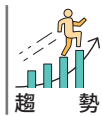




編輯室視野



封面故事



趨勢



教育特寫

4 過曝世代師生的身心安頓\陳志勇

5 資訊爆炸時代：重拾師生的內在平衡\陳秀蓉

12 過曝世代的成長路徑：個體化支持策略\張唯宸

16 過度使用手機與社群媒體的挑戰與解方\柯慧貞

22 數位世代師生的心理挑戰與學校應對策略\薛慶友

28 在數位科技時代中安頓身心健康之良方\傅木龍

34 找回網路生活下的選擇主導權\張瑋哲

39 心靈愛之茶，紓壓解憂，幸福回甘\卓翠玲

44 韓國師生身心健康挑戰與啟示\黃月純

48 擁抱數位浪潮：

親師合作引導青少年正確使用網路社群\洪幼齡

52 過曝世代的心理挑戰與教師因應策略\黃俊杰

55 數位斷捨離——重拾現實人生的主導權\孫韻茹

60 抖音一響，父母白養；過曝世代，善意以待\劉昱傑

64 「原」力覺醒，捕捉「過曝世代」下的光芒\潘穎

68 教師對幼兒「科技奶嘴」成癮之因應\王金卉

- 71 4F：過曝時代下的教戰守則\鄭泳權
- 75 織出身心防護網——三級輔導提供的心理支持\鄭蕙萱
- 79 自我療癒由閱讀書寫開始——
以臺南市南新國中為例\陳力豪、沈青廷
- 85 找回內在的平靜，把自己還給自己\邱于洳
- 89 「正念減壓培養韌性」課程後反思\張靖慧
- 95 在數位洪流中尋求平靜\吳美宜
- 98 數位浪潮來襲：師生的應變與成長之道\李勻容
- 101 面對數位洪流，師生如何「安心」？\李思儀
- 105 現代學生的心理韌性培養\黃烽榮
- 108 過曝洪流中校園事件之反思與應變\洪毓琄、那昇華
- 112 把小太陽帶進教室——
社會團體工作運用在教學中的可能性\馮燕、陳秋瓊



- 116 自律學習力（4）考前智慧：
大考必勝的考試策略（上）\陳怡嘉
- 121 圖卡的力量（14）：線上教師專業學習社群經營——
以圖卡發電廠為例（下）\張瓊文、莊雅如



- 126 設計長才 藝教傳香\蕭正一
- 131 教師的價值：播種、孵夢、共創希望與未來\張美智



- 136 全國近期精彩藝文活動