

國立臺灣大學中國信託慈善基金會兒少暨家庭研究中心

110 學年度正向人際及生活能力訓練課程(PILOT)

種子教師培訓計畫

壹、計畫緣起

國立臺灣大學中國信託慈善基金會兒少暨家庭研究中心(以下簡稱本中心)自民國 102 年起結合產官學資源，引進國外具實證支持的生活技能訓練課程(Life Skills Training, LST)，邀請本土專家、學者及實務教師將其改編成適合本國文化及青少年的教材，並更名為正向人際及生活能力訓練課程(Positive Interpersonal & Life Orientation Training, PILOT)，以下簡稱 PILOT 課程。本課程發展目的為希望能幫助青少年培養情緒調節、自主管理及自主思考、判斷等能力，並透過課程設計，學習及演練溝通及社交技巧，以增進人際因應能力，幫助青少年適應變化快速的現代環境，並能達成預防青少年物質使用、憂鬱情緒及減少校園霸凌的效果。民國 106 年獲得臺北市政府的支持，於 106 學年度將本課程加入於市內 73 所公立國中於綜合及健體領域中實施。此外，因應 108 課綱素養導向，本中心編修團隊於民國 109 年 1 月出版第二版教材，並於教學現場續予推廣。

貳、計畫目的

為使 PILOT 課程能於各縣市各校持續推展，同時建立教師交流教學經驗及教材編修意見溝通管道，本中心規劃及辦理種子師資培訓、督導等相關課程，邀請有興趣成為本課程種子師資之教師參與。期待完成培訓及督導之種子師資，能成為 PILOT 課程師資培訓授課人員或未來課程編修之專業人才。

參、計畫目標

本計畫預定以二階段方式實施，以下說明各階段目標及主要工作：

一、第一階段(110 年 9-12 月)：

- 採滾動式招募有興趣成為臺北市 PILOT 課程種子師資之教師辦理培訓，協助教師了解種子師資任務及訓練，並能認識彼此，凝聚團隊工作共識。種子教師共同討論，開設 PILOT 課程相關教學培訓課程結合正向教育概念，幫助種子教師整合 PILOT 核心概念及師培授課技術。
- 因應疫情及現代化科技的發展，PILOT 課程不只是實體的教學，同時亦可延伸 PILOT 線上學習教案。

二、第二階段(111 年 1-6 月)：

- 種子教師進行定期聚會，互相交流及整理授課經驗，做為課程改編及持續執行之參考。
- 推廣及演練線上 PILOT 教學模式。

肆、實施方式

一、第一階段：

(一) 招募有興趣成為 PILOT 課程種子師資之教師，參與 110 年 8 月與教師研習中心辦理之師資培訓，招募有意願成為種子教師的師資進入本團隊。同時對進行培訓，協助種子教師整合 PILOT 教學核心概念以及邀請外聘講師提供種子教師進行增能訓練。

(二) 邀請本中心生活技能訓練講師群進行課程各單元之教學培訓課程，幫助種子教師整合 PILOT 教學核心概念及培養授課技術，進行演練及討論，並蒐集 PILOT 課程編修調整建議：

a、 時間：110 年 9-12 月，每月的最後一週星期四上午 8:30-12:00

b、 地點：國立臺灣大學社會社工系館 401 教室

c、 講師：本中心馮燕主任

國立台北教育大學兼本中心張郁雯教授

本中心正向人際與生活技能訓練講師群

(三) 活動體驗、教材詢答暨種子師培課程規劃

第一次：民國 110 年 9 月 30 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到	
9:00-10:00	凝聚第四期種子教師團體動力	張郁雯教授
10:00-10:10	休息	
10:10-11:00	正向教育與 PILOT	張郁雯教授
11:00-11:10	休息	
11:10-12:00	最好的我	張郁雯教授
12:00	賦歸	

第二次：民國 110 年 10 月 29 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	流程	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到		
9:00-10:00	小組討論 教學使用及分享回饋		馮燕主任 張郁雯教授
10:00-10:10	休息		
10:10-11:00	PILOT 增能訓練		(擬邀外部講師)
11:00-11:10	休息		
11:10-12:00	PILOT 增能訓練		(擬邀外部講師)
12:00	賦歸		

第三次：民國 109 年 11 月 26 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	流程	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到		
9:00-10:00	小組討論 教學使用及分享回饋		馮燕主任 張郁雯教授
10:00-10:10	休息		
10:10-11:00	課程演練與回饋 PILOT 課程與正向教育討論		張郁雯教授 回應：種子教師
11:00-11:10	休息		
11:10-12:00	課程演練與回饋 PILOT 課程與正向教育討論		張郁雯教授 回應：種子教師
12:00	賦歸		

