【☎ 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: 星期五, 五月 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）

Source URL (retrieved on 05/16/2026 - 20:48):
https://eform.mcu.edu.tw/node/4174?mini=2026-02

Links:
[1] http://pims.mcu.edu.tw