

苗栗縣政府心理健康中心

SEL 2.0 社會情緒學習特色與實務微體驗研習課程簡章

一、課程背景

從事社會工作及教育人員除專業知能外，亦需具備情緒調適、同理關懷及自我照顧能力；SEE Learning 課程以包容、慈悲與同理為核心，結合情緒覺察與實踐行動。

二、課程目的

為第一線人員之心理健康素養、情緒覺察與同理關懷能力充電，縣府與利仁教育基金會合作，引進 SEE Learning 課程，幫助團隊共同成長。

三、參加對象

教職人員、社會工作者、生命線志工及直接服務人員。

四、課程資訊

- (一) 日期：115 年 2 月 6 日（星期五）
- (二) 時間：上午 9 時至 12 時 30 分
- (三) 地點：苗栗縣工業會訓練教室一（苗栗縣苗栗市文聖里 19 鄰文發路 833 巷 77 號 3 樓）
- (四) 授課方式：實體授課，含交流討論及模擬演練
- (五) 講師：陶道毓校長、林書嫻助理教授、董蕙萍國小校長、王麗雅課程組長

五、報名方式

- (一) 請各單位同仁於 115 年 2 月 3 日中午 12 時前完成線上報名
- (二) 報名網址：<https://forms.gle/flw9y5FYyKoxMjXp9>
- (三) 聯絡人：苗栗縣政府心理健康中心 劉心輔員 037-750737

報名 QR CODE



六、 課程表

時間	內容	主講人	主持人
8:30-9:00	報到		
9:00-9:15	主席致詞	邱俐俐 副縣長	
9:15-10:55 (100 分鐘)	(一)介紹慈悲科學:從 SEL 到 SEE Learning (二)復原力:神經系統、復原力技巧 體驗一：復原力三區	林書嫻助理教授 董蕙萍國小校長 王麗雅課程組長	陶道毓校長
10:55-11:00	休息時間		
11:00-11:50 (50 分鐘)	(三)從相互依存到慈悲:系統思考、 建構慈悲環境 體驗二：同村養一命	林書嫻助理教授 董蕙萍國小校長 王麗雅課程組長	陶道毓校長
11:50-12:10	心得分享與交流		
12:10-12:30	結語及填寫回饋問卷		