

[訂戶專屬](#) [文章/專題](#) > [台灣現場](#)

## 教育部最新中長程計畫出爐！不只教學生SEL，也要讓老師幸福

學生心理健康問題日益嚴峻，教育部宣布推動為期 5 年的社會情緒學習（SEL）中長程計畫，要國小、國中、高中更有意識地養成學生的非認知能力，打造受用一生的韌性和幸福感。



教育部宣布推動為期5年的SEL（社會情緒學習）中長程計畫，圖為國小情緒教育課程。楊煥世攝

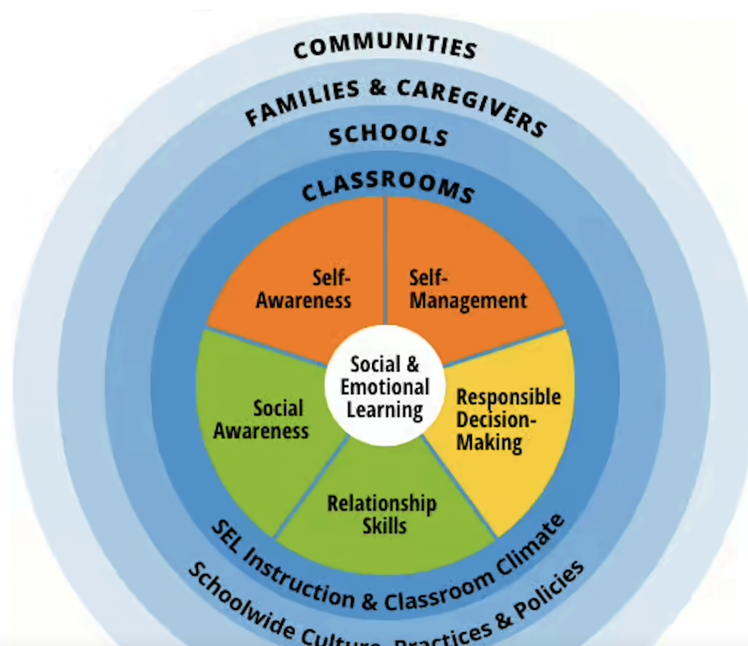
為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。

我知道了 >

- 重點 1：SEL從概念推廣，到落實為具體課程
- 重點 2：人才培育不只增能，還要涵養幸福感
- 重點 3：不只有課程，且要深化成為校園文化
- 重點 4：系統合作，從單打獨鬥到公私協力
- 重點 5：與國際連結，建立資源平台
- 5 年編列 5000 萬元，盼養成孩子的非認知能力
- 科技惡化學生心理健康，校園亟需立刻推動SEL

教育部2月27日公布「[社會情緒學習中長程計畫第一期五年計畫（114~118年）](#)」，首度宣示社會情緒學習（Social Emotional Learning，簡稱 SEL）與 12 年國教精神一致，社會情緒學習相關政策推動，可支持 12 年國教具體落實。長期關注 SEL 的《親子天下》，獨家整理這份 40 頁計畫書中的 5 大重點，及將對教學現場帶來的具體改變。

SEL 由美國「課業、社交與情緒學習組織」（CASEL）所提出，包含**自我覺察、自我管理、社會覺察、人際技巧和負責任的決定**等 5 項重要內涵。相比更為人所知的 EQ（情緒智商，Emotional Intelligence），SEL 不只強調情商、情緒，也重視人與人的互動，以及達成個人目標。



為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。

台灣師範大學幼兒與家庭科學系助理教授、民間團體 SEL in Taiwan 發起人吳怡萱解釋，SEL 跟過去的情緒教育非常不一樣，過去是希望每個人調節好自己的情緒，不去影響他人，所以強調情緒管理，但 SEL 是接納、覺察、是認識自己，從自己出發，為自己的幸福去學，而非不去影響他人。

教育部今天公布的 SEL 中長程計畫報告，明確點出未來將開展的具體行動。以下 5 個重點，值得現場老師、家長關注：

### **重點 1：SEL 從概念推廣，到落實為具體課程**

SEL 約 30 年前（1994 年）由美國非營利機構、主要由學者組成的 CASEL 開始推動，提倡從幼兒園到高中，都要融入相關課程。

然而，轉換到台灣，雖然社會有共識，但如何形成一套適合教師每天教學可以融入，且符合台灣學生學習情境的教學方法和內容，同時能評量教學與學習成果，目前為止都還在摸索中。因此，如何從概念落地到教室，是這次中長程計畫第一個重點。

