

臺南市政府教育局 111 年度正向心理情緒健康議題 社會情緒教育系列研習實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部 111 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。
- 二、臺南市 111 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。

貳、目的：

- 一、增進國民中小學教師指導學生情緒調節的專業知能及素養，強化教師輔導與管教的效能。
- 二、提供教師情緒教育學習之知能與技巧，並融入班級經營與各領域教學中，培養學生情緒管理調節力。
- 三、協助教師輔導及處理情緒障礙或適應障礙的學生，解決問題的方法與能力。
- 四、研習完成之校長、主任與教師，將成為校園情緒教育種子教師，有助於建構高 EQ 的校園。

參、辦理單位：

- 一、主辦單位：臺南市政府教育局
- 二、承辦單位：臺南市東區復興國民小學
- 三、協辦單位：臺南市立南化國民中學、臺南市佳里區仁愛國民小學、臺南市七股區七股國民小學、中華戶外暨探索體驗教育協會、社團法人臺南市杏璞身心健康關懷協會

肆、實施方式：

- 一、實施內容：藉由各校代表參加研習活動，提升學校對於正向心理情緒健康議題與操作之瞭解，課程表如附件一。
- 二、社會情緒教育與探索體驗教育研習訊息：
 - (一)研習內容：社會情緒教育
 - 1、場次 1：共計 60 名。
 - (1)研習對象：臺南市所轄各國中(含市立高中)及國小老師或輔導教師參加。
 - (2)研習日期：111 年 11 月 16 日(週三半天)。
 - (3)研習地點：南化國中。
 - (4)報名方式：即日起至 111 年 11 月 9 日，學習護照編號 271762。

2、場次 2：共計 60 名。

(1)研習對象：臺南市所轄各國中(含市立高中)及國小老師或輔導教師參加。

(2)研習日期：111 年 11 月 18 日(週五半天)。

(3)研習地點：七股國小。

(4)報名方式：即日起至 111 年 11 月 9 日，學習護照編號 271763。

(二) 研習內容：探索體驗教育

1、場次 1：共計 150 名。

(1)研習對象：臺南市所轄各國中(含市立高中)及國小校長參加。

(2)研習日期：111 年 11 月 23 日(週三全天)。

(3)研習地點：東區復興國小。

(4)報名方式：即日起至 111 年 11 月 16 日，學習護照編號 271764。

(5)重要提醒：請穿著運動服裝、球鞋與輕鬆心情。

2、場次 2：溪南場(永華區、大新豐區、大新化區)，共計 120 名。

(1)研習對象：臺南市所轄各國中(含市立高中)及國小，班級數 7 班以上學校請指派代表(主任、組長或輔導教師參加) 1 名參加，6 班學校自由報名參加，若未額滿開放輔導團成員或局本部人員參加。

(2)研習日期：111 年 11 月 24 日(週四全天)。

(3)研習地點：東區復興國小。

(4)報名方式：即日起至 111 年 11 月 16 日，學習護照編號 271765。

(5)重要提醒：請穿著運動服裝、球鞋與輕鬆心情。

3、場次 3：溪北場(大曾文區、大新營區、大北門區、善化區)，共計 100 名

(1)研習對象：研習對象：臺南市所轄各國中(含市立高中)及國小，班級數 7 班以上學校請指派代表(主任、組長或輔導教師參加) 1 名參加，6 班學校自由報名參加，若未額滿開放輔導團成員或局本部人員參加。

(2)研習日期：111年11月30日(週三全天)。

(3)研習地點：仁愛國小。

(4)報名方式：即日起至111年11月16日，學習護照編號271766。

(5)重要提醒：請穿著運動服裝、球鞋與輕鬆心情。

伍、防疫作為：因應新型冠狀肺炎疫情影響，辦理研習時，依據「嚴重特殊傳染性肺炎中央流行指揮中心」COVID-19因應指引：公眾集會辦理。本案將採取相關防疫措施如下：

