



111 學年度 推廣 EQ 教育成果報告

社團法人臺灣幸福里情緒教育推廣協會

為孩子構築高 EQ 的成長鷹架

教育的本質意味著，
一棵樹搖晃另一棵樹、一朵雲推動另一朵雲、
一個靈魂喚醒另一個靈魂。

雅斯培 (Karl Theodor Jaspers)



→ 芯福緣起

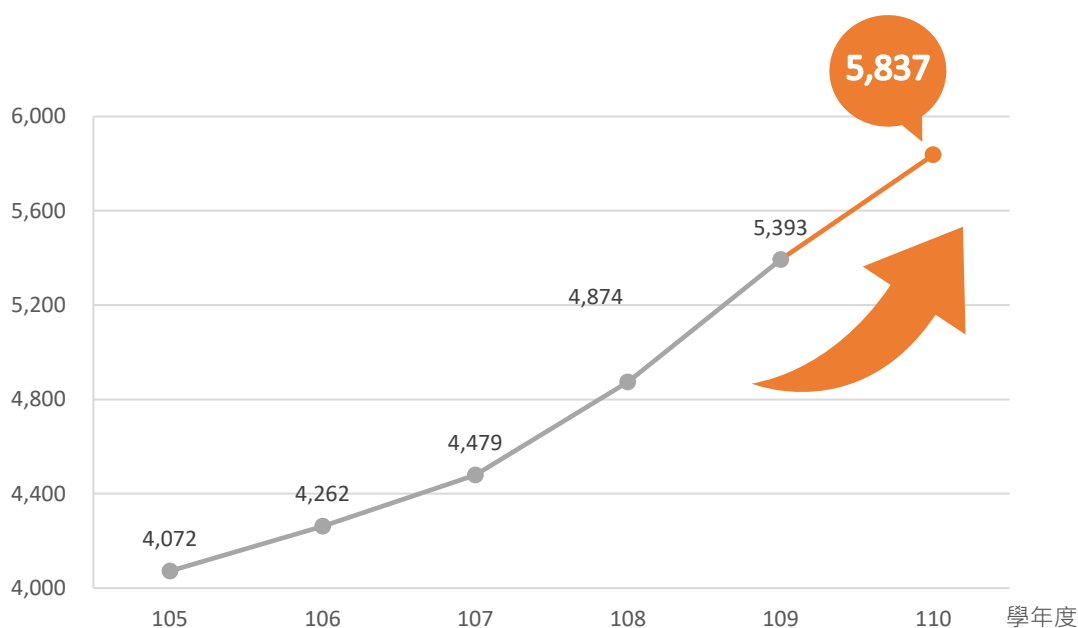
- 📍 孩子情緒困擾愈來愈多
- 📍 校園輔導人力嚴重不足
- 📍 親師輔導知能亟待提升

孩子情緒困擾愈來愈多

國中小情緒行為障礙學生人數連續六年攀升，110學年度共有5,837人，創10年來新高，與105學年度的4,072人相比，增加1,765人，超過四成。



105~110 學年度國中小情緒行為障礙學生人數



→ 芯福成果

服務學童

800,000+



培訓志工

30,000+



合作學校

188+



推廣縣市

11



成效研究論文

國際發表

8



→ 成果報告-111學年度(111年8月1日-112年7月31日)

壹、服務推廣

一、校園入班服務

1. 111 學年度服務總數

♥ 服務學校總數：188 校

♥ 服務學校分布：

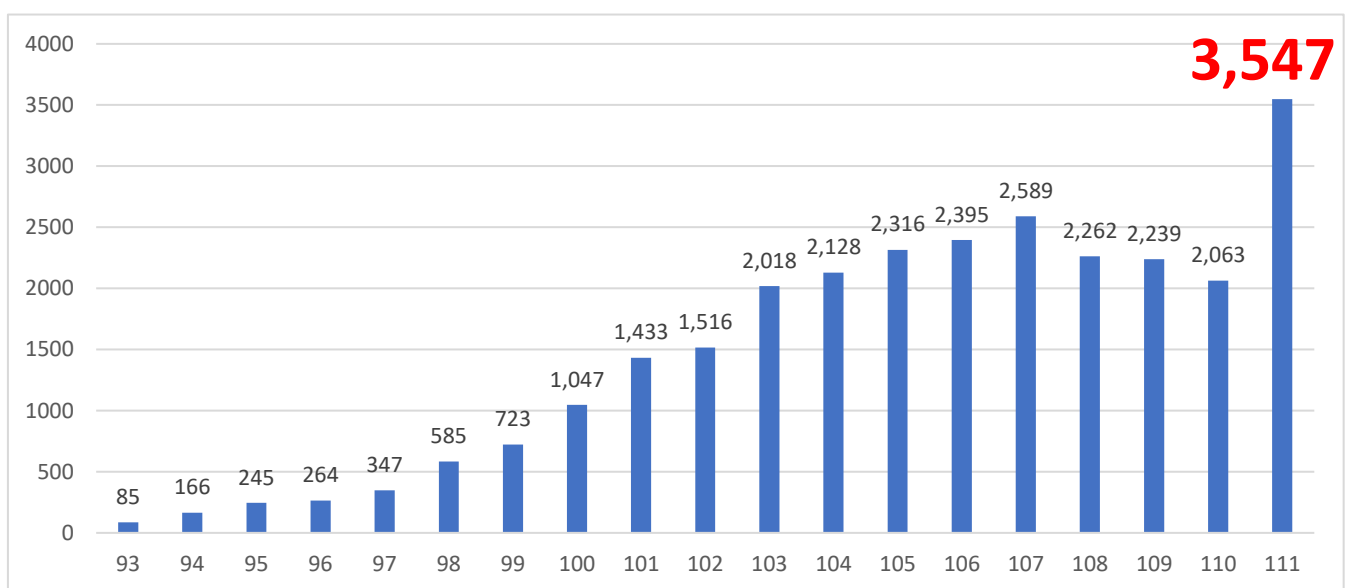
區域	台北	新北	桃園	新竹	中彰	嘉義	台南	高屏	台東
學校數量	42	30	13	16	22	18	9	18	20