### **重點 2：人才培育不只增能，還要涵養幸福感**

教學現場最關鍵的還是老師，從教職員到學校領導人，從教學增能到照顧老師自身的身心健康、涵養幸福感，都是中長程計畫照顧範圍。

### **重點 3：不只有課程，且要深化成為校園文化**

全校性且整體性的規劃與推動，應結合學校願景、各領域課程與各項學校活動，進行整全式的規劃，以促進正向的學校氛圍與班級氛圍。

其次，要支持學生多元智能的展現，以及社會與情意技能的發展，透過團體活動、社團活動、班會、戶外教育等方式加以實踐。

### **重點 4：系統合作，從單打獨鬥到公私協力**

為提供您更多優質的內容，本網站使用 cookies 分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用 cookies，關於更多 cookies 資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。

## 重點 5：與國際連結，建立資源平台

運用多媒體推廣社會情緒學習，並辦理國際研討會，走入世界，看見更廣闊的可能性。

## 5 年編列 5000 萬元，盼養成孩子的非認知能力

廣告

國家教育研究院副院長顏慶祥表示，國教院作為國內教育政策的「發動機」，去（2024）年 10 月起著手規劃「社會情緒學習中長程計畫」，耗時 5 個月、辦理逾 20 場諮詢會議，向教學現場徵詢意見。

為期 5 年的計畫，預計將投入 5000 萬元、首年至少 1000 萬元，實踐包含研發與開展在地經驗、建立評估與追蹤系統、培育種子教師，以及與國際連結等多項重要任務。

顏慶祥透露，在中小學端，將從學校教育著手，成年人則從家庭教育中心推動，期待從幼兒教育推動至終身教育。諮詢過程中，教學現場紛紛反映「不要再增加現場老師的負擔」，而國教院認為，「融入式教學」便是最好的答案。

他表示，教師只要學習適當的教學技巧，並融入自身學科領域即可實踐；而在行政

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。

>

吳怡萱也觀察到，學校老師對 SEL 還不太熟悉，看到教育部發一紙公文，容易慣性想到「完了，又要設計教案給學生了」，因此備感壓力。

但吳怡萱強調，SEL 不是一門課而已，它是要讓每個人都懂得自己感受、懂得跟他人相處，活出最幸福的自己。所以，要提供足夠的資源給老師，老師才不會認為這計畫只為學生，它是一個幸福的能力，不是 KPI。

廣告

中長程計畫不只課程，還有系統連結了師培、種子教師等。「以往我們推動某件事情，都只先想到要教學生，但這次很開心、很不一樣的是，諮詢會議成員認為不是只教學生，老師的幸福也很重要，」吳怡萱說。

此計畫諮詢對象之一、台灣芯福里情緒教育推廣協會創會理事長楊俐容，樂見計畫正式上路，直說可以預見台灣的學生、老師，更能察覺環境中的情緒和人際元素，班級經營、師生關係都能變好，幸福感因此提升。

顏慶祥分析，世界各國推動 SEL 已行之有年，歐美國家更是先驅。台灣教育並非不重視，只是過去偏重「認知成就」，但 SEL 帶來的「非認知能力」學習，已經成為各國重要的軟實力，也是孩子能「用上一輩子」的實力。

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。

>

## 隸屬領域

## 主要教學內容列舉

### 幼兒園

#### 情緒

- 覺察與辨識、表達、理解自己的情緒、生活環境中他人和擬人化物件的情緒
- 運用策略調節自己的情緒

### 國小 低年級

#### 健康與體育

- 情緒體驗與分辨的方法

### 國小 中年級

#### 綜合活動

- 情緒的辨識與調適
- 正向思考的策略

#### 健康與體育

- 與家人及朋友良好的溝通與相處的技巧

### 國小 高年級

#### 綜合活動

- 自己與他人特質的欣賞
- 對自己與他人悅納的表現

#### 健康與體育

- 維持良好人際關係的溝通技巧與策略
- 正向態度與情緒、壓力的管理技巧

### 國中

#### 綜合活動

- 正向思考模式、生活習慣與態度的培養
- 情緒與壓力的成因、影響與調適
- 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法
- 重大心理困擾與失落經驗的因應

