

臺北市立松山高級中學 函

地址：基隆路1段156號
承辦人：張洮源
電話：02-27535968-810
電子信箱：library@sssh.tp.edu.tw

受文者：臺北市立景美女子高級中學

發文日期：中華民國114年10月8日
發文字號：北市松高字第1146010419號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：實施計畫 (18012641_1146010419_1_ATTACH1.pdf)

主旨：有關本校辦理114學年度高中優質化「關於SEL的班級經營探索與實踐」跨校增能工作坊，請惠予公告並鼓勵參加，請查照。

說明：

一、因應媒體資訊快速流通環境，教師面臨大量資訊的挑戰。提升媒體素養及情緒覺察能力，並學習有效的溝通技巧，師生情緒管理成效至關重要。

二、研習目標

(一)提升教師的情緒覺察能力，有效調節情緒，進行師生自主學習指導對話。

(二)協助教師透過增能以回應青少年在心理與情緒發展上的需求，幫助其培養情緒覺察、同理心與人際溝通能力，並強化合作精神與負責任的態度。。

三、辦理單位：臺北市立松山高級中學(圖書館)

四、講師：彭川耘老師。曾任中華點亮生命教育協會秘書長，設計桌遊牌卡，以活潑生動的方式，推廣生命教育。

五、辦理日期：114年10月16日(四)



景美女中 1141008



MTAA1143011172

六、活動地點：臺北市立松山高級中學圖書館一樓數位學習空間

七、活動對象及人數：臺北市公私立高中職（含國立師大附中、政大附中）生命教育科或有興趣之教師。30人，額滿為止。

八、報名時間：即日起至10月14日（二）止。

九、活動內容及報名方式：活動共2場次，請分場次報名。

（一）場次一：探索情緒的秘密—師生溝通的調頻練習

1、114年10月16日（四）09：00-12：00

2、臺北市教師在職進修研習網—北市研習字第
1141002061號報名或全國教師在職進修網課程代碼
5287074

（二）場次二：營造SEL的課室環境-班級經營與情緒定錨

1、114年10月16日（四）13：00-16：00

2、臺北市教師在職進修研習網—北市研習字第
1141002094號報名或全國教師在職進修網課程代碼
5287082

十、注意事項： 本校無提供停車位，請搭乘大眾交通工具。

十一、惠請公告周知，准予參與人員公假。各場次核發3小時研習時數，請務必完成簽到程序。

正本：臺北市政府教育局所屬公立各級學校（含附設國立中小學）、臺北市私立高級中學及高級職業學校

副本：電 2025/10/08
文 14:16:26
交換章