♥ 服務班級總數：3,547 班

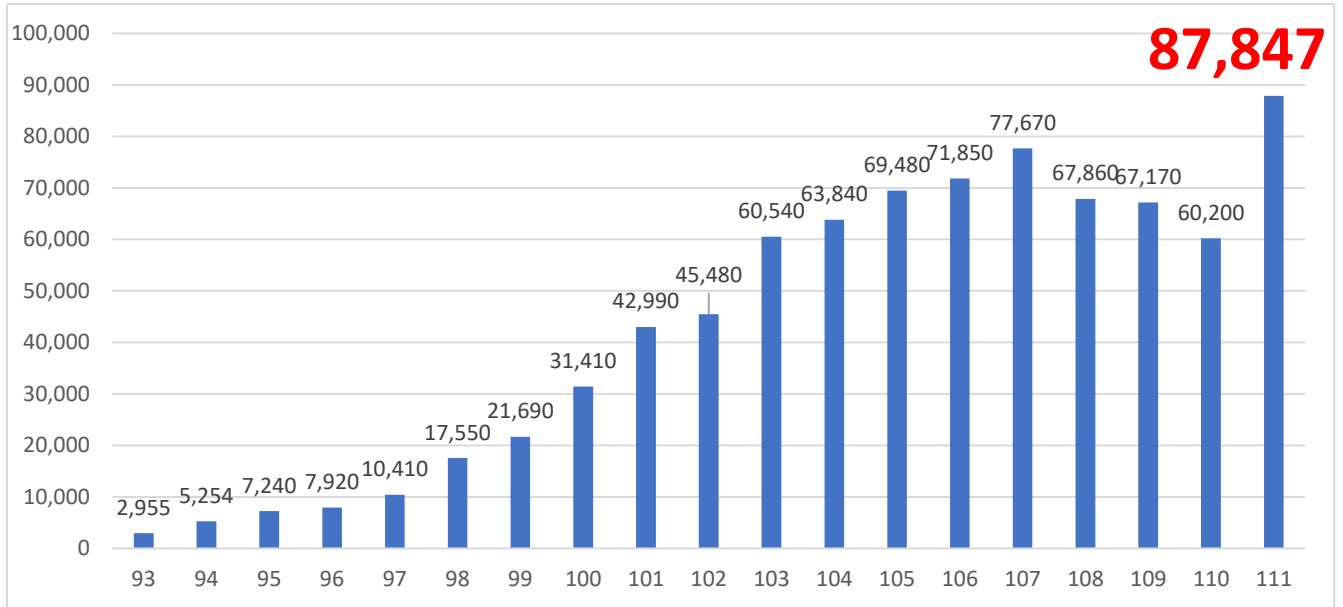
♥ 受惠學童總數：87,847 人次

2. 歷年服務數總表

♥ 歷年服務班級總數(圖一)



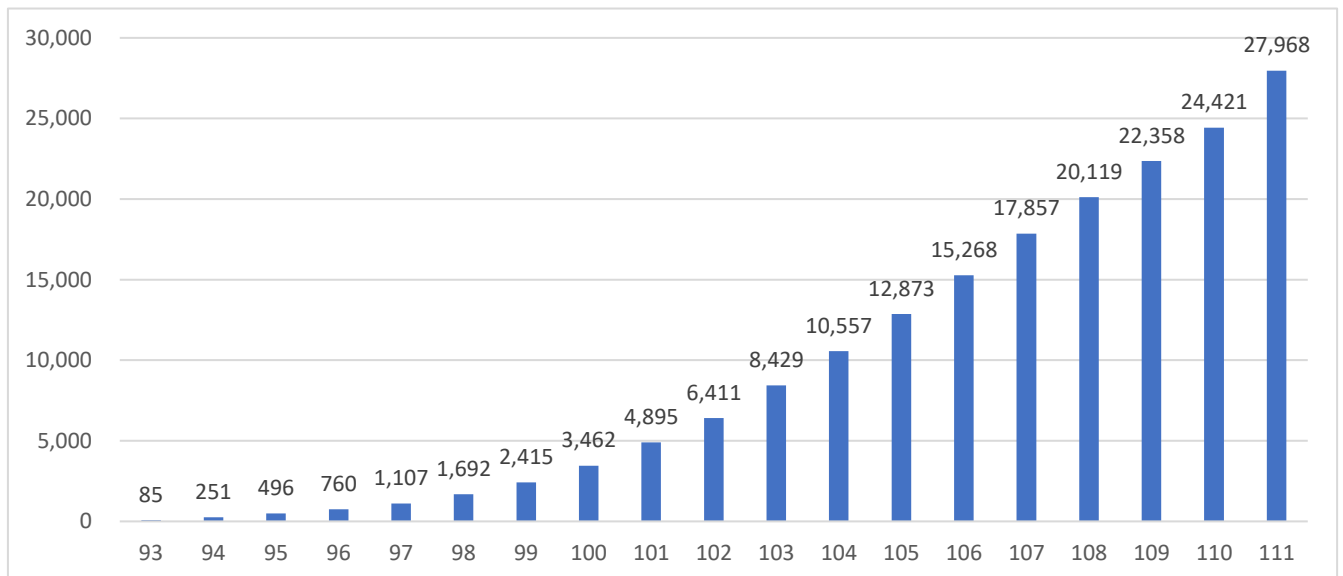
♥ 歷年受惠學童總數(圖二)



