

嘉義市 113 年度家庭情緒教育帶領人培訓 (四上教材訓練班)行前說明

親愛的志工伙伴您好：

感謝您報名參加本次家庭情緒教育帶領人培訓，請詳閱內容：

一、課程資訊：

(一)課程地點：嘉義市興嘉國小體育館視聽教室(近溫州一街拖吊場)

(二)課程時間及活動流程：

| 第一階段 教案介紹(6 時) | | | |
|-----------------|------------|----------------------------------|-------|
| 日期 | 時間 | 課程內容 | 講師 |
| 9/24(二) | 9:00-12:00 | 第 1~3 課教案介紹 情緒主人翁、生氣雷達站、生氣管理局 | 夏慧珊督導 |
| 10/1(二) | 9:00-12:00 | 第 4~6 課教案介紹 人際放大鏡、人際心舞台、人際好圈圈 | 蔡爵穗督導 |
| 第二階段 理論基礎(12 時) | | | |
| 日期 | 時間 | 課程內容 | 講師 |
| 10/8(二) | 8:30-9:00 | 報到 | |
| | 9:00-9:10 | 開幕式/長官致詞 | 教育處 |

| | | | |
|----------|------------|--|----------------|
| | | | 郭添財處長 |
| | 9:10-12:00 | 一、 培育情緒管理小達人 <ul style="list-style-type: none"> ● 調節負向情緒法則 ● 覺察理解生氣情緒 ● 管理生氣情緒策略 | 楊俐容老師 陳慧慈教授 |
| 10/15(二) | 9:00-12:00 | 二、 培育樂觀思考小達人 <ul style="list-style-type: none"> ● 想法影響情緒 ● 擴展思考彈性 ● 學習樂觀思考 | 楊俐容老師 陳慧慈老師 |
| 10/22(二) | 9:00-12:00 | 三、 培育人際判斷小達人 <ul style="list-style-type: none"> ● 認識人際意圖歸因 ● 覺察人際歸因偏誤 ● 學習建立良性小圈圈 | 楊俐容老師 陳慧慈老師 |
| 10/29(二) | 9:00-12:00 | 四、 培育人際防霸小達人 <ul style="list-style-type: none"> ● 認識人際霸凌與後果 ● 學習因應霸凌行為 ● 建立防治霸凌能力 | 楊俐容老師 陳慧慈教授 |

第三階段 教案演練(9時)

| 日期 | 時間 | 課程內容 | 講師 |
|----------|-------------|---------------|--------------------|
| 11/5(二) | 9:00-10:30 | 第1課教案演練~情緒主人翁 | 夏慧珊 |
| | 10:30-12:00 | 第2課教案演練~生氣雷達站 | 蔡爵穗 邱秀芳 |
| 11/12(二) | 9:00-10:30 | 第3課教案演練~生氣管理局 | 分3組演練，每組35人，共需3位督導 |
| | 10:30-12:00 | 第4課教案演練~人際放大鏡 | |
| 11/19(二) | 9:00-10:30 | 第5課教案演練~人際心舞台 | |

| | | | |
|--|-----------------|-----------------|--|
| | 10:30- 12:00 | 第 6 課教案演練~人際好圈圈 | |
|--|-----------------|-----------------|--|

二、課程規定

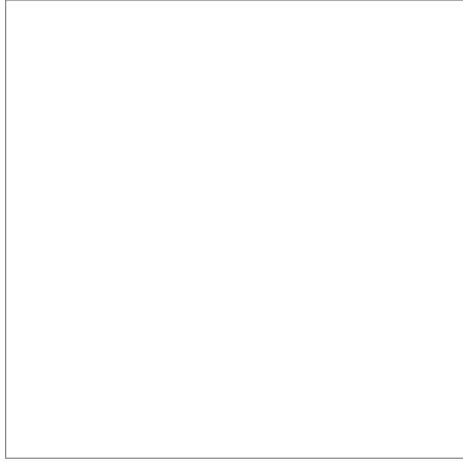
培訓課程相關費用由教育處經費補助，為免浪費相關資源，請全程參加，出缺席規定如下：

- (一)培訓期間，均須簽到，遲到超過 30 分鐘，以缺席 1 小時計算。
- (二)本次課程請全程參加，如因故須請假者，每人以二次(9 小時)為限，實體課程不提供影片補課，未出席者視同請假，完成培訓並擔任情緒教育帶領人，於 113 學年度入校服務 6 小時以上，配合填報服務成果者，發給帶領人證書 1 份。
- (三)如未完成培訓者，需繳回教案手冊。

三、課程群組

為利隨時布達課程資訊，請參加人員加入本課程群組(連結)。

<https://line.me/R/ti/g/N5nfG31o3j>



課程期間如有相關疑義，請洽家庭教育中心江小姐洽詢(05-2754334 分

機 11)