一、管控出席人數，以降低群聚感染風險。

二、進行體溫測量，且應先至盥洗室洗手或使用酒精洗手液後再進場，並配戴口罩。

三、落實環境清潔與消毒，必要時打開門窗確保空氣流通。

陸、預期效益：

一、培訓本市校園情緒教育種子教師，正向面對自我情緒，並學習情緒調節與適應，將其運用於學生輔導與管教。

二、拓展情緒教育體驗學習活動至本市所屬學校，讓教師能看見每一位孩子的優點，幫助教師學習輔導及處理情緒障礙或適應障礙的學生。

柒、參加研習之人員一律給予公(差)假登記，全程參與「社會情緒教育」場次者核發3小時研習時數，參與「探索體驗教育」場次者核發7小時研習時數。

捌、獎勵：辦理本計畫有功人員，依相關規定予以敘獎。

玖、本案聯絡方式：東區復興國小輔導主任余麒麟(3310430分機841)。或臺南市政府教育局學輔校安科業務承辦人鄭展旺(2991111分機8656)。

壹拾、本計畫核定後實施，修正時亦同。

附件一：

111 年度臺南市政府教育局正向心理情緒健康議題

社會情緒教育系列研習實施計畫課程表

| 社會情緒教育場次 1：教師場 | | | |
|------------------------------|----|-------------------------------------|----------------|
| 日期：111 年 11 月 16 日 研習地點：南化國中 | | | |
| 時間 | 內容 | 研習內容 | 講師 |
| 08:30-08:50 | | 報到 | 學校行政團隊 |
| 08:50-09:00 | | 致詞 | 教育局長官 |
| 09:00-10:00 | | 社會情緒教育(Social Emotional Learning)概論 | 林茂生理事長 |
| 10:00-12:10 | | 「社會情緒教育與 國小教材設計 | 廖璽賓醫師/吳詠葳心理學博士 |
| 12:10-12:30 | | 綜合座談 | |

111 年度臺南市政府教育局正向心理情緒健康議題

社會情緒教育系列研習實施計畫課程表

| 社會情緒教育場次 2：教師場 | | | |
|------------------------------|----|-------------------------------------|----------------|
| 日期：111 年 11 月 18 日 研習地點：七股國小 | | | |
| 時間 | 內容 | 研習內容 | 講師 |
| 08:30-08:50 | | 報到 | 學校行政團隊 |
| 08:50-09:00 | | 致詞 | 教育局長官 |
| 09:00-10:00 | | 社會情緒教育(Social Emotional Learning)概論 | 林茂生理事長 |
| 10:00-12:10 | | 「社會情緒教育與 國小教材設計 | 廖璽瑣醫師/吳詠葳心理學博士 |
| 12:10-12:30 | | 綜合座談 | |

111 年度臺南市政府教育局正向心理情緒健康議題

社會情緒教育系列研習實施計畫課程表

| 探索體驗教育場次 1：校長場 | | | |
|-------------------------------|----|-------------------|---------------|
| 111 年 11 月 23 日(週三) 地點：東區復興國小 | | | |
| 時間 | 內容 | 研習內容 | 講師 |
| 08:30-08:50 | | 報到 | 東區復興國小團隊 |
| 08:50-09:00 | | 長官致詞 | 教育局長官 |
| 09:00-10:00 | | 破冰活動/熱心與熱身 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 10:00-10:20 | | 休息時間 | 東區復興國小團隊 |
| 10:20-12:00 | | 團隊建立/團隊溝通 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 12:00-13:00 | | 午餐 | 東區復興國小團隊 |
| 13:00-14:00 | | 合作活動/問題解決 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 14:00-14:20 | | 休息時間 | 東區復興國小團隊 |
| 14:20-16:00 | | 正向心理情緒建立/ 心靈饗宴 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 16:00-16:30 | | 綜合座談 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 16:30 | | 賦歸 | |