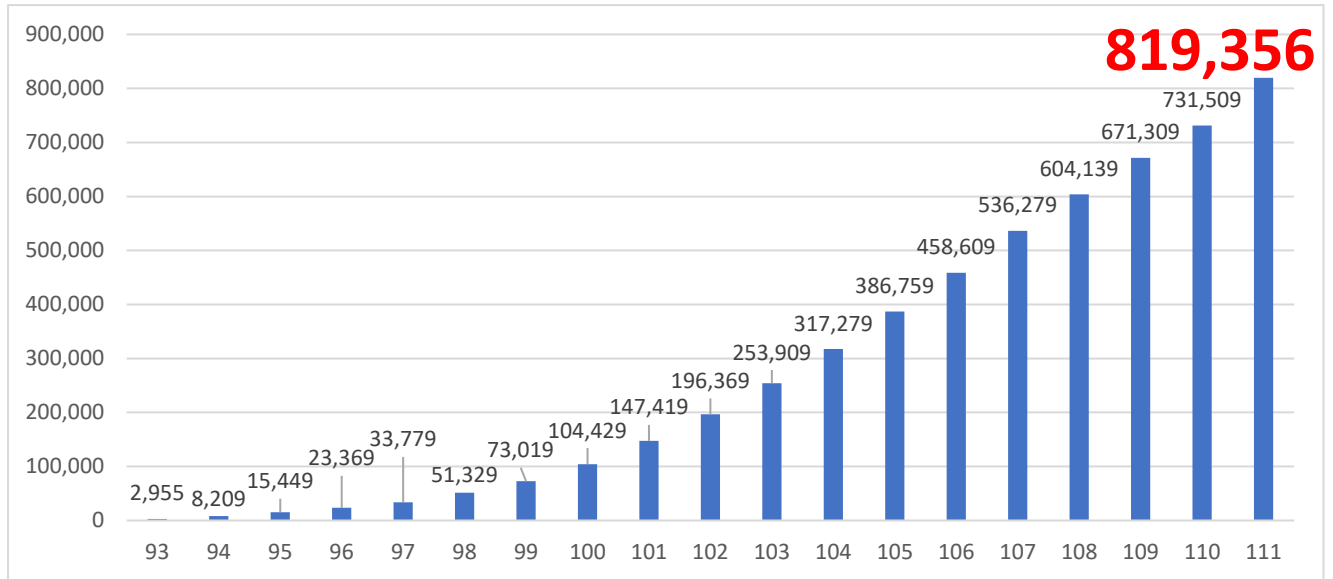
108~110 學年度因 COVID-19 引發的全球疫情，入班服務受到影響，
 111 學年度疫情解封，加之低年級 EQ 教育課程受到學校老師及學生的肯定，
 服務班級數大幅成長超過五成，服務學童數創新突破 8 萬人次。

3. 歷年累計服務數總表

♥ 歷年累計服務班級數總表(圖三)



♥ 歷年累計受惠學童總數(圖四)



二、國內親職講座

1. 場次：共計 127 場
2. 場別：國小 83 場、國高中大學 21 場、公部門 16 場、民間單位 7 場

三、偏鄉、弱勢學童服務

1. 與兒福聯盟合作，111 學年度在新北、竹苗、彰化、南投、屏東、花蓮等 10 所小學辦理偏鄉學校 EQ 教育服務，受到老師和學童肯定。
2. 與至善基金會合作，辦理新竹五峰桃山國小 EQ 教育服務。
3. 持續與慧治基金會合作，在桃竹苗、屏東、宜蘭、台東等地區辦理弱勢學童 EQ 教育服務，111 學年度服務學童約 300 人次。

四、大眾推廣服務

錄製情緒教養一分鐘短講影片及 podcast 節目「E 起 Q 幸福」，幫助家長及關心親職教育的社會大眾學習正向的情緒教養。



六、照片集錦

1. 入班服務：

在輕鬆的互動教學中引領孩子認識情緒，提昇 EQ 的觀念和技能。



2. 學童 EQ 冬令營

承辦台北市政府教育局「台北市國小社會情緒學習冬令營」，為情緒教育推廣開創更多元的模式。



3. 偏鄉弱勢學童服務

與兒福聯盟、至善及慧治基金會合作偏鄉弱勢學童 EQ 教育服務。



貳、教育訓練

一、志工培訓課程

1. 基礎志工培訓

♥ 111 學年度課程及進行方式如下

☞ 我是 EQ 高手：加強孩子的情緒管理

☞ 我真的很不錯：提升孩子的自我概念

☞ 我是解題高手：激發孩子解決問題的能力

☞ 我是心情魔法師：培養兒童情緒覺察、辨識與表達能力

☞ 我是幸福魔法師：培養兒童強化正向情緒、調節負向情緒

☞ 好人氣養成班：提升孩子的情緒力與人際力

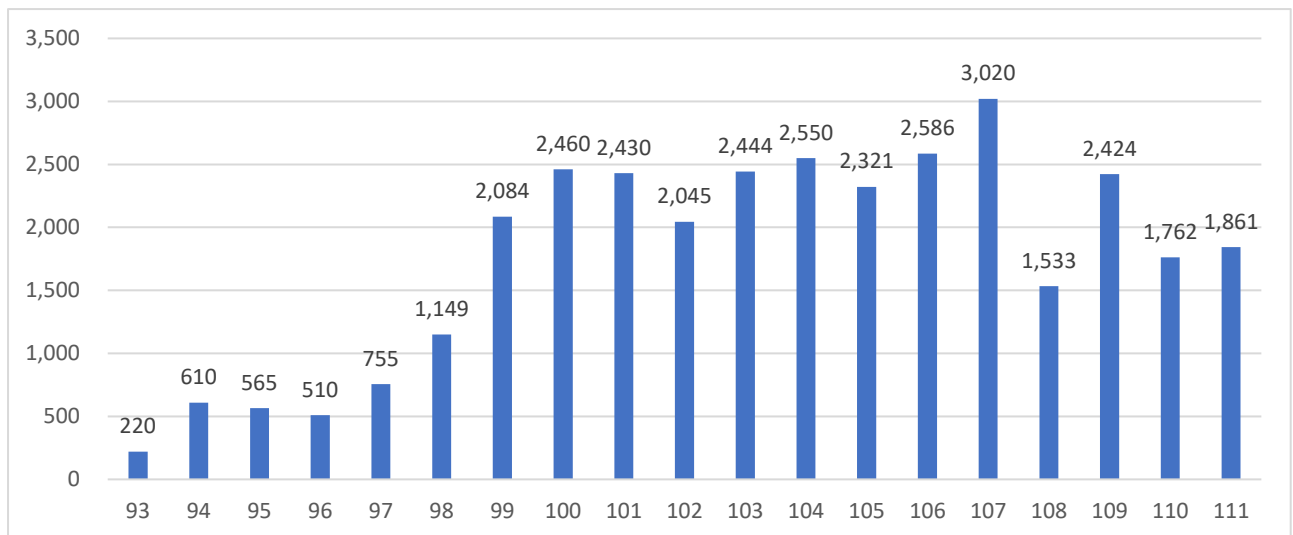
課程時間	課程主題及進行模式		區域	授課老師
111 學年度	我是 EQ 高手	理論線上錄影課程 教案共學 線上課程	台北、新北、新竹 中彰、台南、屏東	楊俐容
	我真的很不錯	線上直播課程	全區	李依親 李馨兒 謝玲玉 黃瑞瑛 楊俐容
	我是解題高手	線上直播課程	全區	蕭雅文 葉春吟 謝明慧 王淳弘 邱錦玉



