

2025 生命教育課程研習

當 SEL 遇見 ChatGPT——以「人」為主的生命教育教學

一、研習簡介：

本次研習課程：上半場將引導參與教師深入理解情緒如何驅動有效學習，並透過 ChatGPT 實作運用，探索如何營造安全感與歸屬感兼具的學習環境。下半場課程則延伸至生命教育中的「人學探索」，透過身、心、靈、關係的 Check-in 練習，同時實踐社會情緒學習（SEL）的覺察、安頓與負責，幫助教師與學生建立更真實、更有連結的互動關係。

二、主辦單位：

臺北市立松山高級中學

三、承辦單位：

社團法人中華點亮生命教育協會、育達文化

四、研習講師：

彭川耘（高中職生命教育教科書作者 / 生命教育分享講師 / 專欄作家）

五、研習時間：

2025 年 7 月 8 日（週二）09:30 至 16:50

六、研習地點：

臺北市立松山高級中學圖書館一樓（臺北市信義區基隆路一段 156 號）

七、研習對象：

有生命教育授課需求之高中職教師（名額為 40 位）。

八、報名方式：

即日起至 6 月 30 日止請逕至「臺北市教師在職研習網」報名

<https://insc.tp.edu.tw/>（北市研習字第 1140610040 號）。

九、研習時數：

完成上、下午研習者，核發 6 小時研習時數。

十、研習課程表：

請詳見附件。

附件：

2025 生命教育課程研習

當 SEL 遇見 ChatGPT——以「人」為主的生命教育教學 課程表

時間		內容	講師
09:00-09:30	30	報到	
09:30-10:20	50	嗨，我是誰？	彭川耘老師
10:20-10:30	10	休息	
10:30-11:20	50	玩手機浪費生命！？	
11:20-11:25	5	休息	
11:25-12:15	50	SEL 提醒我們的課室營造	
12:15-13:20	65	午餐/午休	
13:20-14:30	50	專屬每個人的心情日記	彭川耘老師
14:30-14:40	10	休息	
14:40-15:30	50	人我關係的差異 —學習 ChatGPT 的情緒價值	
15:30-15:40	10	休息	
15:40-16:30	50	身心靈的 Check in 練習	
16:30-16:50	20	交流與回饋	
16:50-		賦歸	