花蓮縣106年度友善校園學生事務與輔導工作計畫

促進心理健康---「EQ基礎師資培訓坊實施計畫」

「EQ魔力」

一、依據：教育部106年度友善校園學生事務與輔導工作作業計畫暨地方政府及各級學校辦理事項工作手冊辦理。

二、計畫宗旨：

（一）透過講師在情緒管理領域的多年經驗分享，提供教師有效的自我情緒管理技巧，使職場工作能更順利，期能達成教學、生活雙贏的目標。

（二）透過研習引導教師對自己生命的覺察與省思，瞭解自我所處環境影響之壓力源，正向面對並紓解壓力，提升教師實施生命教育的素養。

（三）關心孩子的「情緒智慧」，增進孩子對情緒的瞭解、學習表達、自我調節，進而體會他人的情緒，增進人際關係，讓孩子有能力與自己連結又能與他人良好互動。

三、指導單位：教育部

四、主辦單位：花蓮縣政府教育處

五、承辦單位：花蓮縣吉安鄉北昌國小

六、參加人員：本縣國中小教師

七、實施日期：106年7月4日（星期二）。

八、研習人數：上限為50名，額滿為止。

九、研習地點：花蓮縣吉安鄉北昌國小會議室

十、講師：臺灣芯福里情緒教育推廣協會

十一、講師簡介

(一)謝明慧講師

現  職：臺灣芯福里情緒教育推廣協會 專業講師、宇寧身心診所臨床心理師、基隆市特殊教育專業團隊巡迴輔導心理師及督導

專  長：**ADHD兒童治療及家長訓練**、嬰幼兒心智發展評估、發展遲緩兒童發展評估及療育、兒童青少年心理評估及治療、**父母教養問題評估及諮詢 親職壓力評估及諮詢**、注意力功能評估及訓練

十二、課程內容：（課程如有修改，以網路公告為主）

|  |  |
| --- | --- |
| 時 間 | 內 容 |
| 08：30-08:50 | 報到 |
| 08：50-10：20 | 情緒狀態的覺察 |
| 10:30-12:00 | 情緒三部曲 |
| 12:00-13:30 | 午餐時間 |
| 13:30-15:00 | 公說公有理、婆說婆有理 |
| 15:00-16:30 | 做個EQ高手 |

十三、報名方式：請逕上全國教師在職進修資訊網報名，為珍惜活動資源，請務必

出席並參與全部課程。

十四、為響應環保，請自帶環保杯及環保筷，謝謝您的配合。

十五、辦理本項活動有功人員，依本縣教育專業人員獎懲辦法敘獎。

十六、本計畫函報教育部核定後實施，修正時亦同。