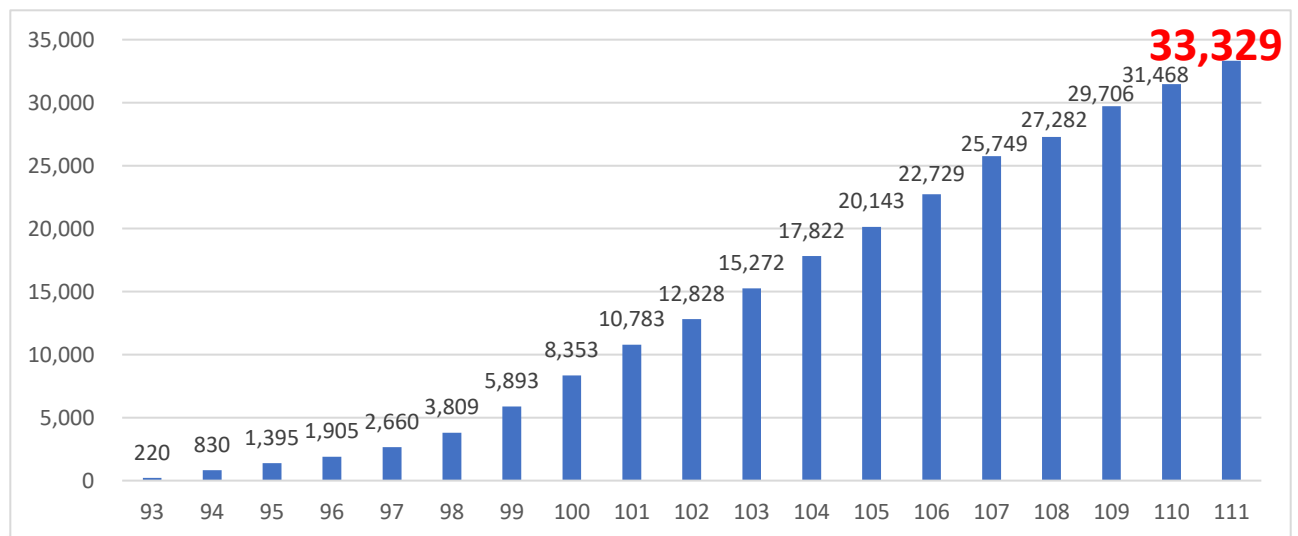
EQ 魔法學校 我是心情魔法師	理論線上錄影課程 教案共學 線上課程	台北、中彰	楊俐容
EQ 魔法學校 我是幸福魔法師	理論線上錄影課程 教案共學 線上課程	台北、新北、台南	楊俐容
EQ 學園 好人氣養成班	理論線上錄影課程 教案共學 線上課程	台北、桃園、新竹 中彰、屏東	楊俐容 黃春偉 張嘉紋

♥ 受訓學員總數：1,861 人

♥ 歷年培訓人數總表(圖五)



♥ 歷年累計培訓總人數(圖六)



2. 中年級實驗課程培訓

♥ 場次：1 場，受訓學員總數約 150 人次

課程時間	課程主題及進行模式		授課老師
111 學年度	EQ 學園 超人氣養成班 (四上)	實體課程 馬偕護校會議廳	楊俐容

3. 督導精進&團隊經營

♥ 實體線上直播課程 4 場、受訓學員總數：300 人次

4. 資深志工精進

♥ 直播課程 2 場，受訓學員總數：約 800 人次

5. 見習督導培訓

♥ 台北市 1 場、受訓學員總數：15 人

二、教師及專業輔導員研習課程

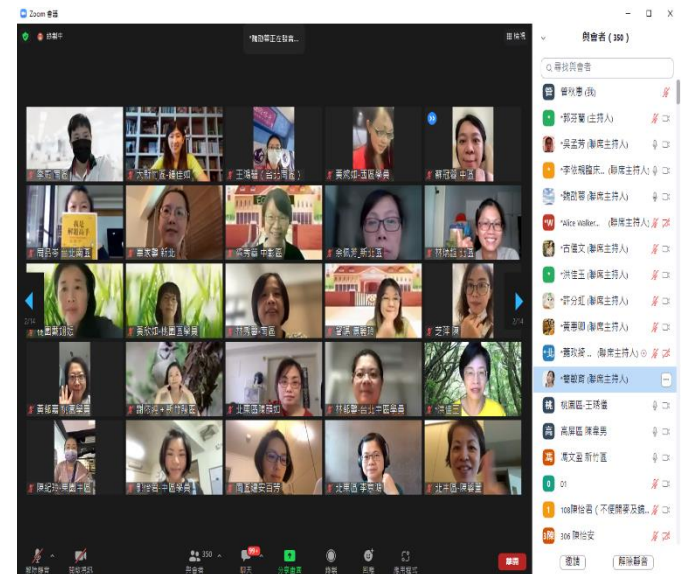
1. 承辦 嘉義、高雄、台東等縣市政府家庭教育中心 EQ 教育研習及工作坊，此外首度試行「教師線上課程免費看」方案，約有 300 位以上教師報名參加線上觀課。

