلمان از تجربه‌های‌شان می‌گویند چگونه آموزش اجتماعی - هیجانی/
هوش هیجانی را به کلاس درس ببریم؟ ۱۴۵**
- ۱۰ من می‌توانم مسئله حل کنم رویکرد حل مسئله شناختی میان‌فردی برای کودکان ۱۴۹
مایرنا بی. شور
- ۱۱ آموزش مهارت‌های کنار آمدن با مشکلات برای مدیریت استرس ۱۶۳
گلوریا الدر و جنی تراتر
- ۱۲ گردهمایی صبحگاهی آموزشی هنر مکالمه با محبت ۱۷۵
روکسان کریت
- ۱۳ پرورش کودکان سالم راهبردهای مدرسه برای پرورش رفتارهای اجتماع‌گرایانه ۱۸۹
کوین هگرتی و کارول کامینگز
- ۱۴ تصمیم‌گیری اجتماعی / حل مسئله اجتماعی چارچوبی مستحکم و مبتنی بر شواهد برای
آموزش اجتماعی - هیجانی در کلاس ۲۰۷
لیندا بروئن باتلر و ویکتوریا پوئدویکی
- ۱۵ در داخل دایره باز ۲۲۱
بورلی کوتف و پاملا سیگل

فهرست مطالب □ ۷

۲۳۵	آموزش سواد هیجانی در کلاس‌های دوره ابتدایی: برنامه درسی پترز	۱۶
	کارول کوشه و مارک گرینبرگ	
۲۴۹	برنامه گام دوم مهارت‌های اجتماعی - هیجانی برای پیشگیری از خشونت	۱۷
	جوان کول دافل، کیتی بلند و کارین فری	
۲۶۷	پرورش محبت، منش و مسئولیت در مدارس	۱۸
	سوزان کروک کیستر	
۲۸۵	آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس	۱۹
	استیون ج. دنیش و تانیا فورنرس	
۲۹۹	بخوانید و خدمت کنید آموزش خدمت اجتماعی دانش‌آموزمدار و سوادآموزی	۲۰
	رُز ریسمن	
۳۱۱	قهرمانان به نجات می‌شتابند رسیدن به ریشه‌های یادگیری	۲۱
	الیوت رُزنبوم و آن مدلاک	
	برنامه درسی بهترین تمرین‌ها برای پیشگیری مهارت‌های زندگی پایه برای آموزش عمومی و آموزش استثنایی	۲۲
۳۲۳	الن دیتز، جوان گلنسی، و مایک دابینز	
۳۴۱	درس‌های آموزش بهداشت نوجوانان آموزش اجتماعی - هیجانی در زمینه بهداشت	۲۳
	کریستین بلیر	
۳۵۵	در برابر تاریخ و خودمان	۲۴
	مارتین اسلیپر و مارگوت استرن استرام	
۳۶۵	دوره آموزشی «گذر از دبیرستان»	۲۵
	ریچل کسلر	
۳۸۱	سخن آخر	
۳۸۵	واژه‌نامه	
۳۸۷	منابع	

پیشگفتار

این کتاب برای مدرسان است، هر مدرسی که در این جو «هیچ کودکی نباید عقب بماند»^۱ می‌خواهد بدانند که چگونه می‌توان تمام کودکان را از نظر تحصیلی، اجتماعی و هیجانی پرورش داد. چه نوع رویکردهایی و کدام فنون سازماندهی و ساخت محیط کلاسی برای معلمان ضروری است تا از دانش و روشی که در سال‌های اخیر معمول شده است، عقب نمانند؟

این کتاب برای پاسخ دادن به این پرسش‌ها براساس بهترین روندهای عملی موجود است. از واژه عملی به این دلیل استفاده کرده‌ایم که تأکیدمان بر رویکردهایی بوده است که به مدتی طولانی در جاهای مختلف با موفقیت به کار رفته‌اند. ما به خوانندگان نشان می‌دهیم که چگونه هوش هیجانی یا آموزش اجتماعی - هیجانی را به روش‌هایی به کلاس ببرند که پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان را از دوره ابتدایی تا آخر متوسطه بهبود بخشد. این کتاب طوری طراحی شده است که رابطه بین روح، قلب و ذهن را روشن کند.