#### 健康與體育

- 有利人際關係的因素與有效的溝通技巧
- 情緒與壓力因應與調適的方案
- 心理健康的促進方法與異常行為的預防方法

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。



12年國教（108課綱）中相關SEL內容多在健體、綜合活動領域。資料來源：《幼兒園教保活動課程大綱》、《十二年國民基本教育課程綱要》製表：親子天下

## 科技惡化學生心理健康，校園亟需立刻推動SEL

《親子天下》長期關注學生心理健康，採訪過的民間團體代表、輔導教師、心理師，不約而同認為 SEL 走入校園，是迫在眉睫的課題。SEL 中長程計畫也指出，目前校園面臨 4 大挑戰，是現在要推動 SEL 計畫的關鍵因素：

廣告

**挑戰 1：數位科技帶來便利，也造成學生注意力與心理健康的挑戰。**

**挑戰 2：學生的學業表現佳，但在情意表現上缺乏政策與教學上的支持。**

依據國際教育評比的結果，例如「國際學生能力評量計畫（PISA）」，我國學生的學習成就表現優異，但在學習動機、自信心以及生活意義感等情意面向表現卻相對低落，怕失敗指數全球第一。

**挑戰 3：師生關係、學生心理健康的挑戰持續發生。**

**挑戰 4：現行課程雖具社會情緒學習核心概念，仍缺乏擴散性。**

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。



接著，教育部國教署會制定鼓勵機制，鼓勵各縣市所轄學校申請參與試行，然後對轄內推廣；一段期間後，國教院會辦理研討會，提供發表舞台，讓各縣市及學習彼此觀摩、經驗交流，更進一步推展國際學術交流。

顏慶祥表示，未來台灣將參與 SEL 國際評比，希望從國際角度，反思自身教育的足與不足。如今 SEL 將在全台中小學遍地開花，上百萬名中小學生，將來能否打贏國際盃，養成AI時代更受重視的非認知能力？值得期待。

## 延伸閱讀

- [社群過曝好焦慮？國外老師用SEL課程4步驟，教學生調節情緒](#)
- [大人的心理諮商需求暴增，為何中小學的 SEL 才是根本解方？](#)
- [缺乏同理的時代：學校如何讓SEL情緒教育融入課堂](#)



**陳雅慧** 追蹤

《親子天下》總編輯

《親子天下》總編輯。從小喜歡聽故事，當記者可以一直聽到精彩的故事，也成為一個說故事的人，覺得非常的幸福。



**賓靜蓀** 追蹤

親子天下記者

曾在不同國家生活，喜歡觀察世界各地的社會、文化、價值和教育，期許自己成為台灣和世界間的一座橋樑。



**趙宥寧** 追蹤

親子天下記者

記者。一直都是喜歡寫字、聽故事的人。從日報轉戰雜誌，希望報導不是框架，就跟這世界一樣，永遠沒有絕對的事。

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。





# 翻轉教育電子報

每週精選國內外教育報導，提供給關心教育的你

試閱 >

立即訂閱 >

## 您可能有興趣



SEL是什麼？4方法讓社會情緒學習融入課程（附教案



校長荒浮上檯面！全台1000+中小學校長獨家調查



龍昇國小：家一般的混齡教室，為小校找回學生



雙語政策調整？不強迫各領域英語授課，英文課全英教學



開學前的準備包！從暑假到開學週的最新教師資源大集合



什麼是最好的評量？當目的評量精刑的方法全解析

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。



# SEL是什麼？4方法讓社會情緒學習融入課程（附教案參考資源）

社會情緒學習是什麼？SEL（Social Emotional Learning）怎麼教？SEL的課程怎麼設計？社會情緒學習包含自我覺察、自我管理、社會覺察、人際技巧、負責任的決策等五大面向，學會辨別、理解情緒，是孩子一生受用的功課。



