

SEL360 空間智慧社會情緒學習-專業精進與教案研習計畫

一、計畫緣起

近年來，隨著校園學習情境與社會環境快速變遷，學生在學業、人際互動與自我期待等層面所承受之心理壓力日益增加，情緒困擾與人際衝突亦更為常見。第一線教師於教學與班級經營過程中，逐漸承擔起協助學生覺察情緒、調整行為及建立正向人際關係之重要角色。本研習計畫承接前一年度「SEL360 空間智慧社會情緒學習」之推動經驗，透過沉浸式情境體驗，協助教師理解 SEL 在教學現場中的實踐方式，並累積以情境引導學生情緒與人際學習之基礎。

鑑於實際教學現場中人際與情緒互動情境之高度即時與複雜性，115 年度研習計畫進一步導入「社會劇（Sociodrama）」作為核心教學方法，結合社會情緒學習（SEL）理念，協助教師從情境體驗深化至引導歷程，學習以行動取向方式回應學生在分組、學業壓力與情緒表達等校園常見議題。

透過系統性研習設計，期能協助教師將 SEL 理念轉化為教學現場中可實際運用之策略，促進校園中支持性關係與穩定學習氛圍之形成。

二、辦理依據

- （一）依據臺北市 114 年度公私立高級中學友善校園生命教育中心學校工作計畫辦理。
- （二）依據 114 年 8 月 27 日北市教中字第 11430917822 號函辦理。

三、研習目的

（一）深化教師對社會情緒學習（SEL）核心能力之理解

協助教師理解自我覺察、自我管理、社會覺察、人際技巧與負責任決策等 SEL 內涵，並能回應學生在學業、人際互動與情緒調節上的實際需求。

（二）結合沉浸式情境經驗與行動取向教學法，提升教師引導能力

承接前一年度 SEL360 之實施經驗，導入社會劇方法，協助教師從情境體驗進一步發展實際引導學生情緒與人際議題之能力。

（三）培養教師運用社會劇進行 SEL 教學與班級經營之實務能力

透過角色扮演與情境演練，引導教師發展可操作之教學策略，實際運用於課堂與班級經營。

（四）促進研習成果轉化為可回校實施之教學行動

協助教師將研習所學轉化為符合不同班級特性與學生需求之 SEL 教學設計。

（五）營造具支持性與同理精神之校園學習氛圍

透過教師專業成長，促進穩定且正向的師生互動關係，提升學生情緒穩定與人際互動品質。

四、辦理單位

- （一）主辦單位：臺北市政府教育局
- （二）承辦學校：臺北市立復興高級中學
- （三）協辦單位：臺北市立松山高級中學

五、實施對象：臺北市公私立高級中等學校教師。

六、實施內容

本研習計畫以社會情緒學習（SEL）為核心，承接前一年度 SEL360 沉浸式情境學習經驗，進一步導入社會劇（Sociodrama）之行動取向教學法，協助教師由情境體驗深化至教學引導實務。