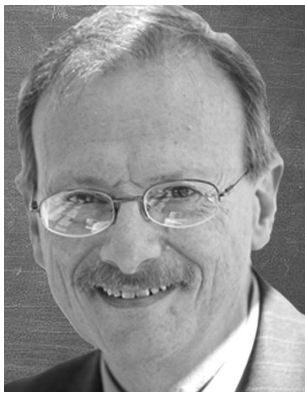
آموزش اجتماعی - هیجانی / هوش هیجانی نقش معلم را در ایجاد تحرک در یادگیری و پیوند زدن آموزش با دنیای اجتماعی بزرگ‌تر و مسئولیت‌هایی که کودکان امروز در بزرگسالی با آنها مواجه می‌شوند، ارج می‌نهد و تأیید می‌کند. بیشتر فصل‌ها با داستانی (واقعی) آغاز می‌شود: از زبان استادان آموزش اجتماعی - هیجانی که این آموزش را هم برای پرورش شخصیت و هم پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان‌شان به کار برده‌اند. به مرور که در مطالعه این کتاب پیش می‌روید، متوجه خواهید شد که تغییراتی که باید برای به دست آوردن دیدی جدید در آموزش دانش‌آموزان‌تان ایجاد کنید، چقدر جزئی هستند.

پس از خواندن این کتاب، با حیطه آموزش اجتماعی - هیجانی، منطق و چگونگی پشتیبانی آن از موفقیت تحصیلی و پیشرفت در سایر حیطه‌های یادگیری در مدرسه آشنا خواهید شد و اطلاعاتی درباره بهترین روش‌ها در این زمینه که به صورت نمونه‌هایی از

۱. No Child Left Behind منظور قانونی است که مجلس امریکا برای حمایت از تحصیل کودکان محروم در سال ۲۰۰۲ تصویب کرد. م

برنامه‌ها و رویکردهای موفق در آموزش اجتماعی - هیجانی در این کتاب ارائه شده‌اند، به دست خواهید آورد. با توجه به شکل‌های مختلف بازآموزی معلمان برای آموزش اجتماعی - هیجانی، می‌توانید آن مهارت‌هایی را که پرورش آنها برای شما یا همکاران‌تان ضروری است، شناسایی کنید. دست آخر، مواد خام فراوانی به صورت فعالیت‌های نمونه در این کتاب ارائه شده‌اند که به شما امکان می‌دهند آنچه را خوانده‌اید «از شنبه» در عمل اجرا کنید و پا به راه آموزش اجتماعی - هیجانی بگذارید.

درباره ویراستاران



دکتر موريس جی. الیاس^۱، استاد روان‌شناسی دانشگاه راتگرز^۲ است و آزمایشگاه آموزش اجتماعی - هیجانی این دانشگاه را اداره می‌کند. او قبلاً نایب رئیس تیم سرپرستی هم‌اندیشی برای آموزش درسی، اجتماعی و هیجانی^۳ و مشاور ارشد مرکز پژوهش، سیاست‌گذاری و اجرا در مرکز آموزش منش نیوجرسی^۴ بوده است. پژوهش‌ها و نوشته‌های او به حیطة هوش هیجانی در کودکان، مدارس و خانواده‌ها اختصاص یافته‌اند. فهرست بعضی از کتاب‌های او در زیر آمده است:

- Emotionally Intelligent Parenting: How to Raise a Self-Disciplined, Responsible, Socially Skilled Child (Three Rivers Press, 2000)
- Raising Emotionally Intelligence Teenagers: Guiding the Way for Compassionate, Committed, Courageous Adults (Three Rivers Press, 2002)
- Engaging the Resistant Child Through Computers: A Manual for Social- Emotional Learning (available through www.nprinc.com)
- Building Learning Communities with Character: How to Integrate Academic, Social and Emotional learning (ASCD 2002)
- EQ+ IQ=Best Leadership Practices for Caring and Successful Schools (Crowin Press 2003)
- Social Decision Making/ Social Problem Solving for Middle School Students: Siklls and Activities for Academic, Social and Emotional Success (www.researchpress.com)

