

Tóm Tắt Thực Hiện Washington SEL: Dành cho Phụ Huynh và Gia Đình

Học Tập Cảm Xúc Xã Hội: Gia Đình, Trường Học và Cộng Đồng Cùng Cộng Tác

Social emotional learning (Học tập cảm xúc xã hội, SEL) bắt đầu ở nhà. Phụ huynh và gia đình là những người thầy đầu tiên về SEL cho trẻ. Khi trẻ lớn lên, phụ huynh và gia đình đóng vai trò không thể thiếu trong việc hỗ trợ đời sống tình cảm xã hội của con của mình.

Tiếp tục SEL ở trường. Đối với trẻ ở độ tuổi đi học, lớp học và môi trường mà nhà trường mang đến cơ hội xây dựng nhận thức về cảm xúc của các em, thể hiện sự đồng cảm với người khác và đóng góp vào sự thịnh vượng của cộng đồng.

Tại sao lại tập trung SEL tại trường? Học tập vốn có tính xã hội và cảm xúc. Khi học sinh cảm thấy được kết nối với giáo viên, bạn bè và trường học, mạng lưới thần kinh trong não của các em sẽ trở nên mạnh mẽ hơn. Cảm xúc và các mối quan hệ có thể thúc đẩy học sinh tham gia vào việc học tập hoặc nếu không được nuôi dưỡng sẽ cản trở việc học, trí nhớ và hành vi tích cực. Nhiều thập kỷ nghiên cứu cho chúng ta biết rằng các kỹ năng cảm xúc xã hội rất quan trọng đối với cả việc học tập lẫn năng lực mà con của chúng ta cần để thành công trong sự nghiệp và đời sống công dân. Sự phát triển cảm xúc xã hội của trẻ được hỗ trợ tốt nhất khi có sự cộng tác của cha mẹ, gia đình, nhà trường và các đối tác cộng đồng.

Tiếp tục SEL trong cộng đồng. Các tổ chức cộng đồng đóng một vai trò thiết yếu trong việc hỗ trợ sự phát triển lành mạnh của trẻ và cho phép học sinh tiếp tục học tập ở nhiều môi trường.

Học Tập Cảm Xúc Xã Hội là gì?

Social emotional learning (Học tập cảm xúc xã hội, SEL) được hiểu rộng rãi là một quá trình qua đó mọi người xây dựng nhận thức cũng như kỹ năng quản lý cảm xúc, đặt mục tiêu, thiết lập các mối quan hệ đồng thời đưa ra các quyết định có trách nhiệm hỗ trợ thành công trong trường học và cuộc sống. (Xem Hướng Dẫn Thực Hiện SEL của tiểu bang Washington)

SEL **không phải** là một cách để “chấm điểm” hay xác định những thiếu sót, và SEL không chỉ là một chương trình giảng dạy hay chương trình bổ sung. Đúng hơn, SEL là một cách tiếp cận có chủ đích nhằm xây dựng tài sản của học sinh.

SEL hỗ trợ **công bằng giáo dục**¹ theo nhiều cách: nhấn mạnh sự phát triển toàn diện của trẻ, thu hút sự chú ý đến bản chất xã hội của việc học tập, nâng cao niềm tin rằng tất cả trẻ em đều có thể học, phát triển kỹ năng của thanh thiếu niên để điều hướng bối cảnh xã hội đồng thời cải thiện mối quan hệ giữa học sinh và nhà giáo dục—một yếu tố bảo vệ quan trọng cho **tất cả** học sinh.²

¹ Công bằng về giáo dục có nghĩa là mỗi trẻ nhận được những điều mà các em cần để phát triển tối đa tiềm năng học tập và xã hội của mình. Truy xuất từ trang web Dự Án Công Bằng Quốc Gia: <https://www.nationalequityproject.org/education-equity-definition>

² Jones, S. M., & Kahn, J. (2017). *Cơ sở bằng chứng về phương hướng chúng tôi học tập: Hỗ trợ sự phát triển về mặt xã hội, cảm xúc và học tập của học sinh. Tuyên bố đồng thuận về bằng chứng từ Hội Đồng Các Nhà Khoa Học Xuất Sắc.* Washington, DC: Viện Aspen.



