

# 新北市中角國民小學 110 學年度第一學期 辦理「情緒教育研習」成果照片



- \* 時間：110.11.3
- \* 地點：視聽教室
- \* 說明：教師研習～情緒管理-教師可以如何管理自己的情緒。



說明：本次研習邀請黃鳳英教授蒞校主講。



說明：講師介紹人類天生的六種基本情緒。



說明：說明生命個體避免生命急難狀況的自動化處理模式。



說明：講師提問讓現場參與的教師們討論。



說明：教師們認真討論的情形。



說明：講師引導教師們實際體驗正念減壓與情緒調適的方法。