

社團法人小樹傳愛協會 函

協會地址：104 台北市中山區中山北路三段 26 號 7 樓之 1

聯絡人：周美玲

聯絡電話：02-2508-1551

97071

花蓮市達固湖灣大路 1 號

受文者：花蓮縣政府教育處

發文日期：115 年 1 月 2 日

發文字號：傳愛字第 115010018 號

速別：普通

密等及解密條件或保密期限：

附件：見說明八

主旨：檢送本會辦理《心愛自己 7 堂課》國民小學社會情緒學習（Social Emotional Learning, SEL）實踐課程活動資訊乙份，懇請 貴處協助宣傳公告，並轉知所轄國民小學踴躍參與，以利課程推廣與教育資源之有效運用，承蒙協助，不勝感荷。

說明：

- 一、課程目標：本會計劃辦理《心愛自己 7 堂課》國小社會情緒學習實踐課程，透過系統化的課程設計，協助學童培養自我覺察、情緒管理、人際互動、同理關懷等核心能力，促進其身心健全發展。上述能力正是社會情緒學習（SEL）的重點範疇。
- 二、配合政策與教師需求：此課程旨在落實教育部推動的「幸福教育、健康臺灣～社會情緒學習中長程第一期五年計畫」精神，協助學校營造友善幸福的校園並提升師生的情緒健康。同時，本會希望透過這套具體可行的 SEL 教學方案，回應第一線教師對「可立即上線、易於操作」課程的實際需求。
- 三、課程特色：本會自 2022 年起推動《心愛自己 7 堂課》課程。該課程專為國小設計，免除教師備課負擔，到校即可實施，並常在短期內讓學生產生明顯的正向轉變。透過系統化方式，此課程協助學校落實

SEL 教育。課程內容包含靜心引導、故事閱讀與書寫表達，引導學生從自我覺察出發，逐步培養情緒管理、人際互動與社會責任感。同時，課程也促進師生共學，強化校園內的情感連結。

四、課程成效：自課程推出四年以來，《心愛自己7堂課》已在全臺16個縣市的58所國民小學實施，累計超過5,620位師生受益。許多校長與教師一致肯定這套課程的價值：課程走在新課綱前端，且能在短時間內看到孩子的明顯改變。學生表現出更專注的學習態度，更願意表達自我，更能理解並管理情緒，也更懂得珍惜與愛護身邊的人。同時，教師在陪伴孩子的過程中重新找回教育初心。整體而言，校園氛圍變得更加溫暖、正向與幸福，逐漸形成支持情緒教育的「校內共學共同體」。

五、申請方式：本課程由非政府單位全額贊助。懇請貴局（處）協助通知所轄國民小學並鼓勵各校踴躍洽詢申請，本會將指派專人提供相關服務。課程詳細說明、成果紀錄及申請資訊詳見附件。

（請掃描如下 QR CODE 或網址連結：<https://pse.is/8j5qdl>）



六、實施對象：國民小學學生及教師共同參與。期盼透過師生共學，陪伴孩子在愛與被愛中成長，進而厚植幸福力與社會情緒素養。

七、注意事項：主辦單位保有隨時修改及終止本活動的權利。如活動內容有任何變更或新增注意事項，將於「小樹傳愛」官網公告周知。

八、聯絡資訊：若有任何疑問，請洽本會聯絡人周美玲。

聯絡電話：02-2508-1551

理事長

周添城