

臺北市私立復興實驗高級中學-小學部 113 學年度第 1 學期

「父母 EQ 學堂-超人氣養成班」課程實施計畫

一、依據：

- (一)本校課程總目標「世界領袖、責任公民、創新思維、掌握科技」規劃。
- (二)本校 K-12 職涯探索課程規劃。
- (三)本校 113 學年度輔導工作計畫辦理。

二、目標：

- (一)透過活潑有趣、生活化的課程活動，幫助中年級學童建立高 EQ 的系統智慧。
- (二)幫助孩子學習情緒管理、自我認識、人際溝通、解決問題等相關能力，透過吸收重要概念、熟練相關技巧，建立自我掌握以及同理關懷的正向態度。
- (三)讓家庭、學校、社區都成為有助於孩子 EQ 發展的友善空間。
- (四)推動兒童權利公約 (CRC)，落實兒少權利之精神。

三、課程內容：

- (一)培育情緒管理小達人：調節負向情緒法則、覺察理解生氣情緒、管理生氣情緒策略
- (二)培育樂觀思考小達人：想法影響情緒、擴展思考彈性、學習樂觀思考
- (三)培育人際判斷小達人：認識人際意圖歸因、覺察人際歸因偏誤、學習建立良性小圈子
- (四)培育人際防霸小達人：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

四、四年級 EQ 課程《EQ 學園》〈超人氣養成班〉(上、下冊)與 108 課綱綜合活動領域課程核心素養連結編碼對照表

https://drive.google.com/file/d/1d7DBoQtqAP_rXTSDo4kvPqSEeCg45nSK/view?usp=sharing

<https://drive.google.com/file/d/1n51S1Ab8AJUjShN4deJMsq-tQPJLZdN6/view?usp=sharing>

五、第一階段理論課程規劃：

日期	時間	主題	地點	講座
10/18(五)	上午 9:00 12:00	培育情緒管理小達人	B1 視聽教室	<u>楊俐容</u> 老師
10/25(五)		培育樂觀思考小達人		
11/01(五)		培育人際判斷小達人		
11/08(五)		培育人際防霸小達人		

六、第二階段培訓課程規劃：

日期	時間	課程內容		地點	授課老師	
11/15(五)	上午 9：00 12：00	教案介紹 示範課	第一課~情緒主人翁 第二課~生氣雷達站 第三課~生氣管理局	B1 視聽 教室	<u>夏慧珊</u> 督導 <u>蔡爵穗</u> 督導	
11/22(五)			第四課~人際放大鏡 第五課~人際心舞台 第六課~人際好圈圈			
11/29(五)		教案共學 演練課	1. 學員使用教案內容做課程演練		<u>夏慧珊</u> 督導 <u>蔡爵穗</u> 督導	
12/13(五)						

12/20(五)		2. 學員分享對教案運用的心得		楊俐容老師
----------	--	-----------------	--	-------

七、實施方式：採實體及線上課程併行方式進行~

(一) 第一階段理論課程採實體及線上課程併行方式進行。

1. 實體課程(上課地點：B1 視聽教室)：家長出示「學員證」，從 B1 車道進出 B1 視聽教室。

2. youtube 線上直播。

(二) 第二階段培訓採實體方式進行。

八、實施對象：

(一) 第一階段理論課程開放全體家長自由報名。家長於 9/16 (一) 前，以 google 表單填寫或掃描 QR code 方式線上報名，報名連結

<https://forms.gle/2THZGVFJxAK9AzDz9>

(二) 第二階段培訓課程：從參加一階課程家長中篩選有能力、有意願擔任「EQ 教育志工」的家長，進行二階培訓。

(三) 本校教職員自由參加，依場次核予研習時數 3 小時。

九、參加費用：

(一) 第一階段理論課共 4 堂，每堂 3 小時，合計 12 小時，收費 2,500 元(含講義費)。

(二) 第二階段教案示範共學課共 5 堂，每堂 3 小時，合計 15 小時，收費 1,500 元。

(三) 教材費 630 元。

(四) 請總務處開立「繳費單」交學生帶回，繳費後完成報名。

十、報名完成後，協請總務處開立繳費單繳費。並以 line 群組方式統一發通知及訊息。

<https://line.me/R/ti/g/ydL5mKFfBX>

十一、講師簡介：

(一) 楊俐容老師~臺灣芯福里情緒教育推廣協會/創會理事長

(二) 夏慧珊督導~學歷：美國東北大學資訊系統碩士。現任：台灣芯福里情緒教育協會部推廣部部長。南區/彰化區/嘉義區教育督導、推廣講師。

(三) 蔡爵穗督導~EQ 教育志工

十二、四年級學生入班課程規劃：

(一) 由已培訓完成並通過楊俐容老師團隊考核之 EQ 教育主講及助教入四年級各班服務。

(二) 入班規劃：113/12/5、12/12、12/19、12/26、114/1/2、1/13 共計 6 次週四晨光時間，每次 35 分鐘。

十三、預期效益：

(一) 對課程總目標「世界領袖、責任公民、創新思維、掌握科技」有更深入理解與配合。

(二) 從中培養有能力、有意願擔任「EQ 教練」的家長，親師攜手，以協同教學模式進行 EQ 教育。

(三) 建構復興成為高 EQ 的友善校園，創造親師生共學共好的高 EQ 校園文化。

(四) 落實兒童權利公約(CRC)內涵，維護兒少權益。

十四、本計畫陳校長同意後實施，修正時亦同。

