

台南亞洲餐旅學校學校與學生學習概況

資訊提供：蘇堯琦 老師

本校是一所專辦餐飲與觀光的學校

(全校只有 2 個科系)

班級數日夜校總合:26 班

學生數日夜校總合:1023 人

當日參與活動班級:

一年級 1 班/二年級 2 班/三年級 1 班, 學生人數約 150 人, 全部都是餐飲科的學生

當天因逢學校辦理檢定考試, 實作教室當做考場, 所以改為課堂課, 因此有這個機會申請這一次的演講活動, 本校學生較為活潑, 沒有自信心, 不愛表現且多數較被動, 屬於低學習成就的孩子, 因國中階段成績較不理想, 所以大部份來本校就讀的原因都是想習得一技之長, 考取證照。

我想這個演講的題目, 應該是孩子有興趣的, 也期待博士您的演講, 帶給孩子一些更不同的視野。

生命教育講座宣導內容

情緒管理與壓力調適

演講大綱

壹、什麼是「壓力」？

貳、什麼是「情緒管理」？

參、生活與壓力的關係

肆、壓力與 EQ 管理的對策

伍、結語

如何掌握趨勢迎向成功大道

陸、有獎徵答

本演講會以生動活潑+5 部精彩影片
播放進行，演講過程會不定時與參與
同學進行互動，互動方式採 Q&A 及有
獎徵答進行

