



❖活動名稱：家庭教育教師社群講座
 講題：SEE Learning 情緒導引
 ❖講師：王麗雅老師

❖對象：國高中部教師

❖活動時間：114.05.19(一) 14:00-16:00

❖活動地點：星光藝文沙龍



感謝麗雅老師陪伴大家共備情緒地圖

邀請夥伴運用情緒卡辨識情緒



辨識每張情緒狀態的種類

每一個配對的動作牽引著大家的體會



藉由戲劇情境體驗~解讀自己的情緒狀態

原來情緒光譜是自己詮釋的



❖活動名稱：家庭教育教師社群講座
講題：SEE Learning 情緒導引
❖講師：王麗雅老師

❖對象：國高中部教師

❖活動時間：114.05.19(一) 14:00-16:00

❖活動地點：星光藝文沙龍



大家一起學習情緒時間軸



要調節情緒必須先能覺察



碧華主任分享大型集會對學生宣講的運用



復原力的好技巧:深呼吸



玲冠老師分享母親節教學的運用



大家互相鼓勵~透過練習慢慢熟悉