او متأهل و دارای دو فرزند است، می‌توان به نشانی پست الکترونیکی زیر با او تماس گرفت:

RutgersMJE@aol.com

-
1. Maurice J. Elias
 2. Rutgers University
 3. Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL)
 4. New Jersey Center for Character Education

هریت آرنولد^۱، در مدرسه گلا دیس ال. برنارد، دانشکده

آموزش و برنامه درسی در دانشگاه پاسیفیک^۲، واقع در

استاکتون ایالت کالیفرنیا، استادیار است. او که معلمی

قدیمی است، قبلاً معلم دبستان، مدیر دبیرستان، مشاور

بین‌المللی و مدیر بخش پرورش کارکنان و کادر آموزشی

بوده است. تجربه او در آموزش عالی، هماهنگ‌کنندگی

برنامه تربیت معلم دانشگاه استنفورد، در ایالت کالیفرنیا

بوده است. او در چند انجمن حرفه‌ای عضویت دارد، از

جمله عضو هیئت مؤسس و هیئت اجرایی انجمن نظارت و

تهیه برنامه درسی کالیفرنیا^۳؛ شورای تربیت معلم کالیفرنیا،

انجمن مدیران مدارس کالیفرنیا؛ فی دلتا کاپا^۴؛ هیئت مدیره پروژه پیمان^۵. پروژه‌های

تربیت معلم او شامل آموزش معلمان ابتدایی باهاما در زمینه خواندن، و آموزش اجتماعی -

هیجانی در ژاپن، انگلستان، ترینیداد، سنت مارتن، آلمان و کوراسائو بوده‌اند. نوشته‌های او

عبارت‌اند از مقالاتی در مجلات حرفه‌ای؛ نشریات کلیسایی متعلق به امریکایی‌های

افریقایی تبار، به نام *Antioch: A Place for Christians*؛ کتاب *Succeeding in the*

Secondary Classroom: Strategies for Middle and High School Teachers (Corwin

Press 2001) و همکاری با موريس الیاس و سینتیا اشتایگر هاسی در ویرایش

کتاب *EQ=IQ= Best Leadership Practices for Caring and Successful Schools*.



1. Harriett Arnold

2. Gladys L. Bernard School of Education, Department of Curriculum and Instruction, at the University of Pacific

3. California Association of Supervision and Curriculum Development

4. Phi Delta Kappa

5. Project 30 Alliance

مقدمه

درباره این کتاب

ما این کتاب را به سه بخش تقسیم کرده‌ایم که هر یک از طریق مصاحبه با استادانی مجرب و محبوب که هم راه و روش‌ها را می‌دانند و هم می‌توانند از آنها سخن بگویند، تهیه شده است. از نظرهای آنها، همچون نظرهای نویسندگانی که در هر فصل مقاله‌ای دارند، به منظور نشان دادن راه‌هایی عملی برای فکری که در این کتاب مطرح شده‌اند، بهره جسته‌ایم. توصیه‌های آنها هرچند ریشه در نظریه دارند، مبنای عملی‌شان نیز بسیار قوی است و از کتاب دیگر ما:

EQ + IQ = Best Leadership Practices for Caring and Successful Schools (by M. J. Elias, H. Arnold, & C. Hussey, Eds., Thousand Oaks, CA: Crowing Press, 2003)

مایه گرفته‌اند در آن کتاب، مدیران آموزشی و مدیران دیگر گزارش‌هایی دست اول از اینکه بردن آموزش اجتماعی - هیجانی^۱ و هوش هیجانی^۲ به مدارس‌شان چگونه موجب جوی مثبت، کاهش خشونت و رفتارهای نابهنجار دیگر و موفقیت تحصیلی بیشتر شده است، در اختیار ما گذاشتند. مدیرانی از سراسر ایالات متحده آمریکا، راه و روش‌هایی را در موقعیت‌های معمولی و ویژه آموزشی و برای هر گروه سنی که به کار برده بودند، با ما در میان گذاشتند.