111 年度臺南市政府教育局正向心理情緒健康議題

社會情緒教育系列研習實施計畫課程表

| 探索體驗教育場次 2：溪南場(主任、組長或輔導教師) | | | |
|-------------------------------|----|-------------------|---------------|
| 111 年 11 月 24 日(週四) 地點：東區復興國小 | | | |
| 時間 | 內容 | 研習內容 | 講師 |
| 08:30-08:50 | | 報到 | 東區復興國小團隊 |
| 08:50-09:00 | | 長官致詞 | 教育局長官 |
| 09:00-10:00 | | 破冰活動/熱心與熱身 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 10:00-10:20 | | 休息時間 | 東區復興國小團隊 |
| 10:20-12:00 | | 團隊建立/團隊溝通 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 12:00-13:00 | | 午餐 | 東區復興國小團隊 |
| 13:00-14:00 | | 合作活動/問題解決 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 14:00-14:20 | | 休息時間 | 東區復興國小團隊 |
| 14:20-16:00 | | 正向心理情緒建立/ 心靈饗宴 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 16:00-16:30 | | 綜合座談 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 16:00 | | 賦歸 | |

111 年度臺南市政府教育局正向心理情緒健康議題

社會情緒教育系列研習實施計畫課程表

| 探索體驗教育場次 3：溪北場(主任、組長或輔導教師) | | | |
|-----------------------------|----|-------------------|---------------|
| 111 年 11 月 30 日(週三) 地點：仁愛國小 | | | |
| 時間 | 內容 | 研習內容 | 講師 |
| 08:30-08:50 | | 報到 | 學校團隊 |
| 08:50-09:00 | | 長官致詞 | 教育局長官 |
| 09:00-10:00 | | 破冰活動/熱心與熱身 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 10:00-10:20 | | 休息時間 | 學校團隊 |
| 10:20-12:00 | | 團隊建立/團隊溝通 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 12:00-13:00 | | 午餐 | 學校團隊 |
| 13:00-14:00 | | 合作活動/問題解決 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 14:00-14:20 | | 休息時間 | 學校團隊 |
| 14:20-16:00 | | 正向心理情緒建立/ 心靈饗宴 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 16:00-16:30 | | 綜合座談 | 中華戶外暨探索體驗教育協會 |
| 16:00 | | 賦歸 | |

附件二：中華戶外暨探索體驗教育協會介紹



中華戶外暨探索體驗教育協會

China Association for Outdoor Experiential Education(CAOEE)

【翻轉教育】-愛教學 樂教學 新氣象



你想要一個什麼樣的教學資源？

一個有「正向力、支持力、創造力」的教與學觀念翻轉！

在情境中感覺 在體驗中學習 在操作中精進
在思索中成熟 在生活中成長 在團隊中突破



一個生氣蓬勃、相處融洽的精進氛圍！

一個創意無限、體貼包容的教學團隊！

一個正向健康、陽光燦爛的成長學園！



在情境中感覺 在體驗中學習 在操作中精進
在思索中成熟 在生活中成長 在團隊中突破

探索體驗教育

Adventure Education

本計畫引進盛行美國的教育訓練新趨勢之一的體驗學習模式——冒險體驗教育(Adventure Education)，針對新世代學員設計的團隊共識凝聚課程，不同於傳統團康活動，透過各種多元動態的體驗式活動課程，讓參加學員體會團隊精神的建立、引導學員自我覺察與反思，同時在營隊活動中融入了品格、倫理、生命、生活教育，從活動中培養積極正面的未來領導人特質。

參考紐西蘭堤河邑學校安排戶外森林的互動體驗課程，設計採取A.E. (Adventure Education) 冒險探索教育：室內與戶外探索體驗課程、野外安全認知、定向越野、挑戰自我極限.....等課程，引導參加學員透過有趣、冒險的自然探索去面對自己的生命狀態，並且在未來的學習與團隊合作的過程裡，經由引導員的引導去發現自己與他人之間真實的互動。並透過自然體驗、探索體驗教育及團隊運作的生活，協助團隊文化的發展，培養共同解決問題及面對挫折的能力，了解自己的人際特質、行為風格及學習尊重他人，了解自然及生命的奧妙與價值。



