

【📍 桃園場-2】114-2導師輔導知能研討會05/22（五）就是這個光-以社會情緒學習(SEL)點亮導師輔導之路

活動類型: 導師輔導知能研討會
發布單位: 諮商輔導中心
辦理校區: 桃園
畢業門檻: 非畢業門檻
活動日期: Friday, May 22, 2026

【個資宣告】此資料之蒐集僅限於活動報名與辦理、會計與相關事務、憑證管理業務、協助公部門調查或執行業務及法令需求等目的使用，非經當事人意，絕不轉做其他用途，亦不會公佈任何資訊，並遵循本校資料保存與安全控管辦理。(詳細個資管理可參閱「銘傳大學個人資料保護管理要點」與「銘傳大學個人資料保護專區」<http://pims.mcu.edu.tw> [1])

當學生有說不出口的壓力，導師能多做一點什麼？

當學生變安靜、容易生氣、成績下滑、作業交不出來、提不起勁時，也許學生不只是「不夠努力」，而是壓力已經超過所能承受的程度。

本場講座以「社會情緒學習」為核心，從真實的教學與輔導情境出發，

透過自我覺察、自我管理、社會覺察、人際技巧與負責決策的五大面向，

陪伴導師解鎖學生壓力，探索溫和可行、能立即運用的情緒調適引導方式，減輕學生壓力並安穩情緒。

主題：**就是這個光-以社會情緒學習(SEL)點亮導師輔導之路**

講師：陳柏霖 博士
(國北教心理與諮商學系主任、國北教正向發展與社會情緒學習中心課程教學組長)

日期：5月22日(五) 12:00~13:40

地點：**P102演講廳**

活動聯絡人：蘇詠園（分機5389）

114年度第2學期 導師輔導知能研討會（二）

就是這個光

以社會情緒學習(SEL)點亮導師輔導之路

講師：
陳柏霖 教授

115.05.22(五)
12:00-13:40
桃園校區 P102演講廳

銘傳大學 前程規劃處

The poster features a background image of a wooden pier extending into a calm lake at sunset, with warm golden light rays filtering through the scene. The text is overlaid on this background, with the main title and subtitle in large, bold, white and yellow characters. The speaker's name is in a yellow circle, and the date, time, and location are in a white circle. The bottom text is in a smaller white font.

Links:

[1] <http://pims.mcu.edu.tw>