2. 與心路合作，持續與台北、台南市政府勞工局合作辦理障礙者情緒自我管理輔導員培訓，帶領障礙者學習情緒管理的策略、技巧，協助其參與職場順利就業。



三、照片集錦

1.基礎志工培訓：以線上理論+直播共學模式進行。



2. 中年級培訓&督導精進課程



3. 志工團隊經營



叁、迴響

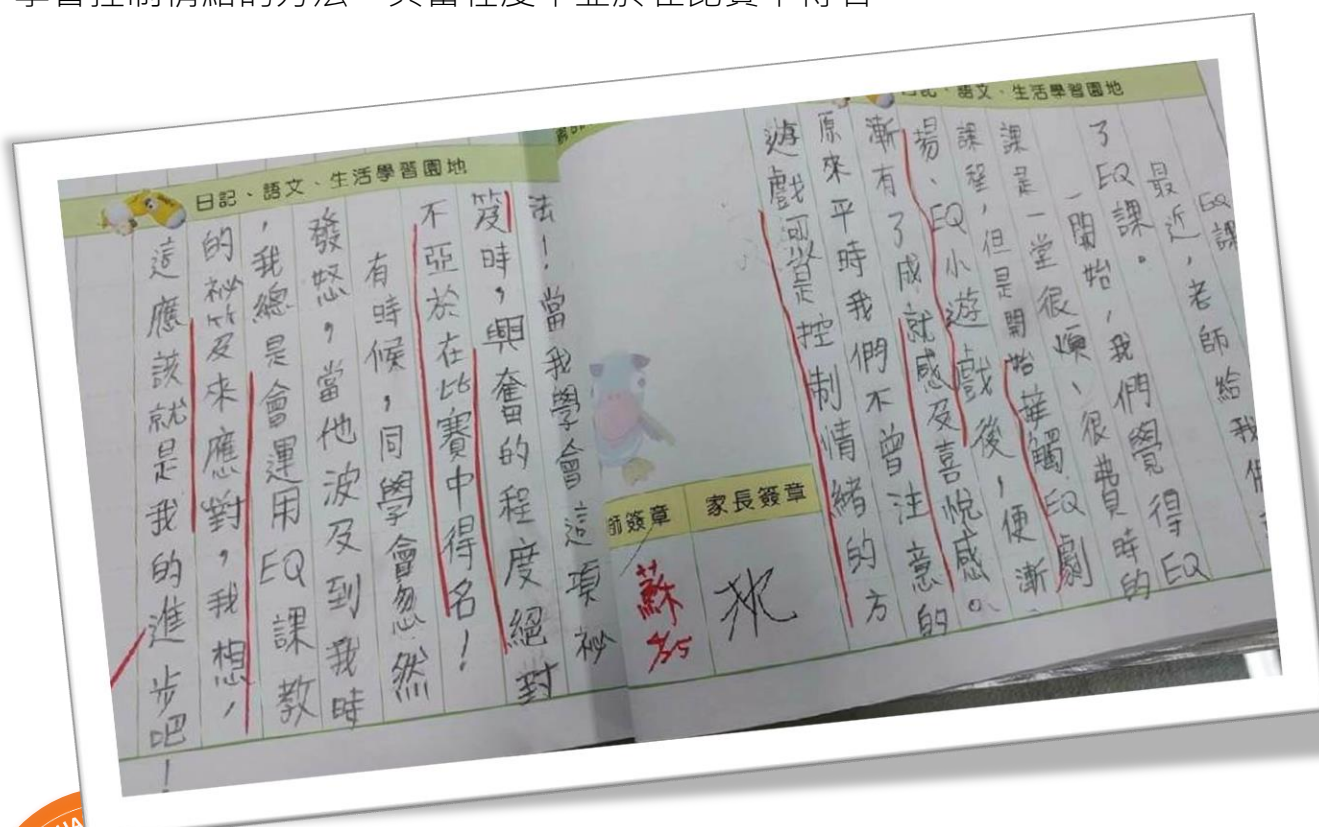
一、來自孩子的回饋

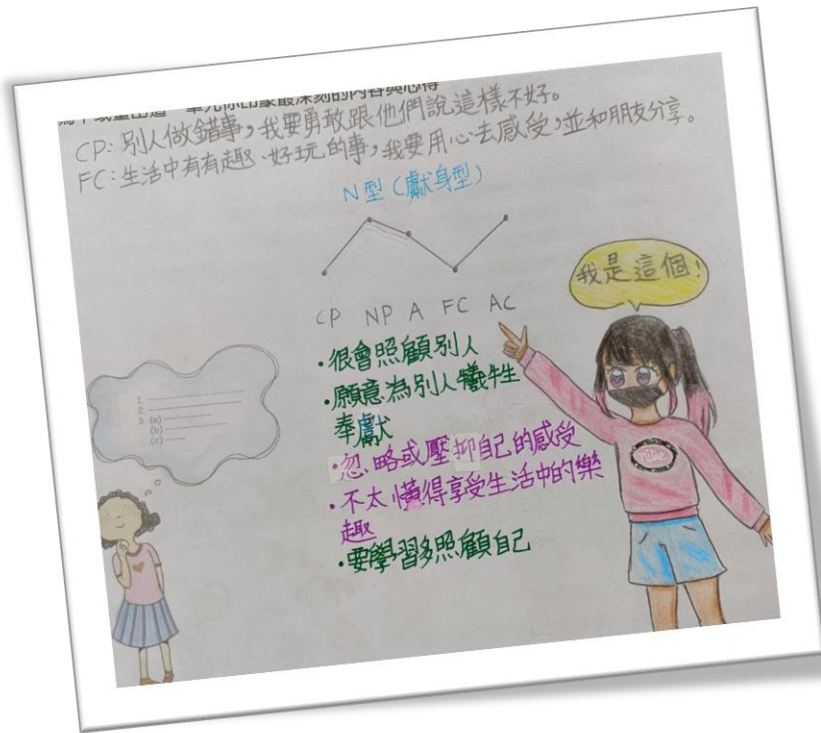