SEL 社會情緒學習／社交情緒學習是什麼？台灣老師們這樣融入108課綱課程。圖片來源：Shutterstock

文：林靖軒

2022-08-31 18:06 更新：2025-02-27 16:19

## 本文重點摘要



- SEL 社會情緒學習是什麼？為什麼現在很重要？
- SEL 社會情緒學習5大核心概念

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。



- 情緒教育資源包：陪伴孩子學會與情緒共處

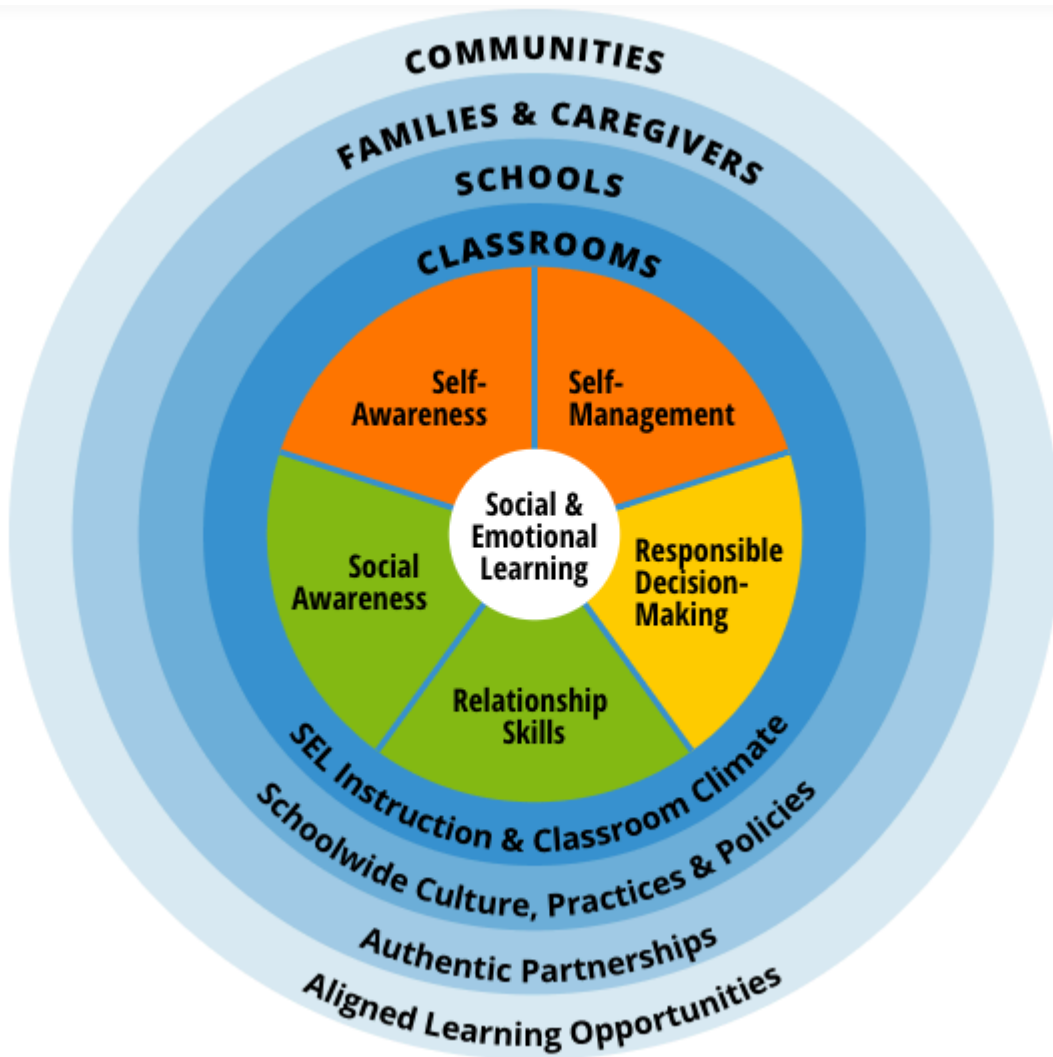
SEL 中文的意思是**社會情緒學習**（Social Emotional Learning，簡稱 SEL，也翻譯作社交情緒學習），現在愈來愈被關注，有許多老師嘗試將 SEL 融入課程。

