

# 新北市私立徐匯高級中學114學年度第2學期前導學校計畫

## 「自我照顧與情緒調節:從認識自己到應對孩子」實施計畫

### 壹、依據

- 一、教育部國民及學前教育署十二年國民基本教育課程綱要前導學校暨機構作業要點。
- 二、新北市私立徐匯高級中學114學年度前導學校計畫書。

### 貳、目的

- 一、透過專家學者經驗分享與對話，支持高優學校自主學習政策。
- 二、提升教師自我覺察與情緒調節之專業知能，整合依附關係與師生互動策略，強化教師自我照顧能力與班級經營效能，營造正向支持之學習環境。

參、辦理單位：新北市私立徐匯高級中學。

### 肆、辦理內容

- 一、活動日期：115年3月6日、3月13日、3月27日、4月10日，共4次。
- 二、活動時間：下午1:30至16:30，每次3小時。(1:10開始報到)
- 三、活動地點：徐匯中學依納爵樓6樓619多功能教室。
- 四、講師：黃乙白諮商心理師。
- 五、研習時數：全程參與者，每場次核發研習時數3小時，共12小時。

### 伍、參與對象

- 一、新北、基隆、宜蘭、花蓮公私立高級中等學校教師優先。
- 二、臺北、桃園、新竹公私立高級中等學校教師有興趣之教師。
- 三、建議4場皆參與，以利完整學習。
- 四、名額共20人。

### 陸、報名方式

- 一、請於各場次截止日前填寫此表單。
- 二、報名表單：<https://forms.gle/TxxgzoJRecyBj5pE7>。

三、各場次報名截止時間如下表，錄取通知於該場次隔天以Email寄發，未錄取者不另行通知。

#### 柒、場次內容

場次/日期	主題	報名截止	錄取通知
第一週 3/6(五)	什麼是你眼中的危機？你在危機中的反應？	3/2(一)	3/3(二)
第二週 3/13(五)	辨識情緒要告訴你的訊息	3/10(二)	3/11(三)
第三週 3/27(五)	你會調節自己的情緒嗎？	3/22(日)	3/23(一)
第四週 4/10(五)	從你跟孩子的互動位置，找到一些應對孩子的新靈感	4/5(日)	4/6(一)

#### 捌、聯絡人

新北市私立徐匯高級中學實驗研究組李欣助理，電話：(02)2281-7565分機8108，信箱：  
[2022beloved@sish.ntpc.edu.tw](mailto:2022beloved@sish.ntpc.edu.tw)

#### 玖、注意事項

- 1、現場備有茶水，為響應環保政策，請自備環保杯。
- 2、學校車位有限，請於報名表單填選停車需求，或利用大眾運輸工具前來。

#### 拾、經費

由教育部補助114學年度「十二年國民基本教育課程綱要普通型數位前導學校計畫」經費項下支應。

拾壹、本計畫核定後實施，修正時亦同。