EQ 課程讓我可以直視自己的弱點，也看見自己出色的一面，變得更加了解自己。



同學會突然發怒，當他波及到我時，我會運用 EQ 祕笈來應對，學會控制情緒的方法，興奮程度不亞於在比賽中得名。

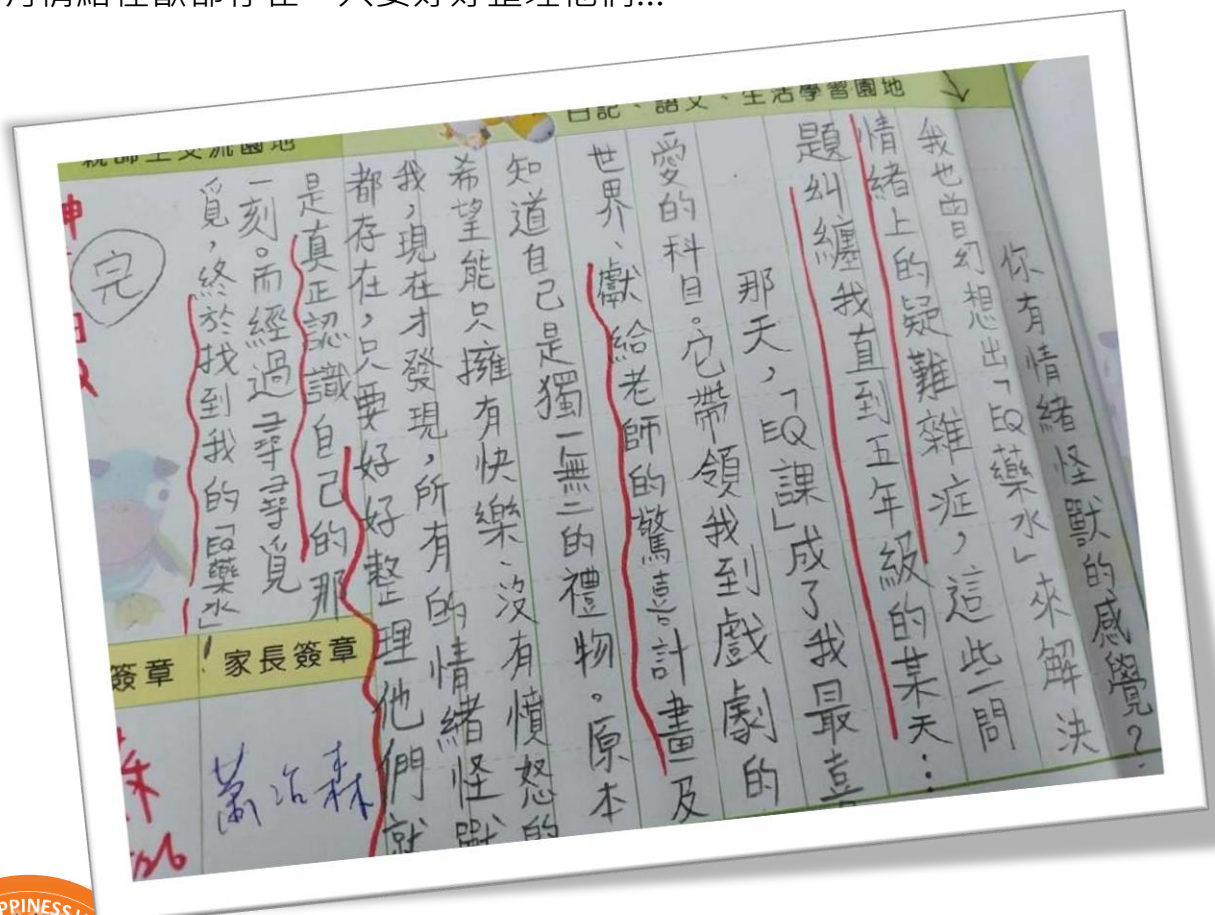




☺ 我常忽略或壓抑自己的感受，不太懂得享受生活中的樂趣，要學習用心感受和分享。



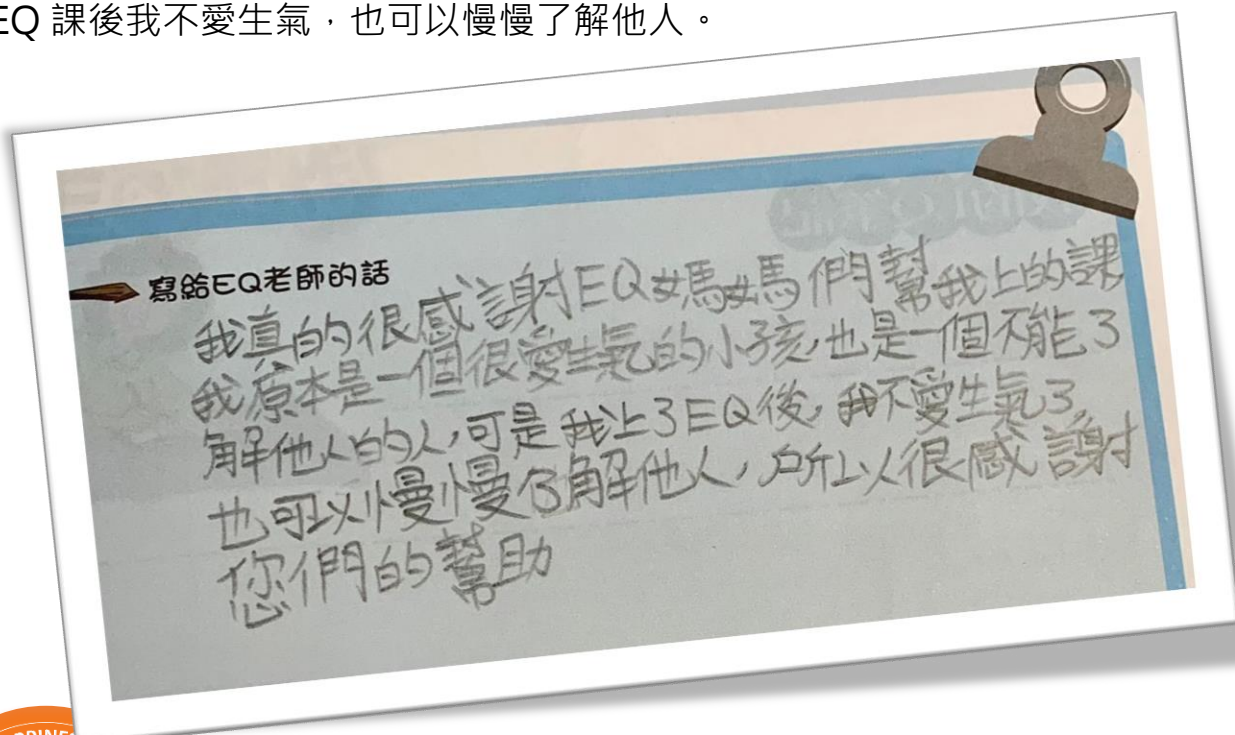
☺ EQ 課是我最喜愛的科目，讓我知道自己是獨一無二的禮物，...
所有情緒怪獸都存在，只要好好整理他們...




