

適用年段&amp;科目

不分年段

社會情緒課程

主題領域

班級經營

特殊需求領域

# EQ達人養成記

符合新課綱特殊需求領域  
奠定孩子人際互動基礎

本課程以108課綱之特殊需求領域-社會技巧中三個向度:處己、處人與處環境為主軸，涵蓋認識情緒概念、覺察情緒、處理情緒技巧等等學習內容。輔以myViewBoard科技輔助工具為載體，藉由數位操作介面增加互動性，並從一步步具體呈現的鷹架中，帶領學生先認識不同的情緒，並了解情緒可能有哪些變化，也透過教材活動學習如何辨別情緒。最後，學習在不同情境下運用多元情緒管理的策略，逐步培養健全的情緒素養，為孩子未來的社會人際互動奠定良好的發展基礎。



## 促進瞭解情緒基本概念

- 加強孩子覺察情緒狀態，以及自我情緒的表達能力



## 培養孩子同理心

- 學習换位思考，接納和瞭解他人情緒



## 自我情緒掌握管理

- 學會良好的情緒處理方法，拓展情緒管理的多樣性與適應性



## 提升人際互動技巧

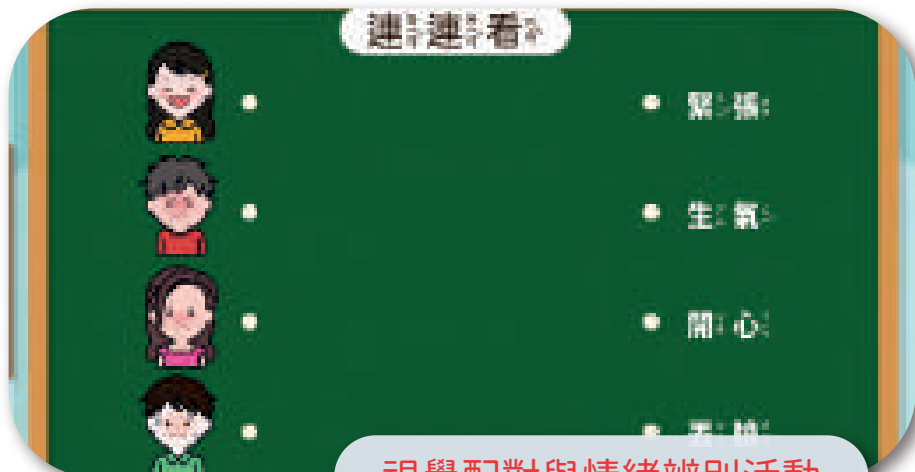
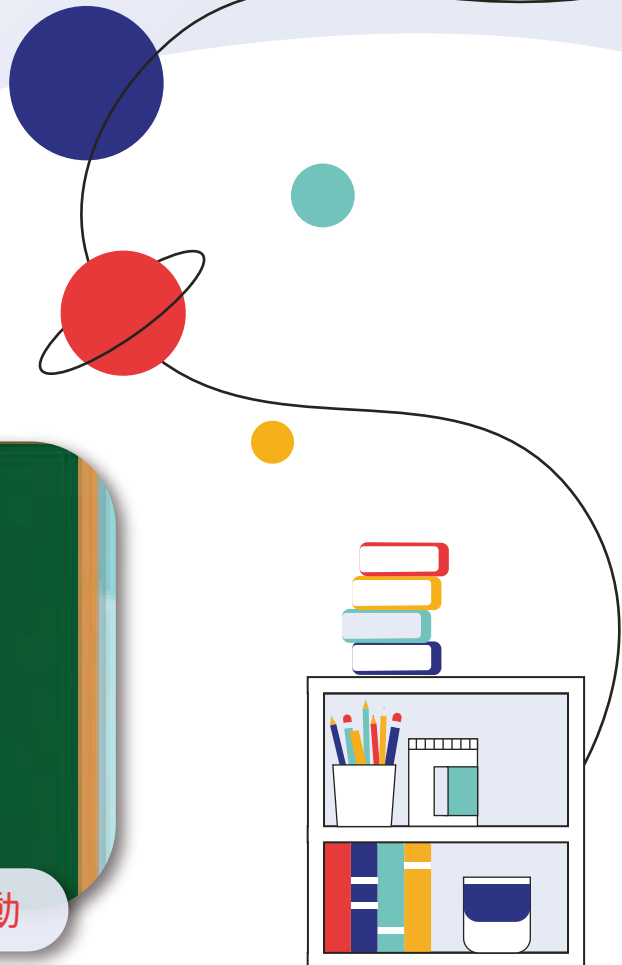
- 學習溝通、傾聽、與他人合作，建立及維繫正向關係的能力

# 社會情緒學習課程： EQ達人養成記



## 課程架構

- 情緒夥伴
- 情緒探測雷達
- 火山觀測站
- 恐懼怪獸
- 擁抱怪獸
- 壓力感測器
- 情緒指揮中心
- 化衝突為轉機
- 我就是我
- 察言觀色我最行
- 友誼橋梁
- 有話好說
- 將心比心
- 機智校園生活
- 愛的流動
- EQ達人秘笈



視覺配對與情緒辨別活動



「以處己、處人與處環境  
為主軸，讓孩子學習  
解決情緒問題。」



社會情緒學習搭配有聲素材配對



多元情境加強情緒學習認知