計畫構想

壹、前言

廿一世紀是創意的時代，也是團隊的世紀，每個成員都不可避免的被要求發揮創意，創造團隊價值與績效，更是讓未來教育團隊夥伴的服務學習生涯規劃，以及新世代領導人的領導力提升，充分展現動能的原力。本課程提供學習操作的實驗室，強調實際操作和體驗的學習模式。此模式是以正向心理情緒健康為核心、正向團隊動力與發展為架構，主要在於強化「溝通協調」、「問題解決」、「創意思考」、「團隊合作」、「正向心理情緒建立」、「團隊信任」.....等目標的套裝課程，催化團隊動力與效益，創造 $1 + 1 > 2$ 的可能。

課程活動以充滿啟發性、挑戰性、刺激性及趣味性活動的參與，代替傳統單調的授課方式，讓成員在無壓力的狀態下，體驗活動所賦與的意義。

學習的成果往往只在課程的當下，對學員產生影響和效果，被帶回到現實學習與生活情境中的，只有不到1/10。因此我們特別注重引導的技巧，不但在活動設計上能儘量與實際生活相仿，更希望能藉由引導策略，將學習的經驗和成果，能有效完整的轉移到實際的生活和正向心理情緒的帶領。



中華戶外暨探索體驗教育協會

大蕃薯探索體驗教育團隊



中臺灣一群有理念的教育伙伴
含括了老師、主任、校長、教官、義工各方菁英
在離開奉獻一生的教育、工作崗位後
秉持毋忘教育初衷的心念與赤忱
持續奉獻一輩子生命淬練的菁華
展現華麗充實的生命另一頁璀璨
服務更多的大眾
這就是以「大蕃薯探索體驗教育團隊」為主力的
中華戶外暨探索體驗教育協會

CAOEE理事長、大蕃薯探索體驗教育團隊召集人介紹



范國樑（大蕃薯老師）

電話：0932-609006 (line ID)

mail：daminfgl@gmail.com

face book：<https://www.facebook.com/daminfgl>

WeChat ID：[fg10932609006](https://www.wechat.com/id/fg10932609006)

- ◎簡歷：臺中縣安定國小、外埔國中、新竹師專普師科音樂組、國立臺灣師範大學教育系畢業
臺中師院輔導二十學分班結業、國立台中教育大學教育行政碩士
臺灣省國小主任儲訓班84期、校長儲訓班100期、臺灣省教師康輔研習省訓團第35期
中國童子軍國家研習營第12期助理訓練人員訓練班(C. A. L. T.)
中國童子軍國家研習營2003年訓練人員訓練班(C. L. T.)
2000年中華民國師鐸獎
服務於臺北縣三重市碧華國小、臺中縣大雅鄉大明國小、潭子鄉新興國小、大雅區大雅國小
- ◎歷任：導師13年、主任8年、校長10年
- ◎現任：中華戶外暨探索體驗教育協會理事長、中華民國童軍總會國家研習營訓練組員(四顆木章訓練員)
救國團資深義工、救國團探索教育訓練員、國立臺中教育大學兼任講師、亞洲體驗教育學會(AAEE)
正引導員、佛光山義工會培訓顧問、和緣國際文教顧問、廣西愛華教育集團顧問
大蕃薯探索體驗教育團隊召集人。
- ◎專長：童軍、康輔、探索體驗教育、校長主任甄試、教師甄試、學校領導與經營、學校行銷管理、親職教育、綜合活動、校園建築與規劃、活動規劃設計與帶領、情緒與壓力管理、團體動力課程…等。
- ◎授課專題講座經驗與服務單位：
 - 外埠：2018馬來西亞新馬寺三好菁英領袖培訓營、無錫運動學校、嶺南師大交流、廣西壯族自治區民辦教育顧問、大陸紅樹林拓展基地師資培訓…等數十場。
 - 公立：國教院國中小校長、主任儲訓班、國中小在職校長研習專班、教官班、國教院高中職教師班級經營與輔導探索教育種子班、督學課長班、特教人活力營、視障學生育樂營、高中自治幹部、社團幹部研習營、署立豐原醫院…等數百場次。
 - 縣市：臺中縣童軍會幼童軍服務員木章基本訓練、木章訓練、康輔人員研習班、教師探索體驗教育工作坊、童軍團長探涉知能研習營、幼教輔導中心園所經營探索體驗教育工作坊、家庭教育中心兩性成長營、未婚聯誼、校外會教官班、替代役探索教育班、導護志工研習、社會局家防中心網絡共識營、舒壓營、幼教輔導中心、國教輔導團、幼教老師情緒管理與人際溝通探索體驗工作坊、苗栗縣主任校長儲訓班、資優生領袖營、童軍木章訓練、樂齡學習中心…等數百場次。
 - 教育：包括大專院校、高中、國中、小學、幼兒園…等數百場次。
 - 民間：臺中市故事媽媽協會、救國團志工研習、日月潭森林冒險學校、高中領袖營、台灣○○科技食品部(SGS)、精○保險公司、原○圖書公司、大○環保高階主管、華○自動化控制、中華郵政、台電公司、小○、Happy hair、Genic美髮、佛光山義工會、麗○科技、三○行、世○工程、弘○紡織、童軍各層級訓練、中華民國紳士協會、一○道、天○教…等數百場次。