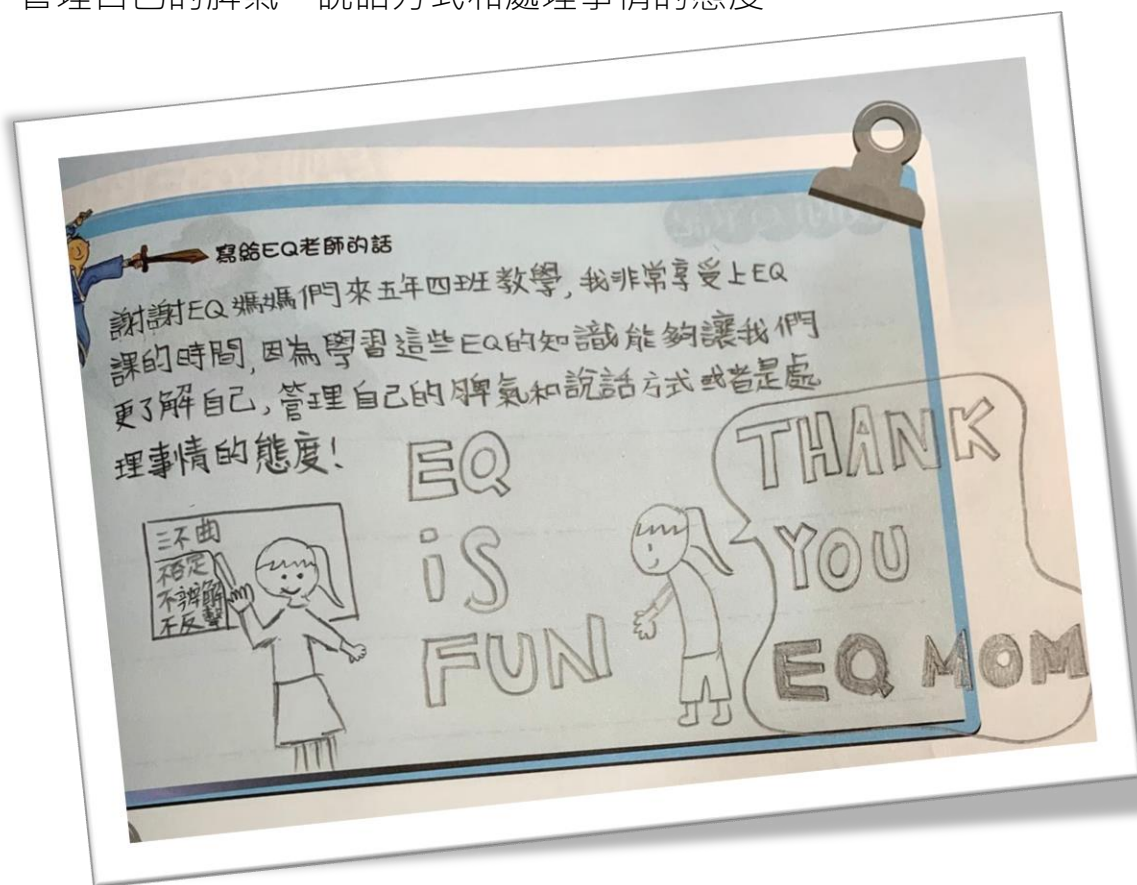



😊 我很喜歡上 EQ 課，每個星期一都很期待，因為 Q 寶很可愛，希望下學期還有 EQ 課。

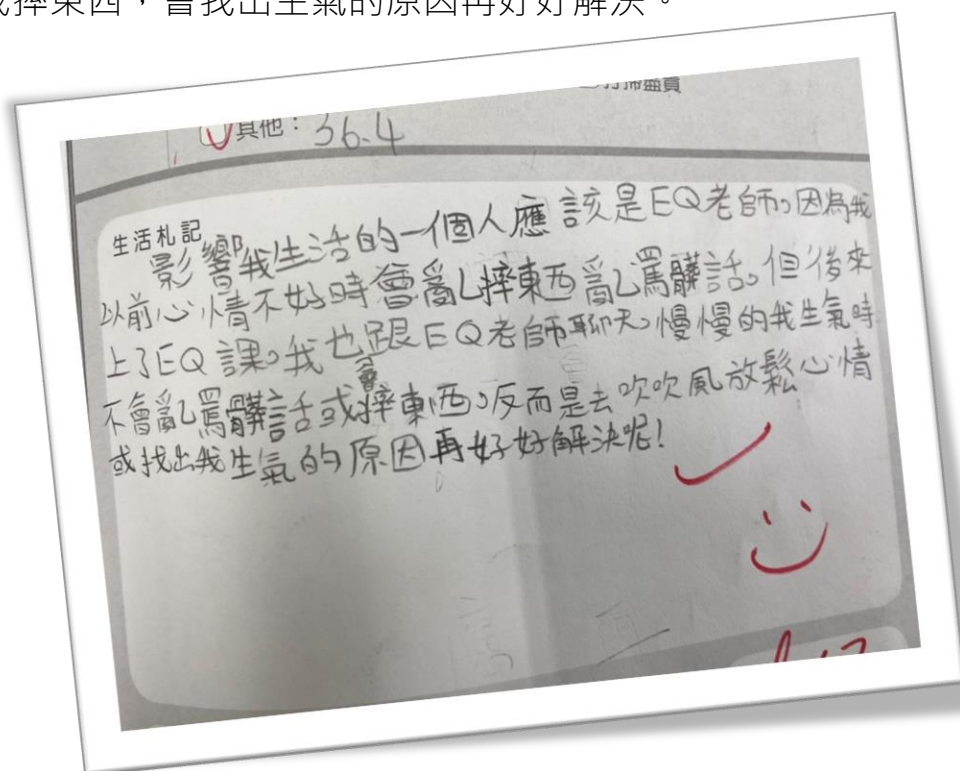
😊 很感謝 EQ 媽媽，我原本是一個愛生氣的小孩，也不能了解他人，上 EQ 課後我不愛生氣，也可以慢慢了解他人。