Tiêu Chuẩn SEL của Tiểu Bang Washington³

Tự Nhận Thức:	Mỗi người có khả năng xác định cảm xúc, tài sản cá nhân, lĩnh vực để phát triển cũng như các nguồn lực và tài nguyên tiềm năng bên ngoài.
Tự Quản Lý:	Mỗi người có khả năng điều chỉnh cảm xúc, suy nghĩ và hành vi.
Tự Tin vào Năng Lực Bản Thân:	Mỗi người có khả năng tự động viên, kiên trì và thấy mình có năng lực.
Nhận Thức Xã Hội:	Mỗi người có khả năng nhìn nhận và đồng cảm với những người có nguồn gốc và văn hóa khác nhau.
Quản Lý Xã Hội:	Mỗi người có khả năng đưa ra những lựa chọn an toàn và mang tính xây dựng về hành vi cá nhân cũng như các tương tác xã hội.
Gắn Kết Xã Hội:	Mỗi người có khả năng quan tâm đến người khác và thể hiện mong muốn đóng góp cho sự thịnh vượng của trường học và cộng đồng.

Khung SEL của Tiểu Bang Washington: Các Yếu Tố Thiết Yếu và Nguyên Tắc Hướng Dẫn

1. Tạo điều kiện hỗ trợ học sinh SEL thông qua khí hậu và văn hóa.
2. SEL yêu cầu sự phối hợp giữa các gia đình, nhà giáo dục, đối tác cộng đồng và thanh niên trong việc thiết kế cũng như thực hiện.
3. Xây dựng năng lực trường thành.

Công Bằng: Mỗi trẻ nhận được những điều mà các em cần để phát triển tối đa tiềm năng của mình.

Duy trì văn hóa: Văn hóa được xem như một nguồn lực để học tập, không phải là rào cản.

Thiết kế phổ quát: Sự khác biệt trong học tập được lên kế hoạch và điều chỉnh.

Thông báo về chấn thương: Kiến thức về tác động của chấn thương được tích hợp vào chính sách và thực hành.

Gia Đình có thể Hỗ Trợ SEL như thế nào?

- ✓ Xây dựng mối quan hệ với các đối tác trường học, thành viên cộng đồng và các gia đình khác để cùng nhau học hỏi và xây dựng nền văn hóa hỗ trợ SEL cho mọi người.
- ✓ Trao đổi cùng với giáo viên và hiệu trưởng ở trường của con quý vị xem họ đang làm gì để hỗ trợ năng lực cảm xúc xã hội của học sinh. Có cơ hội nào để phụ huynh tham gia với nhà trường để hỗ trợ SEL toàn diện ở trong trường không?
- ✓ Tìm hiểu thêm về SEL ở tiểu bang Washington. Truy cập trang nguồn lực SEL trên [trang web](#) của Office of Superintendent of Public Instruction (Văn Phòng Giám Đốc Công Huấn).
- ✓ Kết nối với các phụ huynh khác để trao đổi về cách hỗ trợ sức khỏe tinh thần và xã hội của con quý vị trong học tập cũng như xã hội.

³ Nhóm Cộng Tác về Điểm Chuẩn Học Tập Xã Hội và Cảm Xúc. (2016). *Giải quyết vấn đề học tập về mặt cảm xúc xã hội ở các trường công lập K-12 ở Washington*. Trích xuất từ <https://osp.k12.wa.us/sites/default/files/2022-12/selworkgroup2016report.pdf>



- ✓ Thúc đẩy SEL là ưu tiên lập pháp số một của Washington State Parent Teacher Association's (Hiệp Hội Phụ Huynh Giáo Viên Tiểu Bang Washington, WSPTA) cho năm 2018–20. Kiểm tra tại [WSPTA](#).

Thúc đẩy SEL tại Nhà.

Quý vị có thể hỗ trợ phát triển kỹ năng SEL tại nhà bằng cách khuyến khích con của mình:

- Xác định và đặt tên cho cảm xúc, cảm giác và suy nghĩ của trẻ.
- Xác định những hậu quả tích cực cũng như tiêu cực của hành động.
- Thể hiện khả năng thực hiện theo các thói quen và tạo ra ý tưởng để giải quyết vấn đề.
- Tạo mục tiêu và theo dõi tiến độ đạt được mục tiêu đó.
- Xác định cảm xúc mà người khác thể hiện.
- Xác định những điểm giống nhau và khác nhau giữa mọi người và các nhóm.
- Thể hiện kỹ năng tập trung lắng nghe mà không bị phân tâm.
- Dựa trên tính xây dựng để xác định và thực hiện các bước để giải quyết xung đột giữa các cá nhân.
- Thể hiện tinh thần trách nhiệm cộng đồng.