ولی در سال‌های اخیر اتفاقات دیگری افتاده است و استادان بسیار دیگری که با رویکرد یادگیری اجتماعی - هیجانی در محیط‌های تحصیلی به نتایج بسیار ثمربخشی رسیده‌اند، تجربه اندوخته و نظرهای خود را بر آرای پیشین افزوده‌اند. گزارش‌های آنها که مایه اصلی این کتاب‌اند، بخش ۳ این کتاب را تشکیل می‌دهند. آنچه آنها می‌گویند، مدیران با بصیرت پیش از این می‌دانستند: رابطه‌ای اساسی بین یادگیری اجتماعی - هیجانی / هوش هیجانی و

پیشرفت تحصیلی وجود دارد. این رابطه موضوع کانونی بخش نخست این کتاب است. ما در حیطه‌های کلیدی زیر به نقش مدرسه می‌پردازیم:

- راه‌های آماده کردن دانش‌آموزان برای شهروندی و ارائه خدمت^۱
- راه‌های آماده کردن دانش‌آموزان هم با دانش و هم با منش برای ورود به دنیای کار
- راه‌های رسیدگی همه‌جانبه به بهداشت و سلامت دانش‌آموزان برای آنکه بتوانند از نیروهای بالقوه خود کمال استفاده را بکنند
- راه‌های آماده کردن، جهت دادن، آموزش، پرورش و پیشبرد معلمان و مربیان دیگر

مهم‌ترین عوامل نفرت از مدرسه، رد شدن و ترک تحصیل اجتماعی - هیجانی‌اند. وقتی معلمان تدریس را کنار می‌گذارند، بیشتر به دلیل رفتار دانش‌آموزان و کلاس و مدرسه است تا هر چیز دیگری که مربوط به جنبه‌های فنی آموزش و آموزشگری باشد. به طور مشابه، یادگیری اجتماعی - هیجانی در بن عدم مشارکت مدنی، مشکلات محل کار و تصمیم‌گیری‌های نادرست در خصوص سلامت و بهداشت قرار دارد. مأموریت پیچیده مدارس در آموزش رسمی و پرورش منش، توجه توأمان به یادگیری اجتماعی - هیجانی و عوامل ذهنی را ایجاب می‌کند. بهترین مربیان، مانند بهترین والدین، همیشه به طور شهودی از این واقعیت آگاه بوده‌اند. اکنون پژوهش و عمل به پای شهود رسیده‌اند.

گروه‌های سنی مخاطب

چنان که خواهید دید، مطالب بسیاری در این کتاب وجود دارند که در مورد تمام گروه‌های سنی صدق می‌کنند. در بخش ۱ به رابطه بین یادگیری اجتماعی - هیجانی، تحصیل، یادگیری مغز و هوش چندگانه از پیش دبستان تا پایان دبیرستان پرداخته شده است هر چند بعضی مباحث بخش ۲ (مثل از مدرسه تا کار) وابسته به گروه سنی‌اند، به طور تلویحی کاربردهایی برای تمام دوره‌های رشد دارند. بخش ۳، بردن یادگیری اجتماعی - هیجانی به کلاس درس، شامل مثال‌هایی از پیش دبستان تا آخر دبیرستان است که در شکل ۱ به طور خلاصه آنها را می‌بینید. با توجه به آنچه گفته شد، بیشتر طراحان برنامه‌های آموزشی پژوهش اقدام خود را به گونه‌ای ادامه می‌دهند که برنامه‌های شان گستره سنی وسیع‌تری را دربرگیرند، تا وقتی در مدارس و

۱. Service منظور خدمت اجتماعی رایگان یا داوطلبانه است. در مقاله‌های این کتاب واژه‌های خدمت و آموزش خدمت بارها به کار رفته‌اند، که همه جا به همین معنی هستند. گاه در ترجمه خدمت اجتماعی و خدمت داوطلبانه نیز آمده است که باز به همین معنی است. م