 我非常享受上 EQ 課的時間，這些知識能夠讓我們更了解自己，管理自己的脾氣、說話方式和處理事情的態度。



 影響我生活的人應該是 EQ 老師，上了 EQ 課，我生氣時不會罵髒話或摔東西，會找出生氣的原因再好好解決。



二、來自學校教師的分享

1. 班上許多孩子情緒反應比較大，面對不如意或衝突時便容易失控，甚至肢體相向，透過 EQ 課程的學習引導，老師也能在生活情境中適時機會教育，除了讓孩子認識自己的情緒，也能學習運用正確的情緒處理方式，雖然還有很大的進步空間，但明顯感受到，孩子的情緒較以往穩定，衝突次數也日漸減少，另外，透過 EQ 小書的互動回饋，親師生一起學習成長，期許未來更上層樓。
2. 一年級的孩子活潑好動，對情緒的反應比較直接，有了 EQ 課程協助，可以讓他們練習觀察他人及自己的情緒，同時運用於生活中，例如老師在忙的時候，他們比較願意等待並接受老師的說明，對孩子個人及班級整體都很有幫助。
3. 感謝 EQ 志工的陪伴，藉由遊戲的方式，讓班上的孩子愈來愈懂事，經過二年洗禮，孩子認識自己的情緒，也能好好表達，委屈不會憋著、不會莫名生氣，有事情會跟同學說、也會跟老師家長反應，會欣賞別人的亮點、也發揮自己的專長，有困難互相幫助、一起分工，謝謝 EQ 志工，有你們真好。
4. 以前三年級的小芯(化名)常孤單無聊，會哭著跟老師說同學都不理她，老師好幾次特地安排座位製造機會，但是通常過不久小芯就會和小朋友有摩擦，又私下跟老師說不要和某某人坐，常常在人際上受挫，一個人發呆。自從上了 EQ 課，孩子懂得應該對所有



的同學友善，觀察到小芯逐漸開朗、比較能融入群體，情緒穩定，孩子的學習狀況更好、學校生活也更快樂。

5. 中年級孩子心智單純、行為的可塑性極高，這時候帶領他們覺察情緒、並給予一些管理情緒的方法，應該是一個恰當的機會，我們班上的孩子已經接觸情緒課程一年多，在督導認真的教學下，從認識情緒的本質開始，覺察自己和他人情緒，並進而運用各種「武功秘笈」來調節自己的情緒，可以說是獲益良多，期待 EQ 這項帶得走的能力，成為他們在艱辛成長之路的穩定依靠。
6. EQ 教材內容豐富、結合遊戲模式與學童生活貼近，孩子接受度很高也覺得很有趣，這套課程對學生情緒表達有很大的幫助，尤其國小一二年級的孩子，正處在語言發展尚未成熟，但又需要表達情緒的時候，提供孩子一個了解情緒的機會，課程內容非常值得肯定，到校上課的 EQ 老師能帶動孩子、引導其思考發言，並適時給學生鼓勵，孩子們都很期待每一周的 EQ 課程。



三、來自學員與志工的回饋

1. 我自己的孩子還在幼兒園時，因為同班家長的推薦參與了 EQ 課程，從一年級的培訓課程開始，轉眼間已經第三個學期了，學習的過程發現，「情緒」是一生的課題，覺察管理自己的情緒讓我更能與孩子互動，芯福里提供完善的教材和資源，讓我們能夠用活潑有趣的方式，引導孩子們進入 EQ 魔法學校，我自己很享受在其中，期許透過 EQ 課程的推廣，讓更多家庭和孩子受惠。
2. 芯福 EQ 課以循序漸進的方式，帶領孩子認識情緒，透過魔法寶物來解決問題，中年級帶入換位思考及同理心，互動的教學方式，讓孩子們都非常投入在課程中，雖然參與志工必須經過培訓共學和教學演練，花費許多時間心力，但是看到孩子的改變及臉上的笑容，一切就變得值得了，歡迎大家一起來加入 EQ 的行列！
3. 我非常感恩能讓我有機會認識芯福里有這麼棒且精實的課程內容，更感謝一路以來的督導、還有一群志同道合的媽媽們一起備課、分享授課收穫，也很幸運的能遇到永平國小的校長、主任、家長會長及全校教職員的全力支持與配合，我們才能夠在如此有愛有笑容的校園裏，帶著我們的孩子一起來認識自己的情緒。



芯福里 EQ 課幫助我與三個孩子的溝通，我可以更敏銳的去引導孩子講出自己的感受，我很珍惜可以把所學的透過進班教導更多的孩子認識情緒，幫助他們無論遇到任何的環境，都可以找人幫忙或自行解決，有了這樣子的情緒培養看到孩子們的進步，我相信他們的未來一定會是一個身心健康的人。

4. 在課業及實習還有女兒、媽媽、妻子、媳婦的多重身份下，這次有勇氣獨立的接下一班的 EQ 教育入班服務，過程的辛苦都在看到孩子們的成長後得到了鼓勵、肯定和療癒，謝謝自己的願意，謝謝自己的毅力，謝謝孩子們的認真學習，謝謝老師的支持與配合，謝謝機動老師們的協助、謝謝有這套這麼棒的教材。
5. 參加一年級線上培訓，看完課程寫了滿滿一本小筆記，好豐富的內容，不知道是否已經距離高年級培訓印象太遙遠，怎麼覺得低年級的課令人超喜歡，覺得現在的低年級孩子有這個課程真好，因為低年級孩子配合度較高，人生經驗中也還沒累積太多新仇舊恨，導入這些 EQ 技巧，相對容易。當然也是楊老師在課程設計和鋪陳上非常厲害，令人讚嘆。

我很好奇在設計高年級課程時，就有每個年級全部藍圖嗎？還是後來慢慢往下建構？感覺環環相扣、打底鋪陳、加深加廣的過程銜接都很完美，真是太厲害了。

6. 我在台南市永康勝利國小當故事媽媽很多年了，當年在學校接觸 EQ 教育的說明會，就很迫切想要參加培訓，因為當老師是我的願



望，感謝芯福里，在這裡我實現了一直以來的夢想。入班主講，和孩子們分享 EQ，看著孩子們情緒越來越穩定，覺得自己越來越有成就感，今年教師節，收到一個最有意義的禮物。一個四年級的學生，他在三年級下學期有上過「EQ 學園」，是一個情緒不很穩定的孩子，今天他看到我主動的打招呼，很開心地跟我說，「EQ 老師，我現在可以不用吃藥就能控制情緒了，武功秘笈也有持續在練習」，我說，「這是我今天聽到最好的消息，謝謝你告訴 EQ 老師」，忍不住 SHOW 出我感動的雞皮疙瘩，鼓勵他，「我們要一起繼續學習 EQ，隨時運用」，他說，「好」。

我衷心希望每位孩子都能接受 EQ 教育，學習 EQ 知識，共同提升 EQ 能力，創造幸福的生活、和諧的社會。