台灣也於 2025 年正式邁入台灣的 SEL 元年。教育部於 2025 年 2 月 27 日公布頒布「教育部**社會情緒學習中長程計畫**第一期五年計畫」（114年至118年），以營造友善且幸福的校園環境，提升教職員與學生的情緒健康，學習重點涵蓋人際互動、同理關懷他人、道德責任等，並補助地方政府將「社會情緒學習」列為生命教育必辦項目。

社會情緒學習包含哪些面向？為什麼愈來愈多國家重視 SEL 的學習？

## **SEL 社會情緒學習是什麼？為什麼現在很重要？**

社會情緒學習的概念由**美國學業與社會情緒學習協會**（CASEL, The Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning）提出，是當前全球備受關注的教育趨勢。社會情緒學習（Social Emotional Learning，亦稱SEL、社交情緒學習）是指**培養學生自我覺察、自我管理、社會覺察、人際技巧、做負責任的決策等相關認知、態度與技能的教育過程**。



社會情緒學習包含5大面向：自我覺察、自我管理、社會覺察、人際技巧、負責任的決策。圖片來源：[CASEL官網](#)

**社會情緒學習（SEL）包含5大面向：**

1. 自我覺察（Self-awareness）
2. 自我管理（Self-management）
3. 社會覺察（social awareness）
4. 人際技巧（relationship skills）
5. 負責任的決策（Responsible Decision Making）

SEL 最初由自我認識開始，從自己的身體、自我概念發展的形成，接著認識、管理自

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。

雖然社會情緒學習的概念較抽象、範圍廣，卻是孩子因應環境變化的重要能力。例如疫情下，學校多利用遠距教學，孩子在家上課，和同學互動愈來愈少。當孩子回到學校，需要重新適應校園生活，融入與老師、同學的互動，社會情緒學習便顯得重要。

美國教育媒體《教育週刊》(Education Week) 今(2022)年推出多篇報導，主題都與社會情緒學習相關。不同學校和學區教職人員告訴《教育週刊》，從線上學習返回實體上課的挑戰、加上這段時間要應對因工作而有壓力的成年人，導致一些孩子在情緒和社交中出現挑戰，某些情況下甚至被退學(了解更多：[美國學生社交、情緒發展落後於疫前同齡學生，3個建議重建過往課堂樣貌](#))。

環境變動愈快，安頓身心就更重要。陶璽特殊教育工作室創辦人曲智鑛便表示，情緒與壓力的調節能力絕不亞於學科學習，而父母在家也能陪伴孩子培養情緒學習能力(了解更多：[曲智鑛：「一起好好吃頓飯」也能培養孩子的社會情緒學習能力](#))。

## SEL 社會情緒學習5大核心概念

根據CASEL，社會情緒學習的五大核心概念及練習可能如下：

- **社會情緒學習 (SEL) 核心能力1：自我覺察**

自我覺察的內涵在於能理解自己的情緒、想法和價值觀，藉此建立信心並發現自己的優勢和侷限，例如培養興趣和目標感，或了解他人的情緒，並將感受、想法連結。

培養自我覺察時，老師和家長可以和孩子聊情緒，讓他們了解師長和自己是站在同一角度，明白自己的喜怒哀樂，藉此培養正向的性格，更可能對他人產生同理心。實踐自我覺察的方法，可以透過「寫日記」記錄開心、值得感謝事，並與人分享。(相關教學資源：[情緒素養活動學習單：四大主題教孩子情緒覺察與管理](#))

自我管理是指在不同情況下能有效管理情緒、想法和行為並完成某項目標。排解壓力的策略、感受自我激勵、設定目標並善用計畫完成，也都是自我管理的一部分。

能結合生活議題來練習自我管理，例如疫情下人人擔心自己確診，老師可以和孩子討論焦慮情緒可能帶來的影響，以及如何透過落實防疫的行動降低自己對染疫的恐懼。此外，停課期間，待在家中的時間變長了，訂定生活作息表、設定每日、週目標以維持規律生活，也是練習自我管理的方法。

### • 社會情緒學習 (SEL) 核心能力3：社會覺察

具社會覺察能力的人，能同理來自不同家庭、文化、社會背景的人，站在他人的立場思考，展現同理心、關心他人的感受，並能認可別人的優點，對他人表達感激，同時也能了解不同情境、社會的規範。

