

## 教育部教師諮商輔導支持中心

### 109 學年第二學期「從『心』得力」教師身心安頓與成長暑期工作坊實施計畫

#### 壹、依據：

- 一、高級中等以下學校教師諮商輔導支持體系設立辦法。
- 二、教育部教師諮商輔導支持中心設置要點。

#### 貳、目的：

- 一、促進與維護高級中等以下學校教師心理健康。
- 二、增加對於教師支持輔助，並提升教師對其工作之勝任能力。
- 三、提供教師全人成長、自我探索與關係整合之諮商輔導服務。

#### 參、辦理單位：

- 一、主辦單位：教育部國民及學前教育署。
- 二、承辦單位：教育部教師諮商輔導支持中心。
- 三、協辦單位：  
國立臺北教育大學心理與諮商學系。  
國立彰化師範大學社區心理諮商及潛能發展中心。

#### 肆、工作坊簡介：

- 一、本工作坊於臺北市、彰化縣、臺南市，規劃教師身心安頓與成長的三個主題且採連續三天密集式進行，如下表：

主題名稱	講師	日期	地點	總人數
(一) 心理劇行動 在校園文化中的 自我覺察與理解	賴念華教授 夏敏老師	7月7日(三) 至 7月9日(五)	國立臺北教育大學	35人
(二) 安頓與成長： 校園人際/家庭關係	郭麗安教授 鍾國誠心理師	7月6日(二) 至 7月8日(四)	國立彰化師範大學 進德校區	25人
(三) 從生命故事啟 迪教師身心安頓之道	黃素菲教授 黃正旭老師	7月12日(一) 至 7月14日(三)	國立臺南一中	25人

註1：因課程設計考量，僅彰化場次開放國中小教師。

註2：總人數含前一次（2月因Covid19疫情延期）報名成功名額。

#### 二、各場工作坊內容概述如下：

主題名稱	概述
(一) 心理劇行動 在校園文化中的 自我覺察與理解	校園工作充滿壓力與挑戰，我們從社會脈絡的視角重看系統所帶出的壓力與限制，重新自我定位教師角色，從「心」得力再出發。本工作坊期許能透過心理劇中最珍貴的行動，來覺察自我與他者，轉換位置帶出新視角，以拓展教師角色、再次實踐教師願景。工作坊裡的每一位參與者既是主角也是觀眾，既是導演也是成員，既是社會文化的一部分也是改變機轉的螺絲釘。如果你願意帶著好奇心來探索、一起共創，歡迎參與此工作坊。

(二) 安頓與成長： 校園人際/家庭關係	人生在世，我們總被各種關係圍繞著。關係中的親疏遠近牽動著你與我的喜怒哀愁。與學生、同事、伴侶以及家人的關係，是攸關教師幸福的重要因素。讓我們一起看明白與他們的互動序列，找出最自在的相處姿態吧。
(三) 從生命故事啟迪 教師身心安頓之道	一個人的生命無論順遂或波瀾，若把自己故事好好整理與爬梳，人就可以在自己的生命中找到力量。面對教學現場的潮起潮落，您更需要暫時停歇，停下來回顧您的生命故事，從中萃取生命主題的芬芳。好好從多元的視野重新理解教師的身分認同，找到屬於您的教師生涯圖像。邀請您與素菲老師共度三天時光，享受敘事溫厚的力量，陪著您陪伴自己找到自己的力量。

詳參考附件「從『心』得力」各工作坊主題課程表

#### 伍、錄取原則與順序：

- 一、能完整參與三天者。
- 二、國教署所轄高級中等以下學校教師優先。
- 三、各場工作坊以各校第一位報名者優先錄取。
- 四、本年度首度報名本中心團體諮商輔導服務之教師優先，其餘視剩餘員額均衡錄取。

