

## 型塑品格的 SEL 教學策略課程簡章

### 一、課程目的：

社會和情緒技能「作為一套基本的人際互動能力，可用於善或惡；但為了要用於善，它們必須被熟稔地掌握——責任、尊重、誠實及其他可取的品格層面，都需要健全的『社會情緒學習』能力」。(「品格」孩子的核心素養，2022)。社會和情緒技能在校園團體生活中不可或缺，因此在教學上如何幫助學生習得社會和情緒技能，並且透過結合品格核心價值的方式進行，是實施品格教育的關鍵議題。

基金會將提供社會和情緒技能的教學策略，並藉由本課程先體驗後反思的方式，協助教職人員練習與示範，以搭建鷹架讓這些教學策略能在實務現場更好地被落實。

### 二、課程進行方式：講授、分組討論、實務體驗（課程大綱可參照下頁附件一）

### 三、課程日期：2026 年 3 月 16 日(一)、4 月 20 日(一)，需兩天全程參與

### 四、課程時間：09:00-16:10 (2 次課程共計 12 小時)

### 五、課程地點：集思新烏日會議中心(台中市烏日區高鐵東一路 26 號 4 樓)

### 六、授課對象：品格實踐計畫學校成員

\* 為使課程效益最大化，敬邀參與者於課後將所學知能於教師聚會時間分享給學校夥伴。課程的學習與成長亦可做為後續教師慶賀的部分環節。

### 七、授課講師：米孝潔 訓練資源與發展主任

課程人數：名額限制 36 人 (20 人為開班門檻)

### 八、課程費用：免費 (含學習單、茶點、午餐)

### 九、報名資訊：

因名額有限，為均衡各校參與機會，第一階段開放各校 5 個名額；第二階段將以第一階段未報名參加之學校優先安排。再視情況調配第一階段已報名之學校各校增額人數。

**第一階段：1/19(一)9:00-2/6(五)**

**第二階段：2/7(六)-2/13(五)18:00**

若遇額滿將提早截止。

\* 記得先至宏達文教基金會官網加入個人會員：

<https://www.htcfoundation.org.tw/register>

待 1-3 個工作日審核通過後再至「我們的服務」→「實體課程」報名。

### 十、報名注意事項：宏達文教基金會資源皆來自於社會大眾，得來不易，每次活動、研習敬請參與者預留時間全程參與，發揮最大效益。若臨時無法參與敬請主動來信或來電告知，讓資源能被妥善使用。

1. 不接受換人、增額報名等服務。

2. 實體課程報到以學員行前通知為主，**不開放現場報名**。

十一、 課程注意事項：

- 1.課程將提供公假公文，若遇教師安排代課費用需求，可使用計畫案經費。
- 2.活動期間，若遇颱風、地震等天災，依當地市政府人事行政局公布是否上課規定，決定活動是否延期或取消(屆時另行公告)。
- 3.主辦單位保有隨時修改及終止本活動之權利，如有任何變更內容或詳細注意事項將公布於基金會官方網站和報名者信箱。
- 4.錄取課程者，預計課前 3-5 個工作日會寄發課前通知，敬請留意您的 email。

※課程連絡人：張先生 Email : Paul.FJ\_Chang@htc.com 電話：0910-736657

## 附件一\_課程大綱

3/16(一) 09:00-16:10	
時間	大綱
9:00-9:15	課程簡介與 check in
9:15-10:20	創造 SEL 情境
10:20-10:30	休息
10:30-11:10	認識情緒
11:10-12:00	情緒的覺察與理解
12:00-13:00	午餐&休息
13:00-13:15	暖身 check point
13:15-14:20	同理
14:20-14:30	休息
14:30-15:05	觀點取替
15:05-15:40	行動計畫擬定、承諾與激勵
15:40-16:10	圍圈 check out

4/20(一) 09:00-16:10	
時間	大綱
9:00-9:15	課程簡介與 check in
9:15-9:40	行動計畫分享與回應
9:40-10:20	自我調節
10:20-10:30	休息
10:30-11:10	人際關係技巧
11:10-12:00	反思與鷹架
12:00-13:00	午餐&休息
13:00-13:15	暖身 check point
13:15-14:20	人際問題解決
14:20-14:30	休息
14:30-15:05	反思與發展品格
15:05-15:40	行動計畫擬定、承諾與激勵
15:40-16:10	圍圈 check out

\*課程大綱提供參考，將視情況彈性調整