練習社會覺察可以從生活小事開始，例如在疫情期間若有親友確診被隔離，你的感受是什麼？如何給予關心？並反思若是自己確診了，要如何及早應變準備？

### • 社會情緒學習 (SEL) 核心能力4：人際技巧

人際技巧能幫助孩子建立健康的人際互動，有效和不同的人或群體交流。清楚溝通表達、積極傾聽他人、能分工合作解決問題、有效解決衝突、在適當時機用正確的方法提供他人幫助等，都是人際技巧。

人際技巧發展良好的孩子，經常會在小組中展現領導力，並會為他人權利挺身而出。老師能引導孩子針對不同事件說出情緒感受，例如和同學吵架，事情是如何發生的？孩子對於和同學吵架的感受是什麼？為什麼會有這樣的感受？應該要如何和對方溝通自己的想法和期？（相關教學資源：[人際關係活動學習單](#)，[四大主題建立孩子健康心態](#)）

### • 社會情緒學習 (SEL) 核心能力5：負責任的決策

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。

能做出負責任決策的人，擁有好奇心和開放的態度，能針對不同情境，分析事實、資訊並作出合理判斷，並能反思決策對自己與他人的影響。師長能帶領孩子從所見所聞練習分析問題，以自己和他人的安全為考量做出適當決定。透過負責任的決策，孩子能學習到行為和選擇如何影響他人。

## SEL 社會情緒學習跟108課綱的關係

108 課綱的核心精神是「自發、互動、共好」，而社會情緒學習幫助孩子建立良好的人我關係，包含理解自我、與他人交流、與社會互動，正能呼應新課綱的精神。

有教學者將社會情緒學習融入在綜合領域。國立清華大學教育與學習科技學系王為國副教授曾說明，綜合活動學習領域總目標為「培養學生具備生活實踐的能力」，其中的核心目標「促進自我發展」、「實踐社會參與」，即是重視孩子探索自我、發展自我價值，增進自律，並善用人際技巧融入團體，尊重多元文化與不同的族群，這便適合結合社會情緒學習。

在台灣偏鄉推動KIST實驗學校的誠致教育基金會致力發展品格教育。KIST花蓮縣三民國小便常在課程中融入社會情緒學習。例如在校本課程中，透過日常班級議題，以學習單或活動的方式，讓孩子了解如何解決衝突，做自我管裡。此外，也將聯絡簿、教室佈置等學校日常事務結合 SEL，例如在教室設置情緒角。

KIST雲林縣拯民國小老師李科賢老師每天陪伴孩子進行自我覺察，邀請孩子在上、下課時，在海報標註不同情緒的欄位，貼上姓名貼紙，標示自己當下的情緒狀態，像是：幸福、興奮、放鬆、安心、失望、無力、憤怒等，好讓老師掌握孩子的情緒變化。



廣告

拯民國小教室裡也有這樣的情緒角落，孩子可以在裡頭一個人好好調節自己的情緒。李科賢提供

誠致教育基金會執行長吳明柱表示，社交情緒學習像是孩子養成品格的催化劑。在 KIST 學校，老師們會先試著讓小小孩平緩情緒，再去思考面對學習、挫折的下一步該如何行動（KIST學校這樣教SEL：教孩子戰勝情緒怪獸！台灣KIST學校：與孩子情緒同在，SEL 是孩子養成品格的催化劑）。

## SEL 社會情緒學習教學4方法

情緒如何教？可參考 CASEL 提出的 SAFE 指標：

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用 cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。





- **專注投入 (Focused, F)**：專注和投入能使社會情緒學習有更好的學習效果。
- **直接明確 (Explicit, E)**：老師能和同學明確說明學習情緒教育的好處，像是能帶來什麼樣的幫助，應用在什麼地方。

台北市立大學學習與媒材設計學系葉興華教授，於北市 109 年推動社會情緒學習成果彙編出情緒教育教案能包含的教學內容，例如：自我情緒的覺察與他人情緒的辨識，自我情緒的適切表達、管理與調節，以及對他人情緒的反應、自我情緒的運用與他人情緒的支持等。