（一）研習實施方式

1. 主題式研習

以分組壓力、學業壓力與學生情緒陪伴等校園常見議題為主軸，透過講授、情境討論與社會劇演練，引導教師理解學生行為背後之情緒與需求。

2. 社會劇專題研習

規劃社會劇初階與進階課程，協助教師學習社會劇之基本概念、引導流程與教學應

用，強化實務操作能力。

3. 分組討論與回饋

透過分組討論與集體回饋，協助教師整理研習重點，並思考回校應用方式。

(二) 成果應用

鼓勵教師將研習所學之 SEL 概念與社會劇方法，實際運用於課堂教學、班級經營及相關輔導活動中，以促進校園中支持性與同理導向之學習氛圍。

場次	日期	時間	課程名稱	課程內容	研習地點	師資/服務機關
1	3/3 (二)	09:00-12:00	陪伴學生面對分組的壓力	「分組壓力情境」之社會劇體驗、SEL 面對人際焦慮	松山高中	講師:張祐誠/ 台灣師大 助理講師:張洸源/ 松山高中
		12:00-12:20	綜合討論			
2	3/19 (四)	09:00-12:00	如何支持學生面對學業壓力	「學業壓力情境」之社會劇體驗、SEL 面對學業壓力	松山高中	講師:張祐誠/ 台灣師大 助理講師:張洸源/ 松山高中
		12:00-12:20	綜合討論			
3	3/28 (六)	09:30-12:30 13:30-16:30	社會劇初階 (6 小時)	社會劇基礎概念、體驗、引導方法	復興高中 樂群樓 3 樓 3-3 教室	講師:張祐誠/ 台灣師大 助理講師:陳靜意/ 復興高中
4	3/31 (二)	09:00-12:00	如何陪伴學生的情緒 (場次一)	情緒與生理機制的基礎概念，引導、傾聽與調節學生情緒的方法	松山高中	講師:張祐誠/ 台灣師大 助理講師:張洸源/ 松山高中
		12:00-12:20	綜合討論			
5	4/1 (三)	09:00-12:00	如何陪伴學生的情緒 (場次二)	社會文化如何影響情緒表達的社會劇體驗，促進學生情緒和人際覺察的方法	松山高中	講師:張祐誠/ 台灣師大 助理講師:張洸源/ 松山高中
		12:00-12:20	綜合討論			
6	5/5 (二)	09:00-12:00	心靈圖卡媒材與 SEL 的結合運用 (場次一)	心靈圖卡應用在發展 SEL 能力的方法之簡介	松山高中	講師:張祐誠/ 台灣師大 助理講師:張洸源/ 松山高中
		12:00-12:20	綜合討論			
7	5/14 (四)	09:00-12:00	心靈圖卡媒材與 SEL 的結合運用 (場次二)	心靈圖卡媒材結合 SEL 用於社會劇暖身，設計與實務操作	松山高中	講師:張祐誠/ 台灣師大 助理講師:張洸源/ 松山高中
		12:00-12:20	綜合討論			
8	5/23 (六)	09:30-12:30 13:30-16:30	社會劇進階 (6 小時) *需參加過初階課程，限額 16 名。	教學情境的社會劇設計、實作與討論	復興高中 樂群樓 3 樓 3-3 教室	講師:張祐誠/ 台灣師大 助理講師:陳靜意/ 復興高中

七、研習報名

- (一) 報名網址：<https://insc.tp.edu.tw/>
- (二) 聯絡人：復興高中 姜韻秋老師
- (三) 公務電話：(02)2891-4131#168
- (四) 公務信箱：0272@fhsh.tp.edu.tw
- (五) line 的 ID:abc1111111122 (9 個數字 1)



場次	研習名稱	研習代碼
1	陪伴學生面對分組的壓力	北市研習字第 1141230028 號
2	如何支持學生面對學業壓力	北市研習字第 1141230027 號
3	社會劇初階 (6 小時)	北市研習字第 1141230052 號
4	如何陪伴學生的情緒 (場次一)	北市研習字第 1141230026 號
5	如何陪伴學生的情緒 (場次二)	北市研習字第 1141230025 號
6	心靈圖卡媒材與 SEL 的結合運用 (場次一)	北市研習字第 1141230036 號
7	心靈圖卡媒材與 SEL 的結合運用 (場次二)	北市研習字第 1141230035 號
8	社會劇進階 (6 小時) *需參加過初階課程，限額 16 名。	北市研習字第 1141230051 號

八、經費及執行

本研習計畫所需經費由臺北市 115 年度公私立高級中學友善校園生命教育中心學校計畫及臺北市教育局相關預算經費項下支應。本計畫奉核定後發布實施，修正時亦同。

附件：專業講師介紹

一、張祐誠老師

國立臺灣師大心輔系諮商心理學組博士，臺灣師大心輔系兼任助理教授，台灣心理劇學會第七屆監事、臺灣心理劇學刊主編。專業為心理劇/焦點解決諮商/多元文化與華人諮商。特殊教育身心障礙類師資，具(1)台灣心理劇學會認證導演；(2)美國心理劇、社會計量以及團體心理治療考核委員會 (ABE) 認證導演 (CP)/訓練師 (TEP)；(3)身體經驗創傷療法執行師 (SEP)等資格。

二、張洸源老師

松山高中圖書館主任、曾任松山高中學務主任

重視「生命教育的實踐」、推動自主學習、學生生活教育、學生活動、致力於生命教育。