ارتباط بین آموزش اجتماعی - هیجانی و تحصیل در مدرسه

موريس الياس

در هر جامعه‌ای، کودکان نقش‌هایی اجتماعی را که بزرگسالان‌شان دارند، به ارث می‌برند. کار مدارس ما آماده کردن کودکان برای این مسئولیت آتی است. به همین دلیل است که در سراسر دنیا، مردم می‌خواهند آموزش را ارتقا دهند. صفحات خبرنامه‌ها، مجلات، نشریات، روزنامه‌ها و کتاب‌های آموزشی پر از نظرهای مختلف درباره این موضوع است که باید بر چه چیزهایی تأکید کرد. در این میان بر سر چند حیطه توافق آرا وجود دارد. نظرسنجی‌های متعدد از والدین و سران اجتماعات به روشنی نشان می‌دهند که ما می‌خواهیم فرزندانمان چه چیزهایی را بدانند و چه توانایی‌هایی داشته باشند و همین اطلاعات تعیین می‌کند که از مدارس انتظار داریم چه چیزهایی بیاموزند. ما می‌خواهیم نسل جوانمان:

- کاملاً باسواد باشد و بتواند از توان زبان شفاهی و کتبی در انواع شکل‌ها و رسانه‌ها بهره‌برد و استفاده کند؛
- علوم و ریاضیات را در سطحی درک کند که برای دنیای آینده آماده شود و توانایی تفکر انتقادی، دقیق و خلاقانه‌اش تقویت شود؛
- در حل مسئله مهارت داشته باشد؛
- در خصوص بهداشت و سلامت شخصی‌اش مسئولیت‌پذیر باشد؛

- روابط اجتماعی مؤثری برقرار کند، مثلاً یاد بگیرد که چگونه در گروه کار کند و چگونه کسانی را که فرهنگ و پیشینه متفاوتی دارند، درک و با آنها ایجاد ارتباط کند؛
- مهربان باشد و برای دیگران احترام و اهمیت قایل شود؛
- کارهای جامعه خود را درک کند و برای به عهده گرفتن نقش‌هایی که برای پیشرفت‌های آتی ضروری است، آماده باشد، و
- مَنشی خوب داشته باشد و در تصمیم‌گیری درست و اخلاقی عمل کند.

تمام اینها جنبه‌هایی از آن چیزی هستند که بعضی به آن «تربیت کودک کامل» می‌گویند. این تفکری جدید نیست و ریشه در نوشته‌ها و درس‌های بسیاری از فرهنگ‌های باستانی دارد. با این حال، با پیچیده‌تر شدن دنیا و افزایش چندپارگی در جوامع، دستیابی به این نوع تعادل که کودکان را به یادگیری، کار و مشارکت با حداکثر توان ترغیب کند، تبدیل به چالشی مداوم شده است. شش مورد آخری در فهرست بالا، به آن جنبه‌هایی از آموزش اشاره دارد که به آنها پرورش منش، یادگیری خدمت محور، آموزش شهروندی و هوش هیجانی می‌گویند. همه اینها را می‌توان با یک اصطلاح واحد بیان کرد: یادگیری اجتماعی - هیجانی، و همین نوع آموزش است که وقتی به آموزش رسمی اضافه شود، به مریبان امکان رسیدن به تعادلی را که کودکان نیاز دارند، می‌دهد.

چون تعادل ضروری است، کوشش برای ارتقای بعضی از عوامل به قیمت کنار گذاشتن عواملی دیگر محکوم به شکست است. لحظه‌ای تأمل بدیهی بودن این امر را آشکار می‌کند. برای آنکه کودکان باسواد، مسئول، صاحب کسب‌وکار، بری از مواد مخدر و بزرگسالانی مهربان بار بیایند، همه ما والدین، مریبان، صاحبان کسب‌وکار، و سیاست‌گذاران باید در برخورد با این چالش با دقت و هماهنگی بیندیشیم و از انحراف توجه‌مان به اهداف دیگر پرهیز کنیم.