Thu Hút Sự Tham Gia của Phụ Huynh và Gia Đình vào SEL

Giáo Dục — Giao Tiếp — Tham Gia — Kỷ Niệm

- ⇒ Tạo đồ họa thông tin về SEL với học sinh để chia sẻ với phụ huynh và gia đình.
- ⇒ Duy trì giao tiếp cởi mở bằng nhiều phương thức khác nhau: Sử dụng tin nhắn, gọi điện thoại, tổ chức hội nghị qua video và thành lập các nhóm hỗ trợ phụ huynh và gia đình.
- ⇒ Phát triển các bản tin SEL cùng với những lời khuyên để thu hút sự tham gia, các trò chơi và hoạt động, các sự kiện ở trường và cộng đồng dành cho phụ huynh và gia đình cũng như các chiến lược giao lưu về cảm xúc, cảm giác và hành vi.
- ⇒ Thiết lập các truyền thống hoặc thói quen để kỷ niệm những thành công trong quá trình phát triển, gắn kết và tham gia.



Nguồn Lực Xây Dựng SEL cho Gia Đình

EQ 101 dành cho Phụ Huynh

Một mô-đun trực tuyến mà phụ huynh có thể tham gia để hiểu SEL là gì và phương án hỗ trợ SEL.

Giáo Dục Tâm Hồn

Nguồn lực dành cho phụ huynh và nhà giáo dục thảo luận về cách hỗ trợ tâm hồn và tâm trí.

Thẻ Gợi Ý Nuôi Dạy Con

Những tấm thẻ giải quyết những thách thức chung mà cha mẹ có thể gặp phải liên quan đến các vấn đề cảm xúc xã hội khác nhau.

Bộ Công Cụ dành cho Phụ Huynh của NBC

Trang web cung cấp các công cụ, nguồn lực, kiến thức và lời khuyên cho sự phát triển của trẻ ở mọi lứa tuổi.

Gia Đình với Vai Trò Người Dẫn Đường: Bài Học Do Phụ Huynh Định Hướng và Hướng Dẫn cho Sự Tham Gia Tập Thể

Một chương trình giảng dạy dựa trên tài sản, đáp ứng về mặt văn hóa mà các trường học có thể điều chỉnh để xây dựng năng lực cũng như mối quan hệ giữa phụ huynh và nhà giáo dục.

Các Chiến Lược hướng đến sự Tham Gia Công Bằng của Gia Đình

Một nguồn tài liệu cung cấp tầm nhìn tổng quan về các chiến lược dựa trên bằng chứng mà các trường học cũng như khu học chánh có thể sử dụng để thúc đẩy các hoạt động tham gia công bằng của gia đình. Tài liệu bao gồm các ví dụ về hoạt động của trường học và khu học chánh trên toàn quốc, với thông tin từ bảy khu vực của tiểu bang Washington.

Giấy phép



Trừ khi có ghi chú khác, [Bản Tóm Tắt về Tổ Chức Thanh Niên và Công Đồng do Nhóm Công Tác SEL](#) phát triển cho [Washington Office of Superintendent of Public Instruction \(Văn Phòng Giám Đốc Công Huấn Washington\)](#) được cấp phép theo [Giấy Phép Quốc Tế Tương Trưng của Creative Commons Phiên Bản 4.0](#). Tất cả các logo và nhãn hiệu đều là tài sản của chủ sở hữu tương ứng.

Nguồn lực này có thể chứa các liên kết đến các trang web do bên thứ ba điều hành. Các liên kết này được cung cấp chỉ nhằm mục đích thuận tiện cho quý vị và không cấu thành hay ngụ ý bất kỳ sự chứng thực hay giám sát nào của OSPI.

Nếu tác phẩm này được điều chỉnh, hãy lưu ý những thay đổi cơ bản và đặt lại tiêu đề, xóa mọi logo của Washington Office of Superintendent of Public Instruction (Văn Phòng Giám Đốc Công Huấn Washington). Cung cấp thuộc tính sau:

Nguồn lực này được điều chỉnh từ các tài liệu gốc do [Washington Office of Superintendent of Public Instruction \(Văn Phòng Giám Đốc Công Huấn Washington\)](#) cung cấp. Các tài liệu gốc có thể được truy cập miễn phí trên trang web [Hoc Tập Cảm Xúc Xã Hội OSPI](#).