附件三：杏璞協會及講師資歷

杏璞是一個由醫學界、心理輔導界及教育界共同合作推廣情緒教育的非營利社會公益團體，自 2015 年起開辦家長情緒教育課程，已有近一千三百多名家長參加，廣受好評。

杏璞由專業醫師、心理師與輔導老師共同設計小學生社會情緒教育 (Social Emotional Learning) 教案：[跟情緒做個好朋友]，提供給台南市國小老師在班級進行社會情緒教育之用；並為老師提供理論，示範與實際演練的研習營。目前已有分屬 10 個台南行政區十多間國小老師在班級實施課程。

講師資歷

一、 講師：林茂生 校長

1、 學歷：

- (1) 國立高雄師範大學教育系
- (2) 國立彰化師範大學輔導所
- (3) 國立中正大學成人教育碩士

2、 經歷：

- (1) 國中、小教師、組長、主任
- (2) 高雄縣立田寮國中校長
- (3) 台南市和順國中校長
- (4) 台南市崇明國中校長
- (5) 台南市復興國中校長
- (6) 全國校長領導卓越獎
- (7) 全國教學卓越金質獎
- (8) 全國標竿一百學校
- (9) 全國閱讀盤石學校
- (10) 台南市校長師鐸獎
- (11) 台南大學、中華醫事科技大學兼任講師

3、 現任：

- (1) 社團法人台南市杏璞身心健康關懷協會理事長
- (2) 台南市教育局高國中校長輔導諮詢顧問
- (3) 台南市教育局校長領導輔導委員
- (4) 台南市教育局教學卓越輔導委員
- (5) 台南市崇明、復興國中文教基金會董事

二、 講師：廖璽瑣 醫師

1、 學歷：

- (1) 市立西雅圖大學心理學碩士
- (2) 學歷：市立西雅圖大學心理學碩士；

2、 經歷：

- (1) 社團法人臺南市杏璞身心健康關懷協會榮譽理事長
- (2) 西雅圖亞洲諮商輔導轉介中心心理諮商資深義工
- (3) 中華民國小兒專科醫師

3、 著作、社團法人臺南市杏璞身心健康關懷協會榮譽理事長

- (1) 失控的瘦身計畫 (2015 年 8 月, 遠流出版公司)
- (2) 小寶貝的情緒教養 (2018 年 7 月, 新手父母出版社)

三、 講師：吳詠葳 博士/臨床心理師

1、 學歷：

- (1) 成大健康照護科學研究所臨床心理博士
- (2) 台灣大學社會學碩士
- (3) 美國柏克萊大學心理學學士

2、 經歷：

- (1) 日安心理健康中心・心理治療所副所長
- (2) 台南大學附小家庭教育諮詢顧問
- (3) 社團法人臺南市杏璞身心健康關懷協會理事
- (4) 台南市警察局外聘心理輔導諮詢委員
- (5) 台南市教育局「校安黃綠紅：網路素養與認知」講師
- (6) 台南市家庭教育中心講師