

臺北市 115 年度公私立高級中學家長生命教育成長系列

家長生命教育知能研習實施計畫

一、依據

- (一) 教育部 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。
- (二) 臺北市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作總計畫。
- (三) 臺北市 115 年度公私立高級中學生命教育工作小組工作計畫。

二、目的：本計畫為家長增能學習活動以運用社會情緒學習 (SEL) 理論，提升家長與學生之情緒健康與學習效果為核心，協助家長引導學生學會適當抒發情緒、培養自我覺察與人際互動能力，進而提升情緒智商 (EQ)。透過親子間正向溝通與情感支持，促進學生學業表現與心理健康之整體發展。本課程分為二個部分進行課程學習與成長。

三、辦理單位

- (一) 指導單位：教育部。
- (二) 主辦單位：臺北市政府教育局。
- (三) 承辦單位：臺北市私立大同高中(臺北市中山區中山北路 3 段 40 號)

四、研習活動資訊：

強化情緒素養即學習力之理念，協助家長成為孩子學習與心理發展的重要支持者。

研習日期	研習時間	主題	講座講師	辦理地點
115 年 7 月 4 日	09:30~ 12:30	以社會情緒學習 (SEL) 理論為基礎，結合植栽手作課程，讓家長在觀察與陪伴成長的過程中學會安頓情緒、照顧自我，並建立穩定而有界線的心理狀態。	私立大同高中 主任秘書 趙秋慧	私立大同高中 -AI 科技中心
115 年 7 月 19 日	09:30~ 12:30	以社會情緒學習 (SEL) 理論為基礎，結合手工精油皂課程，引導家長在實作中學會表達情緒與理解他人，建立有溫度的親子溝通關係。	私立大同高中 主任秘書 趙秋慧	私立大同高中 -AI 科技中心

五、講師學經歷及專長：

趙秋慧老師（大同大學工設研究所-碩士）

現職：私立大同高中校長室主任秘書

曾任私立大同高中樂齡學堂指導老師

曾任私立大同高中園藝社指導老師

環保手工皂創業班結訓證書

丙級園藝技術士證

園藝與森林療癒暨福祉研討會研習證書

專長：

講師長期投入於「生活美學與療癒手作教育」，專長於精油手工皂製作與植栽手作課程設計，致力於將自然元素融入日常生活之中，透過雙手創作，帶領學員找回身心平衡與內在安定。

在教學實務上，講師強調「做中學、感受中成長」，結合天然精油的香氣療癒與植栽的生命教育意涵，不僅教授技術操作，更引導學員覺察情緒、培養耐心與美感，進而提升自我照顧與生活品質。

六、參加對象：臺北市公私立高中職（含特殊學校）學校家長報名參加，預定 20 人。

七、本活動預定辦理 2 場，並於 115 年 10 月前辦理完畢。

八、聯絡人：私立大同高中輔導室卓意玲組長/潘鳳珠主任，電話：(02)2595-9665。

九、報名方式：各校接獲公文，請鼓勵校內家長報名參加。

私立大同高中報名表單：

115/07/04(六)第一場次 <https://forms.gle/fffCAHorUaGaP7qPA>

115/07/19(日)第二場次 <https://forms.gle/4ExYSXvKSVxybmqx7>

十、經費：由教育部 115 年度友善校園專款補助及教育局年度預算相關經費項下支應。

十一、本計畫奉核後實施，修正時亦同。

私立大同高中的交通路線：

公車路線：

1. 由臺北火車站出發：可由北一門（鄭州路）搭乘公車 218、260、310，或捷運臺北車站 6D 出口處搭乘 247 或內湖幹線(原 287)至大同大學站下車。
2. 由士林方向出發：可搭乘公車 218、中山幹線(原 220)、260 或 310 至大同大學站下車。
3. 由內湖方向出發：可搭乘公車 247 或內湖幹線(原 287)至大同大學站下車。

捷運路線：下車後步行約十分鐘

1. 淡水信義線(紅)：民權西路站 9 號或 10 號出口或圓山站 1 號出口。
2. 中和新蘆線(橘)：民權西路站 9 號或 10 號出口。