

## 一、計畫緣起

為了協助學校老師和志工家長扮演成功的引導者，讓孩子從生活、人際互動中，及各種學習的機會，不斷認識自己是一個什麼樣的人(性格特質、需求)，透過自我對話的方式，釐清自己的信念、價值觀和需求，及對外在事件的因應模式，公益平台在 2014 年 9 月與芯福里情緒教育推廣協會展開合作討論。2015 年 5 月底，台東故事協會分別邀請芯福里情緒教育推廣協會理事長楊俐容老師與公益平台共同推廣情緒教育，舉辦情緒教育教師研習及親職講座，獲得廣大的迴響。因此，公益平台即積極接引芯福里的情緒管理培訓課程到台東，於 9 月份啟動的均一教育學苑「生活與品格」領域師培課程，提供教師與志工家長運用生活化、互動式的教學方法，和孩子一起學習覺察、調解、表達情緒，進而換位思考、產生同理心並主動關懷，從觀念貫穿到行動，形塑出孩子真正的品格！

## 二、計畫目標

- (一)透過課程及工作坊為教師或家長介紹品格和情緒教育理論和教材教法，促進學員的個人成長、學校團隊的向心力，進而於教育現場、家庭成為學生的典範。
- (二)培訓教師或家長志工成為情緒教育推廣教師，於 105 學年媒合至參與計畫的台東市區學校進行試點教學，並持續進修成長。

## 三、主合辦單位

主辦：公益平台文化基金會、芯福里情緒教育推廣協會  
合作單位：台東縣家庭教育中心

## 四、執行日期

2016 年 3 月 19 日、5 月 14 - 15 日、6 月 25 - 26 日

## 五、參與對象

幼兒園至國中教師、家庭教育中心志工、課輔單位工作人員。

## 六、指導老師

楊俐容(芯福里協會理事長)；許嬌女、葉若冰、應淑華(芯福里協會督導)

## 七、課程內容

家庭和學校作為情緒教育重要的場域，家長和老師都需要具備協助孩子情緒發展的能力。情緒教育課程旨在協助教師和家長從孩子的行為理解到其背後真正的情緒課題，幫助孩子學習感受和覺察，發展與情緒共處的能力。

培訓工作坊借鏡芯福里情緒教育協會推廣經驗，採用楊俐容老師結合心理學、親職教育專業，並實際深入校園所發展的情緒系列課程及教案。課程首部曲—我是EQ高手，除了介紹理論，也讓學員進行演練，掌握帶領教學活動的技巧。

### (一) 為孩子構築高EQ的成長鷹架(3/19)

- 形式：單場推廣講座
- 講師：楊俐容(芯福里協會理事長)

### (二) 我是EQ高手：加強孩子的情緒管理/第一套課程，共四套(5/14-5/15、6/25-6/26)

- 形式：培訓工作坊(理論及教案演練)
- 講師：楊俐容；許嬌女、葉若冰、應淑華(芯福里協會督導)

	09:00-12:00	13:00-16:00
5/14 (六)	理論課程：情緒教育的重要性、情緒教育的架構與內涵	理論課程：情緒機制相關理論、理性情緒教育理論
5/15 (日)	教案介紹：感覺情緒知多少、情緒三部曲	教案介紹：公說公有理，婆說婆有理、做個EQ高手
6/25 (六)	教案研討：感覺情緒知多少、情緒三部曲	教案研討：公說公有理，婆說婆有理、做個EQ高手
6/26 (日)	理論課程：情緒教育課程設計理念、情緒教育輔助技巧概說	理論課程：情緒教育輔助技巧演練綜合座談

## 八、執行概況

情緒教育課程自 104 學年度第二學期起，與台東縣家庭教育中心共同舉辦，借重其長期培育的教師及志工資源，規劃於課程結束後，媒合志工與學校教師，於台東市區學校進行試點推廣教學，並逐步培訓在地種子講師達到長期推廣的目標。

三月份的前導推廣講座，共 59 名學員報名，包含教師 35 人，家庭教育中心志工 17 人，一般民眾 7 人，課程滿意度達 96%，對「講座內容對工作和生活能帶來的幫助」的認同度為 95%。五及六月份的 4 天培訓，共 55 人報名，包含教師 25 人，家庭教育中心志工及一般民眾 30 人，兩次課程滿意度分別為 96%、97%。培訓內容除了理論，講師也讓參與的老師和志工從學生的角度，體驗如何藉由遊戲和戲劇活動認識情緒，瞭解身體、表情和想法如何影響情緒，進而學習合宜的情緒表達方式。

台東三間國小陳建長老師表示這門研習很受用，對偏鄉孩子很有幫助；家庭教育中心的資深志工史越生老師也對充實的講義、講師明確的授課主題、生動的教學感到獲益甚廣。在了解教案後，學員分組演練，以熟悉入班的帶領技巧。

課程最後，家庭教育中心王招蘭主任邀請參與研習的學校教師共同發想校園推動模式，進而提出社團、小團體輔導、生涯探索課程等方案。王主任並表示將和學苑合作，全力支持有意願的試點學校推動。而第二單元課程「我真的很不錯」也訂於10、11月舉辦，期能培育更多台東的情緒教育先鋒教師。

## 九、活動照片

情緒管理							
							
							
							
<table border="1" data-bbox="268 1559 384 1704"> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>6</td> </tr> </tbody> </table>	1	2	3	4	5	6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 情緒教育推廣講座：為孩子構築高EQ的成長鷹架</li> <li>2. 情緒教育課程採用芯福里協會編訂豐富而精美的教材</li> <li>3. 教師和志工體驗透過戲劇活動演練，帶領情緒教育課程</li> <li>4. 參與學員依據設定情境，分組討論具有輔導功效的師生溝通</li> <li>5. 學員象徵性宣誓成為台東情緒教育推廣種子教師/志工</li> <li>6. 課程綜合座談由芯福里講師群分享與學校合作的模式和經驗</li> </ol>
1	2						
3	4						
5	6						