#### 陸、報名方式與注意事項：

一、報名開始日：自 110 年 5 月 10 日（週一）上午 09:00 起。

報名截止日：至 110 年 5 月 31 日（週一）上午 09:00 止。

二、線上報名表單填寫：直接掃右方 QRcode 或點入下方連結  
<https://reurl.cc/R6lXmr> 報名。



三、注意事項：

- (一) 錄取及遞補：報名成功者將於報名截止後兩週內（6/11 前），以電子信件寄發錄取通知，並於收件三日內確認回覆，始為正式錄取者；另備取 5-10 名於報名截止後第三週（6/15 起），以電話進行遞補通知。
- (二) 請假與出席：
  1. 請假：經正式錄取者，若事前得知無法出席或全程參與時，請務必於活動一週前以電話通知承辦人知悉，並寄電子郵件至 tcare\_exe@ntnu.edu.tw 確認，俾利遞補作業。若中途無法完整參與或無故缺席者，將列為爾後使用中心服務或報名資格審核依據。
  2. 出席：為利工作坊順利進行、不被中斷或干擾，準時出席者，將有機會獲得神秘小禮；另為維護學員權益，現場不接受臨時報名或旁聽。
- (三) 依據教育部教師諮商輔導支持中心設置要點第七項，本中心工作坊將不提供任何形式的證明文件與時數。
- (四) 為節約資源，請學員自備環保杯及環保餐具、筆記本、筆、保暖衣物等。
- (五) 報名教師若有任一下列情事，將無法提供服務；經查證後，將取消參與資格：
  1. 經學校性別平等教育委員會調查屬實之校園性別事件行為人。

2. 經防制校園霸凌因應小組調查屬實之校園霸凌事件行為人。
3. 進入解聘、不續聘或終局停聘處理程序中之教師。

**柒、聯絡窗口：**

一、承辦單位：教育部教師諮商輔導支持中心

郭慧婷 專任諮商心理師 (02)2321-1786 或 (02)7749-3775

電子信箱：tcare\_exe@ntnu.edu.tw

二、如有報名疑問或需協助事項者，請洽詢郭慧婷心理師。

**捌、經費：**

一、本工作坊之相關經費由教育部國民及學前教育署委辦款項下支應。

二、適逢暑假期間，參加人員是否給予公假與相關費用，由原服務單位衡酌實際情形，秉權責核准。囿於經費，本中心辦理之活動均無交通與住宿服務提供。

**玖、其他：**

一、本工作坊依中央疫情指揮中心最新公告作業，學員需配合相關防疫規範與措施。

二、如遇颱風或重大天災，將配合行政院人事行政總處公告辦理。

三、本計畫若有未盡事宜，將另行公告補充之。

附件：「從『心』得力」各工作坊主題簡介

### 工作坊主題一：心理劇行動在校園文化中的自我覺察與理解

**工作坊概述：**108 課綱為校園系統帶來震盪與衝擊，我們從社會脈絡的視角重看系統所帶出的壓力與限制，重新自我定位教師角色，從「心」得力再出發。本工作坊期許能透過心理劇中最珍貴的行動，來覺察自我與他者，轉換位置帶出新視角，以拓展教師角色、再次實踐教師願景。工作坊裡的每一位參與者既是主角也是觀眾，既是導演也是成員，既是社會文化的一部分也是改變機轉的螺絲釘。如果你願意帶著好奇心來探索、一起共創，歡迎參與此工作坊。

#### 帶領講師一：賴念華 教授

**講師資歷簡介：**國立臺北教育大學心理與諮商學系教授。美國心理劇、社會計量與團體心理治療考試委員會(The American Board of Examiners in Psychodrama, Sociometry and Group Psychotherapy, 簡稱 ABEPSGP)認證之「訓練師、教育者、導演」(Trainer, Educator, Practitioner, 簡稱 TEP)及「心理劇導演」(Clinical, Practitioner, 簡稱 CP)、美國螺旋心理劇治療模式(The Spiral Therapeutic Model)之團體領導者(Trainer, Leader, 簡稱 TL)及訓練師(Trainer)、臺灣心理劇學會認證之導演與訓練師。

#### 帶領講師二：夏 敏 輔導教師

**講師資歷簡介：**國立彰化高中輔導教師。美國心理劇之社會計量與團體心理治療考試委員會(ABEPSGP)認證之「訓練師、教育者、導演」(Trainer, Educator, Practitioner, 簡稱 TEP)及「心理劇導演」(Clinical, Practitioner, 簡稱 CP)、臺灣心理劇學會認證之導演與準訓練師。