تجربه و پژوهش نشان می‌دهد که هر جزء این چالش را می‌توان با توجه اندیشمندانه، مداوم و نظام‌مند به مهارت‌های اجتماعی - هیجانی کودکان بهبود بخشید. «مشارکت برای یادگیری تحصیلی، اجتماعی و هیجانی»^۱ مجموعه‌ای از مهارت‌های اجتماعی - هیجانی را

۱. Collaborative for Academic, Social and emotional Learning (CASEL) سازمانی پژوهشی و غیرانتفاعی که در زمینه آموزش اجتماعی - هیجانی فعالیت می‌کند. برای اطلاعات بیشتر به سایت اینترنتی <http://www.caseel.org> مراجعه کنید. م

که زیر بنای عملکرد مؤثر در گستره‌ای وسیع از نقش‌های اجتماعی و کارهای زندگی است، معین کرده است این مجموعه از پژوهش‌های گسترده در گستره‌ای وسیع از حیطه‌ها، از جمله کارکرد مغز و روش‌های یادگیری و راهکارهای شناسایی مهارت‌هایی که به اعمال کودکان و نوجوانان در تمام جنبه‌های زندگی‌شان، چه در مدرسه و چه در خارج از آن جهت می‌دهند، برگرفته شده است. این مهارت‌ها در جدول ۱-۱ نشان داده شده است.

مدارس در سراسر دنیا، باید ابزارهایی ذهنی و عملی را در اختیار کودکان بگذارند که بتوانند با خود به مدرسه، خانواده و اجتماع ببرند. آموزش اجتماعی - هیجانی می‌تواند بسیاری از این ابزارها را تأمین کند. این آموزش روشی برای تدریس و سازماندهی کلاس و مدرسه است که به کودکان کمک می‌کند امور زندگی‌شان مانند یادگیری، ایجاد ارتباط، ارتباط مؤثر، توجه به نیازهای دیگران، و همراهی با دیگران را با موفقیت انجام دهند. وقتی مدارس برنامه‌ها و روش‌های با کیفیت آموزش اجتماعی - هیجانی را اجرا کنند، موفقیت تحصیلی کودکان بیشتر و بروز رفتارهای مشکل‌زا کمتر می‌شود، روابط هر کودکان با محیط پیرامونش بهبود می‌یابد، و جو کلاس و مدرسه بهتر می‌شود.

گاه به آموزش اجتماعی - هیجانی «قطعه گمشده» می‌گویند، زیرا معرف بخشی از آموزش است که دانش شناختی را به مجموعه‌ای معین از مهارت‌های ضروری برای موفقیت در مدرسه، خانواده، اجتماعات، مکان‌های کار، و به‌طور کلی زندگی، پیوند می‌دهد. چنان‌که رویدادهای ملی و بین‌المللی به ما درس داده و می‌دهند، وقتی کودکان با دانش ولی بدون مهارت‌های اجتماعی و هیجانی و رهنمودهایی اخلاقی بزرگ می‌شوند، خطرهایی محلی و جهانی ما را تهدید می‌کنند. بنابراین ترکیبی از یادگیری درس‌های رسمی و مهارت‌های اجتماعی - هیجانی ملاکی راستین برای آموزش مؤثر در جهانی است که اکنون پیش روی ما قرار دارد.

در آموزش اجتماعی - هیجانی هشت عنصر وجود دارد که آن را قویاً به آموزش رسمی پیوند می‌زند. پژوهشی که در این فصل آمده است، این هشت عنصر را پشتیبانی می‌کند. ولی همه اینها بر یک اصل استوارند:

آموزش‌های رسمی و اجتماعی - هیجانی بر پایه روابط پر مهر و محیط‌های گرم ولی پرچالش کلاس‌ها و مدارس بنا می‌شوند.

جدول ۱-۱ مهارت‌های اساسی برای یادگیری تحصیلی و اجتماعی - هیجانی که از سوی CASEL تعیین شده است.

خود و دیگران را بشناسید

- شناسایی احساسات: تشخیص و نامگذاری احساسات شخصی
- مسئولیت‌پذیری: درک الزام به داشتن رفتارهای اخلاقی، سالم و قانونی
- تشخیص نقاط قوت: شناسایی و پرورش خصوصیات مثبت شخصی

اتخاذ تصمیم‌های مسئولانه

- مدیریت هیجان‌ها: تنظیم احساسات به گونه‌ای که در برخورد با مشکلات به کمک شخص بیایند نه اینکه سد راهش شوند
- درک شرایط: درک دقیق و درست وضعیتی که شخص در آن قرار گرفته است
- هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی: قصد کردن و کار کردن برای رسیدن به نتایج کوتاه مدت و دراز مدت
- حل مسئله به روش خلاقانه: به کار گرفتن فرآیند منظم و خلاقانه یافتن امکانات بدیلی که به اعمال مسئولانه و هدف‌مند، از جمله برداشتن موانعی که مخل برنامه‌های از پیش تعیین شده است، منجر شود

