

國立龍潭高中 105 學年度教師專業發展研習實施計畫

一、活動名稱：「情緒販賣部」～教師會心讀書會

二、依據：本校105學年度第2學期優質化計畫(105-2提升教師教學專業計畫)

三、目標：

- (一)幫助與會老師透過閱讀書目了解情緒的種類以及照顧情緒的重要性。
- (二)透過課程體驗與主題討論，能將情緒管理的原則融入教學與輔導。

四、實施對象：龍潭高中教師 10-12 人，採自由報名參加。

五、活動時間：

- (一)106 年 5 月 11 日 (週四) PM2:00-4:00
- (二)106 年 6 月 28 日 (週三) PM2:00-4:00
- (三)106 年 6 月 29 日 (週四) PM1:00-4:00

六、活動地點：本校第一會議室 (或團體諮商室)

七、講師：外聘/林于雅(諮商心理師)

八、閱讀書目與資料：

- (一)書目：周慕姿(2017):情緒勒索，那些在伴侶、親子職場間，最讓人窒息的相處
- (二)影片:幸福(2007)

九、課程內容：

次	時間	時	活動內容	備註
一	5/11 (週四) PM2:00-4:00	2	相見歡 1. 自我介紹 2. 導讀情緒 3. 情緒卡設計	書自備 厚紙板(2) 蠟筆(1)

二	6/28 (週三) PM2:00-4:00	2	情緒勒索的真相 1. 透過閱讀連結教師生命故事 2. 情緒寶盒	書自備 白紙數張 原子筆(1)
三	6/29 (週四) PM1:00-4:00	3	影片欣賞與討論:幸福	播映設備

*注意事項：請於 3/15 前電聯本室人員報名，名額有限，請速報名。

*全國教師網課程編號：2168370

九、經費：由本校優質化經費與本室結餘款支應。

十、本計畫陳校長核可後實施，修正時亦同。