時間	第一天	第二天	第三天
08:30-08:50	報到		
08:50-09:00	開幕式	報到	報到
09:00-12:00	1. 認識與確認團體期待 2. 社會文化與校園	你、我、它的關係  (一) & (二)	角色訓練從心得力
12:00-13:30	午餐		
13:30-16:30	108 課綱的校園系統情景 (一) & (二)	1. 換位思考看彼此 2. 換位思考看社會	1. 感謝與期許 2. 討論與分享
16:30-17:00			綜合座談 Q&A

## 工作坊主題二：安頓與成長：校園人際/家庭關係

**工作坊概述：**人生在世，我們總被各種關係圍繞著。關係中的親疏遠近牽動著你與我的喜怒哀愁。與學生、同事、伴侶以及家人的關係，是攸關教師幸福的重要因素。讓我們一起看明白與他們的互動序列，找出最自在的相處姿態吧。

**帶領講師：郭麗安 教授**

**講師資歷簡介：**國立彰化師範大學婚姻與家族治療所教授。

**專長：**婚姻與家族治療、諮商理論技術、心理諮商效能、同志與家庭諮商議題

**帶領講師：鍾國誠 諮商心理師**

**講師資歷簡介：**大休息心理諮商所心理師/所長。

**專長：**情緒壓力、心理疾患、工作生涯、人際關係、情感議題、伴侶關係、家庭/親子議題、性/性別議題、哀傷失落

時間	第一天	第二天	第三天
08:30-08:50	報到		
08:50-09:00	開幕式	報到	報到
09:00-12:00	我的人際圈 與家族圖繪製	互動舞步： 我愛的和不愛的	和身體和好
12:00-13:30	午餐		
13:30-16:30	和身體相遇	互動舞步： 能動的和不能動的 (因場地限制，15:30 結束)	和關係和好
16:30-17:00			綜合座談 Q&A

### 工作坊主題三：從生命故事啟迪教師身心安頓之道

**工作坊概述：**生命無論順遂或波瀾，若有機會將自己故事好好整理與爬梳，就能找到自己生命中的力量。面對教學現場的潮起潮落，邀請您暫時停歇調整生命的步伐，與素菲和鄭旭老師共度三天時光，享受敘事溫厚的力量，透過您回顧自身的生命故事，萃取生命的芬芳。同時，也能從不同的視角重新理解教師的身分認同與專屬您的教師生涯圖像。

**帶領講師：黃素菲 教授**

**講師資歷簡介：**國立陽明大學人文與社會教育中心退休教授。

**專長：**深耕敘事心理學研究、教學及實務經驗。

**帶領講師：黃正旭 老師**

**講師資歷簡介：**國立臺北商業大學兼任講師、張老師基金會執行長、張老師文化公司總經理及台北分事務所總幹事。

**專長：**生涯關係、人際關係、親子關係。

時間	第一天	第二天	第三天
08:30-08:50	報到		
08:50-09:00	開幕式	報到	報到
09:00-12:00	<ol style="list-style-type: none"> <li>介紹現代與後現代</li> <li>體驗結構主義與後結構主義問話</li> </ol>	從混沌理論到「現在故事」 <ol style="list-style-type: none"> <li>從混沌理論理解生涯現象</li> <li>探索「現在故事」中的隱藏訊息</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>經由「蝴蝶馬戲團」襯托出生涯願景</li> <li>探索「未來故事」：未來圖像、神仙賜福、喪禮祭文</li> </ol>
12:00-13:30	午餐		
13:30-16:30	<ol style="list-style-type: none"> <li>單一故事的危險</li> <li>探索「過去故事」S1S2</li> <li>學習解構式問話</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>認識生涯吸引子</li> <li>從生涯建構訪談(CCI)看生命主題</li> <li>從纏繞畫體體驗生涯混沌現象</li> <li>體驗「隱而未現」的問話</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>立足於正向瞭望點</li> <li>統整學習，珍重再見</li> </ol>
16:30-17:00			綜合座談 Q&A