اهمیت دادن به دیگران

- نشان دادن همدلی: شناسایی و درک افکار و احساسات دیگران
- احترام به دیگران: باور به اینکه دیگران به مثابه جزئی از جامعه انسانی، شایستگی آن را دارند که با آنها با احترام و مهربانی رفتار شود
- به رسمیت شناختن گوناگونی: درک اینکه تفاوت‌های فردی و گروهی یکدیگر را تکمیل می‌کنند و قوت و انعطاف‌پذیری دنیای ما را بیشتر می‌کنند

آگاهی از عمل

- ارتباط مؤثر: استفاده از مهارت‌های کلامی و غیرکلامی برای بیان خود و تقویت و ترویج تعامل مؤثر با دیگران
- ایجاد ارتباط: برقرار کردن و حفظ روابط سالم و ارتباط‌های ارزشمند با افراد و گروه‌ها
- مذاکره منصفانه: رسیدن به راه‌حل‌های مشترکی که برای همه طرف‌های درگیر رضایت‌بخش باشد، با در نظر گرفتن نیازها و منافع همه آنها
- پرهیز از عصبانیت: قصد پرهیز از رفتارهای ناخواسته، ناسالم و غیراخلاقی و دنبال کردن این قصد به‌طور مؤثر
- مددخواهی: شناسایی نیاز به کمک در دنبال کردن نیازها و اهداف و مراجعه به کمک و پشتیبانی مناسب
- عمل اخلاقی: تصمیم‌گیری و عمل در جهت و چارچوب مجموعه‌ای از اصول یا معیارهای گرفته شده از قواعد قانونی و حرفه‌ای یا نظام‌های دینی و اخلاقی

پژوهش‌های بسیاری این نظر را تأیید می‌کنند که دانش‌آموزان در کلاس‌ها و مدارسی که جو تهدیدآمیز ندارند و در عوض آنها را با روش‌های تشویقی به یادگیری بیشتر می‌طلبند، بهتر به آموزش رسمی پاسخ می‌دهند. دانش‌آموزان در این مدارس احساس می‌کنند که دوست‌شان دارند و عزیزشان می‌شمارند و ارزشی بیش از یادگیرنده محض برای‌شان قایل‌اند، به عبارت دیگر، به آنها به چشم منابع انسانی نگاه می‌کنند. در چنین محیط پرمهری، مربیان می‌توانند به هشت جزئی که برای تعادل آموزش درسی - اجتماعی - هیجانی و موفقیت دانش‌آموز در مدرسه و زندگی ضروری است، پردازند:

۱. پیوند آموزش اجتماعی - هیجانی به بقیه خدمات مدرسه
۲. استفاده از هدف‌گذاری به منظور تمرکز در آموزش
۳. استفاده از شیوه‌های آموزشی متمایز
۴. ترویج خدمات اجتماعی داوطلبانه برای ایجاد همدلی
۵. مشارکت دادن والدین
۶. پرورش تدریجی و نظام‌مند مهارت‌های اجتماعی - هیجانی
۷. آموزش و پشتیبانی معلمان و سایر کارکنان مدرسه
۸. ارزیابی عملکرد

آنچه در زیر می‌آید، توصیفی مختصر از هر یک از این هشت جنبه است که به منظور تأکید بر اهمیت آنها و روابط متقابل‌شان مطرح می‌شود. هرچند معلمان نمی‌توانند تمام اینها را در وظایف روزانه خود بگنجانند، می‌توانند این ادغام را در بیشتر حیطه‌ها انجام دهند. در حیطه‌های دیگر، آگاهی، تعهد و مدیریت آنها منشأ تغییرات مثبتی در مدرسه خواهد شد.

