



教學實踐研究計畫內涵

114 年度新增 情緒健康與福祉 專案（一年期）



專案緣起

- ♥ 面對社會與環境變遷的嚴竣挑戰，有關個體適應、學生心理健康問題已不容小覷。
- ♥ 基於學生應透過引導以發展自我認識、情緒管理、人際關係技巧等，保持生命的正向思考與生活熱情，**本計畫鼓勵教師提出有助提升學生情緒健康與福祉感受的課程設計。**



教學實踐研究計畫內涵

114 年度新增 情緒健康與福祉 專案（一年期）



專案內涵

- ♥ 此課程設計宜關注**個人、人際與環境面向**，針對不同背景與發展階段之學習者狀態，根據學理及研究證據，選取適當教材教法以進行教學與應用。
- ♥ 情緒健康與福祉專案之課程可包含但不限於：**靈性、心靈、療癒、幸福感、福祉、情緒健康、情緒學習、自我覺察、正念、正向、韌性**等主題。



教學實踐研究計畫內涵

114 年度新增 情緒健康與福祉 專案（一年期）



計畫撰寫時，請特別說明下列重點：

♥ 主持人教學經驗部分：

研究或開設情緒健康與福祉**相關議題經歷**與計畫之關聯。

♥ 研究動機部分：

所開設之情緒健康與福祉感受課程可以如何協助解決**過去授課時所遭遇或觀察到的學生情緒困擾、或威脅學生福祉之議題**所涉及的問題面向。



教學實踐研究計畫內涵

114 年度新增 情緒健康與福祉 專案（一年期）



計畫撰寫時，請特別說明下列重點：

♥ 研究目的部分：

如何通過自我覺察、情緒管理、提升人際溝通技巧等課程內容的規劃設計，**瞭解影響學生心理健康之因子。**

♥ 研究設計與執行規劃部分：

緊扣教學目標，具體陳述**研究對象**、**研究工具與分析方法**，以回應研究問題。