

苗栗縣 114 學年度高中精進計畫高中輔導團
「SEL 系列-從精油的運用探索情緒管理」工作坊實施計畫

壹、計畫目的：為了協助教師理解社會情緒學習的理念，並透過日常生活中常使用的精油來探索情緒管理，透過 SEL 的自我覺察時，如何使用不同氛香來促使自我在情緒管理的應用，特辦理本活動。

貳、計畫依據：教育部國民及學前教育署補助苗栗縣政府 114 學年度精進高中課程計畫。

參、辦理單位：

一、指導單位：教育部國民及學前教育署。

二、主辦單位：苗栗縣政府教育處。

三、承辦人員：苗縣政府教育處課程督學郭品禎 037-727018、0934-251177

肆、參加對象：對本議題有興趣的教師。

伍、報名方式：教師在職進修網代碼 5415929。

陸、行程安排：

一、時間：115 年 1 月 16 日（星期五）13 時 30 分至 16 時 40 分

二、地點：中山 168 青年創業基地(苗栗縣鎮中山路 1168 -1 號)

場地位於竹南火車站旁，現場不提供學員停車，
請盡量使用公共交通工具

時間	項目	主持人/主講人	備註
13:20~13:30	報到		
13:30~15:00	精油在日常的運用 及使用安全	陳品方老師	因場地受限 僅錄取 20 名
15:00~15:10	午休		
15:10~16:40	如何運用精油來 管理社會情緒	陳品方老師	

註：本縣輔導員請於 12 時 30 分出席團務暨工作會議，當次會議邀請社群專家林世芝老師蒞臨指導，請務必出席。