پیوند آموزش اجتماعی - هیجانی به بقیه خدمات مدرسه

مهارت‌های زندگی و اجتماعی - هیجانی در دوره ابتدایی و دبیرستان باید به‌طور مستقیم آموزش داده شوند. اگر مهارت‌های اجتماعی - هیجانی، مانند ریاضیات و خواندن، به‌طور نظام‌مند آموزش داده نشوند، درونی و جزئی از فهرست فعالیت‌های ارزشمند مادام‌العمر کودک نخواهند شد. پژوهش‌های CASEL نشان می‌دهند که گرچه این امر لازم است، کافی نیست. آموزش‌های هماهنگ مستقیم متناسب با مراحل رشد نیز به منظور پیشگیری از مسائل خاص مانند مصرف دخانیات، مواد مخدر و الکل، حاملگی، خشونت و قلدری برای

نوجوانان سودمندند. با در نظر گرفتن اینکه در اجتماعات و فرهنگ‌های مختلف رفتارهای مشکل‌آفرین متفاوت‌اند، بدیهی است که انتخاب و تمرکز بر آنها نیز متفاوت خواهد بود. شاید آنچه برای هر معلمی اهمیت و موضوعیت دارد، بهره‌ای باشد که کودکان از راهنمایی مستقیم در یافتن سبک زندگی سالم می‌برند. عادات تغذیه، الگوهای خواب، و محیط‌های مطالعه و کار حیطه‌های با اهمیت در تقویت آموزش درسی و اجتماعی - هیجانی هستند. دست آخر، مدارس باید به رویدادهای سختی که برای دانش‌آموزان اتفاق می‌افتد، توجه داشته باشند و آنها را در روزهای دشوار با پشتیبانی و راهبردهای کنار آمدن با مشکلات یاری کنند. معمولاً تا وقتی کودک خود مشکلاتی را که نتیجه رویدادی سخت است نشان ندهد، از این‌گونه کمک‌ها برخوردار نمی‌شود و متأسفانه تا آن زمان یادگیری بعضی از کودکان مختل می‌شود. حتی وقتی عملاً از کلاس غیبت نکنند، تمام آن چیزی را که معلم سخت می‌کوشد به آنها ارائه کند، نمی‌گیرند. کمک اجتماعی - هیجانی به کودکانی که با رویدادی سخت مواجه هستند، راهبرد پیشگیری مهمی است که به یادگیری درسی آنها نیز کمک می‌کند. کودکان با نیازهای ویژه نیز باید از آموزش‌های پرورش مهارت اجتماعی - هیجانی برخوردار و در فعالیتهای مرتبط شرکت داده شوند.

استفاده از هدف‌گذاری به منظور تمرکز در آموزش

کودکان باید چیزهای بسیاری بیاموزند، ولی بدون دیدن رابطه‌ای بین آن چیزها، احتمالاً آنها را به خاطر نخواهند سپرد تا در زندگی استفاده کنند. وقتی آموزش با هدف‌های قابل درک به آنان ارائه شود (هدف‌هایی که کودکان هرچه بزرگ‌تر می‌شوند، نقش مهم‌تری در تعیین آنها خواهند داشت) بیشتر علاقه‌مند و متمرکز می‌شوند و احتمال اینکه رفتارهای مشکل‌آفرین از آنان سرزند، کمتر می‌شود. تجربه‌های یادگیری که جنبه‌های مختلف یادگیری را در تمام موضوع‌های درسی و در هر زمانی هماهنگ و ادغام می‌کنند، و نیز آن نوع یادگیری که به زندگی خارج از مدرسه آنها در حال و آینده پیوند می‌خورند، ارزش ویژه‌ای دارند. یادگیری آن نوع راهبردهای حل مسئله که کودکان بتوانند در رویارویی با وضعیت‌های جدید به کار برند نیز برای آنان مفید است. آموزش خواندن وقتی با استفاده از تصمیم‌گیری‌ها و فرایندهای حل مسئله شخصیت‌های مختلف در داستان‌ها صورت گیرد، یا آموزش تاریخ و رویدادهای معاصر وقتی متمرکز بر دیدگاه‌های مختلف افراد و گروه‌ها و فرایندهای حل مسئله‌ای که به کار برده‌اند (یا ممکن بود به کار برند) باشد، بسیار پربار