

**113學年度普通型高級中等學校生命教育學科中心
生命教育主題精進課程-幸福咖啡館（Eudaimonia Café）
完美主義與選擇障礙工作坊 實施計畫**

壹、依據

中華民國113年7月9日臺教國署高字第1130076565號函生命教育學科中心113學年度核定工作計畫辦理。

貳、宗旨

- 一、幸福咖啡館（Eudaimonia Café）以引導教師察覺『幸福』為主要願景，從生命教育五大核心素養出發，在課綱延伸與深化的同時，透過更多元的課程內容，激發溫度與不同角度的思考。
- 二、112學年度以「靈性修養」為主軸，透過理性與感性去感知外在世界，同時邀請跨科教師參與，對於自我的理性、經驗與心理狀態進行察覺，期望透過智慧的交流與親身經驗，追求至善至美的幸福人生。
- 三、113學年度從校園議題出發，思考各類型校園問題的成因，及社會情緒學習於教學面向的操作模式。

參、辦理單位

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：普通型高級中等學校生命教育學科中心（國立羅東高中）

肆、參與對象

- 一、各公私立高中職（含縣立、完全中學）生命教育授課教師。
- 二、高中職(含)以下各級教育階段，對於生命教育議題有興趣之教師。

伍、辦理方式

- 一、日期：114年5月9日(週五) 08:30-17:00
- 二、地點：國立臺灣師範大學圖書館校區－教育學院7樓714教室
- 三、講師：國立臺灣師範大學 徐敏雄教授、無框工作室 林子瑜講師、無框工作室 蔡福婷講師
- 四、人數：40人（僅開放實體參與）
- 五、課程代碼：4946227
- 六、課程表如附件一。

陸、報名方式

請至「全國教師進修網」報名，依報名先後順序，額滿即止。

柒、經費

本研習所需之經費，由生命教育學科中心113學年度工作計畫核定經費支應。

捌、注意事項

- 一、請 惠予參加人員公(差)假，教師之差旅費及課務排代費用由原服務單位依規定支給。
- 二、為響應環保，本研習不提供一次性免洗餐具及紙、筆等文具，請自行攜帶環保杯、環保餐具及所需之文具用品。
- 三、若遇不可抗力之因素，本中心有權更改研習方式或延期，並以全教網 mail、粉絲專頁「教育部生命教育學科中心」通知。

四、如有疑義請洽：生命教育學科中心助理 李小姐

電話：(03)954-0381，信箱：lifeedu@ldsh.ilc.edu.tw。

113學年度普通型高級中等學校生命教育學科中心
生命教育主題精進課程-幸福咖啡館（Eudaimonia Café）
完美主義與選擇障礙工作坊 課程表

- 日期：114年5月9日(週五) 08:30-17:00
- 地點：國立臺灣師範大學圖書館校區－教育學院7樓714教室

時間		內容	講師/主持
08:30-08:50	20	報到	生命教育學科中心
08:50-09:00	10	開場	國立基隆女中 翁育玲老師
09:00-09:30	30	【上半場-選擇障礙】 前導體驗遊戲	無框工作室 林子瑜講師
09:30-11:00	90	分組進行 生命事件回顧： 重大抉擇事件分析	無框工作室 林子瑜講師 助理講師1
11:00-12:00	60	大團體討論： 關於選擇這件事	無框工作室 林子瑜講師
12:00-13:00	60	中餐	
13:00-13:30	30	【下半場-完美主義】 前導藝術活動	無框工作室 蔡福婷講師
13:30-15:00	90	分組進行 生命事件回顧： 那些曾困擾你的完美主義	無框工作室 蔡福婷講師 助理講師2
15:00-16:00	60	大團體討論： 回應完美主義的策略	無框工作室 蔡福婷講師
16:00-17:00	60	活動心得分享交流與回饋	國立臺灣師範大學 徐敏雄教授 國立基隆女中 翁育玲老師