此外，老師也能利用電影欣賞、繪本等方式，融入課程，或是利用說故事、提問討論、模擬真實情境的戲劇表演等，引導學生，並增加學生的互動。

## SEL 社會情緒學習教案參考資源

情緒教育如此重要，2021年底芬蘭教育界更提案將情緒教育列基礎教育必修課，讓小一到國九學生每週至少有一堂情緒教育課。

教會孩子覺察情緒，是一生受用的必修課。《翻轉教育》邀請擁有十多年國小教師經驗的芬紛聊天老師把芬蘭的情緒課帶到台灣，設計「情緒停看聽」、「萬用情緒參考表」的教學資源，提供老師們情緒教育教案設計的參考。



為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。

- 教學資源下載：[一生受用的必修課！教會孩子覺察情緒](#)

## SEL 社會情緒學習教師研習活動

教師在職期間，除了每年應依規定完成時數認證，老師們也能針對自己想精進的需求選擇教師研習。翻轉教育也邀請國小老師芬紛聊天、李科賢談「SEL社會情緒教育的課堂實踐」，歡迎一同線上共襄盛舉。（研習結束後訂戶可觀看回放影片）



與名師面對面

SEL社會情緒教育的課堂實踐

2023 1.6 週五晚間  
7:00-8:30

海報包含兩位講者的圓形頭像：上方為戴眼鏡、穿紅色上衣的芬紛聊天；下方為穿白色外套、戴耳環的李科賢。背景為深藍色，帶有白色點陣圖案和橙黃漸變色塊。

- **SEL研習 | SEL社會情緒教育的課堂實踐**

時間：2023/1/6（五）7:00-8:30 pm

講者：芬紛聊天、李科賢

幫助現場老師能更具體明白社會情緒學習（SEL）如何在課堂融入教學及日常。邀請翻轉教育專欄作家、同時也是旅居芬蘭的粉專「芬紛聊天：芬蘭逐夢上學路」版主分享來自芬蘭的經驗，如何推動情緒教育，以及她如何將芬蘭觀點帶回到台灣的課堂轉化實踐。

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。

轉教育365研習活動」每年至少6場線上研習資格。

## 情緒教育資源包：陪伴孩子學會與情緒共處

同學間的衝突、課業與人際帶來的挫折壓力……學生的情緒風暴每天在教室中上演，老師可以如何協助？《翻轉教育》推出「[情緒教育資源包](#)」，精選站上資源，包含「情緒覺察、情緒表達、情緒管理、同理他人、人際關係」五大主題，老師可以帶學生循序漸進的從認識情緒開始，學會與自己、他人的情緒共處！



情緒教育資源包。點圖片了解更多

### 延伸閱讀

- [芬蘭的情緒教育課在台灣：我們班的四色情緒儀表板](#)
- [情緒布告欄再進化：善用情緒便利貼說出內心話](#)
- [下載》情緒素養活動學習單：四大主題教孩子情緒覺察與管理](#)



林靖軒 [❤ 追蹤](#)

親子天下

親子天下

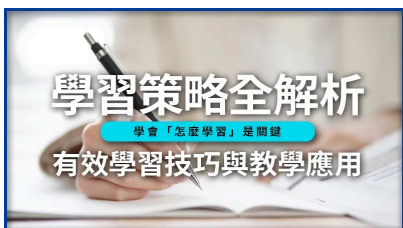
為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。



## 您可能有興趣



學習單設計大集合！學習單模板與多種主題範本下載分享



學習策略全解析！學會「怎麼學」：學習技巧與教學應用



開學前的準備包！從暑假到開學週的最新教師資源大集合



生命教育最完整解析：議題與課程教案資源一次看



寒假20本書單推薦！老師新一年專業與能量的關鍵



什麼是好的評量？常見的評量類型&方法全解析

---

關於親子天下



---

服務條款



---

社群入口



 訂閱翻轉教育電子報

客戶服務中心 | Copyright © 親子天下. All rights reserved. 版權所有，禁止擅自轉貼節錄  
親子天下股份有限公司 | 統一編號：24953885

---

為提供您更多優質的內容，本網站使用cookies分析技術。若繼續閱覽本網站內容，即表示您同意我們使用cookies，關於更多cookies資訊請閱讀我們的 [隱私權政策](#)。

