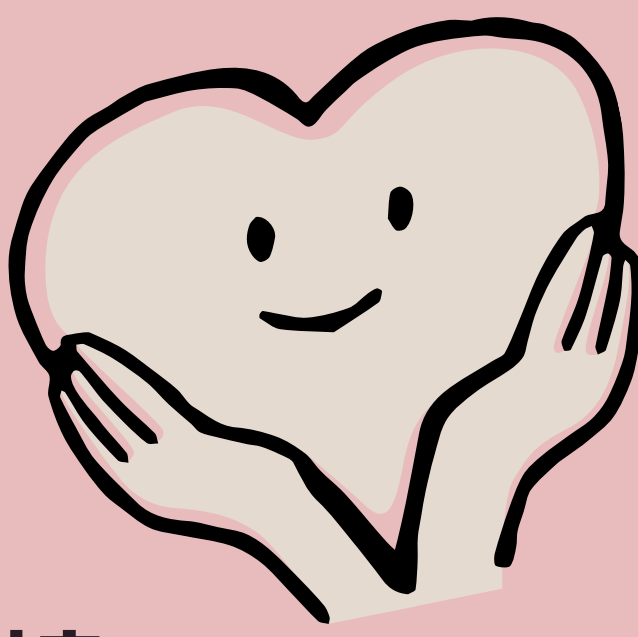


師生共好 SEL 共學

社會情緒學習工作坊



日期：2026/10/24（六）

時間：09:00-17:00

全程參與可以認證實地學習護照7小時

費用：免費，附午餐

地點：淡江大學淡水校區 教育大樓

ED201（上午）、ED302（下午）

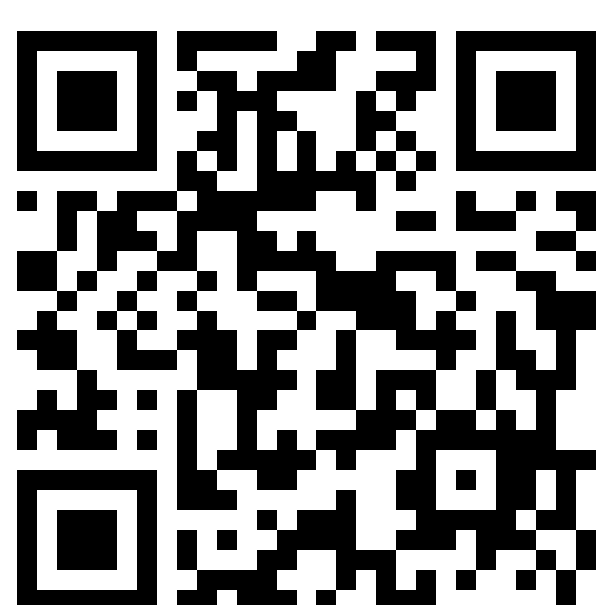
社會情緒學習 (SOCIAL EMOTIONAL LEARNING, SEL) 是近年在心理、輔導，乃至教育界備受重視的教育目標。其核心概念包括教導學生自我覺察、自我管理、社會覺察、人際關係技巧、負責任的決定等五項重要能力。從全人發展的角度出發，強調個人與社會的和諧是相輔相成、相互關聯的。

一個實踐SEL的學校，可依照學生的發展階段、需求特色及社會文化環境，進行調整與實踐，進而促進個人的學習成效、身心健康、人際溝通互動以及社會參與。

日程與講師陣容：

時間	主題	講師	場地
09:00-12:00	社會情緒學習（SEL） 核心概念定義	張貴傑 淡江大學教心所副教授兼所長	ED201
12:00-13:00	午休時間		
13:00-15:00	舒壓纏繞畫體驗	謝沛修 雙和醫院臨床心理師	ED302
15:00-17:00	捏出覺察、揉出韌性—正念結合社會情緒學習：從自我覺察到自我管理的體驗式工作坊	高郁淇 黎明技術學院諮商心理師	

報名表單：



報名截止時間：2026/10/23 12:00

主辦：淡江師資培育中心

