

【SEL 社會情緒學習】

教師研習專案

壹、專案緣起

近幾年來，因為人際關係、課業壓力、家庭因素而陷入情緒風暴的青少年漸增。當校園裡的心理健康亮起紅燈，兒少心理問題浮上媒體版面，師長們開始正視：「學生們真的快樂嗎？」。身為師長，如何即早覺察並給予這些學生幫助？同樣地，面對大環境政策的快速變化，不斷被賦予各項教學任務的現場老師，當承受超載的壓力，如何掌握安頓內在的關鍵法則，外界又該如何提供適當的支持，關照這些老師的身心？

本專案將以近期在全球教育界掀起風潮的社會情緒學習（Social Emotional Learning，SEL）為主軸，提供教學現場 SEL 的實踐方法，以及關照師長心理健康的實際應用。

貳、專案說明

隨著兒少心理健康越來越受到重視，情緒教育逐漸成為教育現場關鍵字。早已在全球教育界引發風潮的「SEL 社會情緒學習」，被視為與國英數學科一樣重要的學習，更是教會學生自我覺察、面對瞬變未來的關鍵能力。

儘管目前 SEL 在台灣尚未納入正規課程，但在 108 課綱中已有情緒教育的融入，其中課綱強調的「自發、互動、共好」，更可與 SEL 五大內涵互相照應。親子天下期盼透過本期十二月號，為教學現場創造相互交流討論的契機，讓 SEL 能真正落實於教學現場，並為每位師生帶來實質改變。

本次專案將分為以下三大項目，詳細說明如下：

一、推薦共讀，SEL 內涵、趨勢完整報導

《親子天下》十二月號聚焦全球教育關鍵字「SEL 社會情緒學習」，透過概念圖解 SEL 五大內涵，彙整各國實際做法、教學現場迷思解答、SEL 課程設計實例、教師壓力解方，提供校園端從教師到學生的 SEL 實踐策略。

二、SEL 教學設計研習，將情緒桌遊融入課堂教學

(一) 教學研習說明：以 SEL 社會情緒學習的教學實作為主軸，由親子天下邀請該領域專業講師，透過《親子天下》十二月號彙整的 SEL 概念脈絡，並搭配由小人小學研發的「扣扣小樂園 ChoCho Game-情緒探索屋」桌遊，提供教師可直接運用至課堂的 SEL 教學策略。

(二) 研習時間：暫定 120 分鐘，研習日期可安排於學期間或假日，依學校端需求評估調整。

(三) 研習對象：因桌遊適用年齡為 4-12 歲，建議以國小教師為主

(四) 研習人數：60 人（為維持研習品質，人數以 60 人為上限）

(五) 建議講師：

	講師	簡介
1	陳子健（扣扣老師）	小人小學創辦人，成立籽苗教育發展協會。在台灣城市與偏鄉推動倡議實踐家庭與親子關係的重要性，深信家庭是孩子第一個學習場域，同時協力產官學各方一起突破設限打造親子學習教室。

三、教師正念工作坊，引導教師緩解教學壓力

(一) 教學研習說明：以給現場老師的社會情緒學習為主軸，由親子天下邀請專業講師，針對教師設計正念研習工作坊，提供現場老師緩解壓力、安定內在的身心照顧方法與資源，在繁重的教學工作中，得以找到安定身心的平衡。

(二) 研習時間：暫定 120 分鐘，工作坊日期可安排於學期間或假日，依學校端需求評估調整。

(三) 研習人數：200 人

(四) 建議講師：

	講師	簡介
1	吳怡萱	臺灣師範大學人類發展與家庭學系助理教授、社會情緒學習「SEL in Taiwan」創辦人。擁有多國教育及親職教養經驗，現為澳洲註冊心理師、教育與發展心理學家，及 SEL 研究者。
2	呂俐葶	新北市立石門國民中學輔導處老師，臺灣師範大學教育心理與輔導學系博士班。

參、活動分工

合作單位負責	1. 開辦研習、核發研習時數（教師在職進修研習時數） 2. 提供研習場地、學員招募（活動宣傳與報名） 3. 負擔本次研習活動費用
親子天下負責	1. 教學研習/工作坊企畫與設計 2. 講師邀約與聯繫 3. 研習/工作坊教材提供

肆、專案費用

一、方案 A | SEL 社會情緒學習，雜誌書籍採購

- 《親子天下》2022 年 12 月號「SEL 社會情緒學習—預備幸福的能力」（定價 240 元）

序	數量	定價	折扣	專案優惠價	專案加贈
1	10~99 本	\$240	8 折	\$192	
2	100~199 本	\$240	75 折	\$180	《親子天下》一年 4 期 5 份
3	200~299 本	\$240	7 折	\$168	《親子天下》一年 4 期 10 份

選擇方案 A，請填寫附件【專案優惠訂購單】

二、方案 B | SEL 教學設計研習 (1 場)

序	內容	數量	單位	單價	小計	備註
1	研習企劃與聯繫	1	式	\$6,000	\$6,000	
1	講師鐘點費	2	小時	\$2,000	\$4,000	依學校規定講師鐘點費標準支出，唯外聘專業講師如有超額費用，將由親子天下負擔
2	講師車馬費	1	次	\$4,000	\$4,000	視實際交通實報實銷
3	《親子天下》12 月號	60	本	\$240	\$14,400	依參與研習教師人數
4	ChoCho Game-情緒探索屋桌遊組	30	組	\$1,499	\$44,970	以每 2 位教師為一組
小計		\$73,370			含稅	

專案推廣價	\$45,000	含稅
-------	-----------------	----

三、方案 C | 教師正念工作坊 (1 場)

序	內容	數量	單位	單價	小計	備註
1	研習企劃、溝通	1	式	\$6,000	\$6,000	
2	講師鐘點費	2	小時	\$2,000	\$4,000	依學校規定講師鐘點費標準支出，唯外聘講師如有超額費用，將由親子天下負擔
3	講師車馬費	1	次	\$4,000	\$4,000	視實際交通實報實銷
4	《親子天下》12 月號	200	本	\$240	\$48,000	
小計		\$62,000				含稅
專案推廣價		\$40,000				含稅

選擇方案 B/C，或有其他專案需求，請洽親子天下行銷企劃專案窗口

親子天下 媒體產品事業群行銷企劃部 陳韋均

(02)2509-2800 ext.515

weijyunchen@cw.com.tw