



滬江高中 櫻見幸福學園

永續心光，共育職人

智慧創客與職場 SEL 雙軌驅動的幸福教育實踐

滬江高中 校長 許秀玲



滬江高中

6336 Joy Café 的午後啟示： 技術之外的關鍵力量

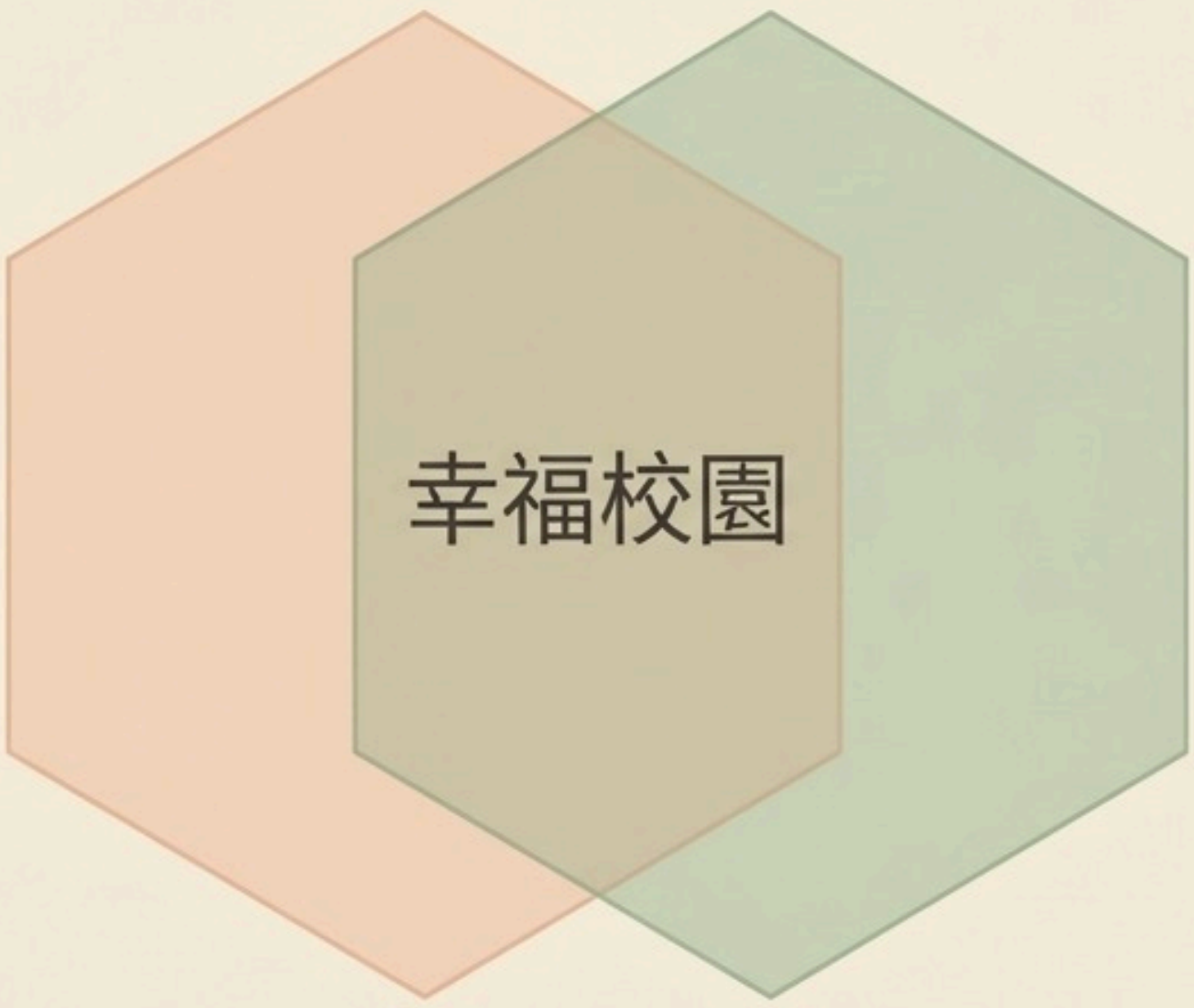
當實習現場訂單暴增，學生神情緊張時，身旁的同學沒有責備，而是輕聲提醒流程、協助穩住節奏。

「真正支撐運作的，不只是專業技術，而是被練習過的情緒穩定與人際信任。」

知識、技巧與價值的深度融合

社會情緒學習 (SEL)

學習理解自我、尊重他人，做出負責任的決定（人際互動、同理關懷、道德責任）。



幸福校園

生命教育

結合情緒覺察與價值反思，真實回應「如何好好生活」的根本提問。

跨域教師社群：「SEL 共感實踐家」

- 共同備課與議課：融入職涯體驗、實習場域與班級經營。
- 情境模擬：設計職場衝突情境，引導真實反思。
- 師生的共同語言：老師放慢節奏，不急著給答案，陪伴對話，改變課堂氛圍。



裝備學生的情緒與溝通工具箱



情緒量表

練習覺察自我當下感受。



ORID 焦點討論

透過客觀、反映、詮釋、決定，進行深度思考。



「我訊息」

精準且勇敢地表達個人真實需求。



三明治溝通法

學習給予回饋與協調，學會傾聽與解決問題。



走出校園：綠色企業中的永續價值與團隊支持

參訪「一之軒」等綠色企業。

讓學生理解幸福企業如何透過「員工培訓」與「團隊支持」，來維持專業服務與永續價值，建立連續的學習歷程。

回到校內：6336 Joy Café 的「一日店長」挑戰

真實面對

處理真實訂單與團隊合作，學習情緒調節與責任承擔。



累積韌性

在充滿支持的安全環境中，將實習歷程轉化為未來職場所需的心理韌性。

班會活動

2025 綠色聖誕・永續心光

SDGs 永續議題 × SEL × 減塑佈置

導師透過班會引導，運用 SEL 與 ORID 反思生活選擇對環境的影響。將內在的責任與關懷，轉化為日常的永續行動。

2026 駿馬奔騰迎新春：讓家長看見孩子的成長

生命春聯：將傳統習俗轉化為定義自我價值的創作。

PERMA 架構：透過覺察、溝通、合作與反思佈置教室。

親師共享：拍下合照分享至親師群組，讓家長見證孩子逐漸形成的心理韌性與新年願景。



班會生命教育XSEL活動

滬江高中 櫻見幸福學園

幸福，是讓每個人感受到被理解與尊重

當智慧創客遇見職場 SEL，並與生命教育連結，我們不只是培育技術者...

當智慧子的創客育職場 SEL，
「而是在陪伴孩子成為有溫度、也有力量的職人。」

當智慧創客遇見職場 SEL，並與生命教育連，我們不只是培育...
幸福學校的道路仍在形成，誠摯邀請家長與教育夥伴持續同行。