第四次：民國 110 年 12 月 30 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	流程	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到		
9:00-10:00	小組討論 教學使用及分享回饋		馮燕主任 張郁雯教授
10:00-10:10	休息		
10:10-11:00	PILOT 增能訓練		(擬邀外部講師)
11:00-11:10	休息		
11:10-12:00	PILOT 增能訓練		(擬邀外部講師)
12:00	賦歸		

第五次：民國 110 年 1 月 27 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	流程	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到		
9:00-10:00	小組討論 教學使用及分享回饋	馮燕主任 張郁雯教授	
10:00-10:10	休息		
10:10-11:00	課程演練與回饋	種子教師	
11:00-11:10	休息		
11:10-12:00	課程演練與回饋	種子教師	
12:00	賦歸		

二、第二階段：辦理種子教師定期聚會，互相交流並整理授課經驗，做為課程改編及持續執行之參考：

(一) 時間：活動體驗教材詢答與演練暨種子師培時間：111 年 1-6 月，

每個月最後一個星期四進行師培，上午 8:30-13:00

(二) 地點：國立臺灣大學社會社工系館 401 教室

(三) 講師：本中心馮燕主任

國立臺北教育大學兼本中心組長張郁雯教授

本中心生活技能訓練講師群

(外部講師邀請中)

(四) 活動體驗與教材詢答暨種子師培課程規劃

第一次：民國 110 年 1 月 27 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	流程	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到		
9:00-10:00	小組討論 教學使用及分享回饋	馮燕主任 張郁雯教授	
10:00-10:10	休息		
10:10-11:00	課程演練與回饋	種子教師	
11:00-11:10	休息		
11:10-12:00	課程演練與回饋	種子教師	
12:00	賦歸		

第二次：民國 110 年 2 月 24 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	流程	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到		
9:00-10:00	小組討論 教學使用及分享回饋	馮燕主任 張郁雯教授	
10:00-10:10	休息		
10:10-11:00	課程演練與回饋	種子教師	
11:00-11:10	休息		
11:10-12:00	課程演練與回饋	種子教師	
12:00	賦歸		

第三次：民國 109 年 3 月 31 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	流程	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到		
9:00-10:00	小組討論 教學使用及分享回饋	馮燕主任 張郁雯教授	
10:00-10:10	休息		
10:10-11:00	PILOT 增能訓練		(擬邀外部講師)
11:00-11:10	休息		
11:10-12:00	PILOT 增能訓練		(擬邀外部講師)
12:00	賦歸		

第四次：民國 110 年 4 月 28 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	流程	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到		
9:00-10:00	小組討論 教學使用及分享回饋	馮燕主任 張郁雯教授	
10:00-10:10	休息		
10:10-11:00	PILOT 增能訓練	(擬邀外部講師)	
11:00-11:10	休息		
11:10-12:00	PILOT 增能訓練	(擬邀外部講師)	
12:00	賦歸		

第五次：民國 110 年 5 月 26 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	流程	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到		
9:00-10:00	小組討論 教學使用及分享回饋	馮燕主任 張郁雯教授	
10:00-10:10	休息		
10:10-11:00	課程演練與回饋	種子教師	
11:00-11:10	休息		
11:10-12:00	課程演練與回饋	種子教師	
12:00	賦歸		

第四次：民國 110 年 6 月 30 日(四)，上午 8:30 至中午 12:00

時間	流程	主題	主講者/帶領者
8:30-9:00	報到		
9:00-10:00	小組討論 教學使用及分享回饋	馮燕主任 張郁雯教授	
10:00-10:10	休息		
10:10-11:00	課程演練與回饋	種子教師	
11:00-11:10	休息		
11:10-12:00	課程演練與回饋	種子教師	
12:00	賦歸		

伍、經費來源

由國立臺灣大學中國信託慈善基金會兒少暨家庭研究中心 2021 年預算支應。

陸、預期效益

- 一、使種子教師在 PILOT 課程師資培訓及教學上形成交流氣氛及場域，並透過教材改編，促使 PILOT 能更貼近學生需求與學習，達成課程教學目標。
- 二、促進發想線上教案，並協助現場教師因應疫情趨勢，隨時做好線上教學教材及執行之準備。

正向人際生活技能訓練課程

種子教師暨編修團隊名單

2021.9.7

姓名	服務學校	職稱
陳雯蕙	台北市私立衛理女中	教師
邱雅琳	台北市立仁愛國中	教師
杜雲恩	台北市立景美國中	教師
王君豪	台北市立瑠公國中	教師
林佩儀	台北市立天母國中	教師
王齡儀	新北市忠孝國中	教師
劉怡秀	台北市立景興國中	教師
吳文伶	台北市立長安國中	教師
李晨寧	臺北市立龍山國小	教師
林履桐	台北市立萬芳高中	教師
黃琪芬	臺北市立雙園國中	教師
李姮燕	台北市私立復興實中	教師
呂瑛琪	心禾診所	諮商心理師