

114 學年度十二年國民基本教育課程綱要普通型高級中等學校前導學校

「社會情緒學習初探~活出 SEL 精神的三部曲」

社會情緒學習教師增能研習實施計畫

壹、依據：

- (1)依據教育部國民及學前教育署 109 年 12 月 7 日臺教國署高字第 1090148425B 號令修正「十二年國民基本教育課程綱要前導學校暨機構作業要點」辦理。
- (2)依據本校 114 學年度前導學校計畫辦理。

貳、目的：

- (1)教師身心健康：協助教師學習自我覺察與壓力調適，增強心理韌性，提升職業幸福感。
- (2)強化教學實踐：讓教師掌握 SEL 五大核心技能，有效融入班級經營與輔導，成為學生的情緒楷模。
- (3)培養學生素養：透過教師引導，訓練學生具備情緒管理、同理心、合作與負責任決定的能力，促進學業與生活適應。
- (4)營造友善校園：鼓勵學校推動全員 SEL，建立正向、支持的校園文化，落實 108 課綱的素養教育精神。

參、學習目標：

- (1)強化教師心理資本：協助教師精進自我情緒覺察與壓力因應策略，藉此提升心理韌性並增進其職業幸福感。
- (2)深化教學與學生發展：培訓教師熟練應用 SEL 核心技能，有效培養學生在社交、促進學生全方位成長：激發學生正向面對逆境及做出負責任決策的能力，以支持其身心健康與學業成就。
- (4)共築友善校園文化：鼓勵全體教師協作，共同建立一個支持性、充滿關懷與正向氛圍的學習生態系統

肆、辦理單位：桃園市立楊梅高級中等學校。

伍、研習時間及地點：

- 一、研習時間：114 年 12 月 2 日(星期二) 13：10 至 15：00。
(報到時間 12：10 至 12：50)。

- 二、研習地點：桃園市立楊梅高級中等學校蘊慧樓二樓語言教室。

- 三、研習時程表：如附件。

陸、參加對象：北三區數位前導及高中優質化計畫學校之校長、教務主任、計畫承辦組長及有興趣教師。

柒、報名方式：

- 一、報名網址：google 表單連結：<https://forms.gle/as5WT4Hc3Rv3pRgq5>
- 二、報名日期：即日起至 11 月 27 日(四)中午 12：00 截止。
- 三、參加人員請予以公(差)假並惠予課務排代，請依規定由服務學校相關計畫支給差旅費。

「社會情緒學習初探~活出 SEL 精神的三部曲」

社會情緒學習教師增能研習時程表

日期：114 年 12 月 2 日(星期二)

講師：平鎮高中 呂雅慧老師

講題：社會情緒學習初探~活出 SEL 精神的三部曲

時間	活動內容	負責單位/主持人
12：10~12：50	報到	楊梅高中
12：50~13：00	致歡迎詞	楊梅高中 鍾碧霞校長
13：00~14：30	社會情緒學習初探~活出 SEL 精神的三部曲	平鎮高中 呂雅慧老師
14：30~15：00	專家諮詢	林國楨教授 李麗花聘督
15：00	賦歸	楊梅高中