

**教育部教師諮商輔導支持中心**  
**111 年度第二學期「雲支持線上講座」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、提供教師自我探索與關係整合之團體輔導服務。

**參、辦理單位：**

- 一、主辦單位：教育部。
- 二、承辦單位：教育部教師諮商輔導支持中心（以下簡稱本中心）。

**肆、「雲支持線上講座」簡介：**

考量教師面對學校教學場域及教學模式之變動，在身心上極需獲得支持與紓壓，故於暑假期間，開辦「雲支持線上講座」，期待教師能在暑假期間，好好照顧自我身心，為新的學期的挑戰蓄積能量。

本中心特辦理「雲支持線上講座」，針對「教師專業」、「親職教養」、「職場人際」及「身心平衡」等四大主題進行規劃，邀請經驗豐富的心理師，針對教師角色、日常生活等，設計了一系列從心理學出發的線上講座，期待在炎炎夏日中，為教師們送上安心自在的舒壓良方。邀請教師們可以挑選符合需求的講座主題，給自己一段專屬的自我照顧時光，保養心理健康、增加生命韌性，充電再出發！

講座名稱	日期	帶領者	人數
新世代心議題： 教室裡常見的學生問題	7月21日（週五） 下午 13：00-15：00	陳莉芹心理師	50 人
書寫整理術，照顧我他你！	7月25日（週二） 上午 10：00-12：00	羅明榮心理師	50 人
從情緒教養帶領你我 建立安全依附之家	7月27日（週四） 下午 13：00-15：00	黃珮書心理師	50 人
扭轉乾坤~營造友善的職場關係	7月28日（週五） 下午 13：00-15：00	劉慧華心理師	50 人

**伍、錄取原則與順序：**

- 一、教育部主管高級中等以下學校教師為優先。
- 二、以本年度首度報名本中心團體諮商輔導服務之教師優先，視員額均衡錄取。

**陸、報名方式與注意事項：**

- 一、報名起迄日：即日起開放報名至 7 月 18 日（週二）為止，並視實際報名狀況保留報名時間之調整權利。名額有限，報名欲速。
- 二、採網路報名：請參閱附件各場次介紹，並點入連結或掃描海報 QR code 報名。
- 三、報名連結：<https://www.surveycake.com/s/KOZe0>
- 四、注意事項：
  - （一）本中心審核通過後將寄送錄取通知，收到通知後請最遲於活動前兩天回覆參與意願，逾期視同放棄報名。成功遞補者最遲將於活動前一天以信件或電話通知。如有更動，將另行告知，敬請留意本中心網站。
  - （二）為使活動準時進行且不被打擾，敬請事前確認線上資訊設備及網路品質

並準時上線；為維護學員權益，不接受臨時報名或旁聽，敬請見諒。

(三) 依據教育部教師諮商輔導支持中心設置要點第七項，本中心不提供任何形式的證明文件與時數。

(四) 報名教師若有下列任一情事，將無法提供服務；經查證後，一律取消參與資格：

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：**

承辦單位：教育部教師諮商輔導支持中心

講座報名及相關資訊諮詢，請洽詢曾昶文專任諮商心理師。

電話：(02)2321-1786 # 106；電子信箱：[tcare\\_exe@ntnu.edu.tw](mailto:tcare_exe@ntnu.edu.tw)

**捌、經費：**

本活動費用由教育部國民及學前教育署委辦款項下支應，教師全程免費參與。

**玖、其他：**

本計畫若有未盡事宜，將另行公告補充之。

## 場次一

# 新世代心議題：教室裡常見的學生問題

講師：陳莉芹心理師

(國立台灣戲曲學院通識中心講師、臺灣警察專科學校兼任心理師、  
家防中心心理師、家庭暴力行為人個別與團體處遇計劃心理師)

講座時間：7月21日(週五)下午13:00-15:00

形式：線上 Google Meet；錄取人數：50人

時間更迭，教師在工作場域中經驗學生自發展議題、世代問題、成長背景、個性及體質特殊性等由大到小範圍的世代轉變。凝視聚焦到教室中，班級裡常見的孩子樣貌有學習動機低的大雄、暴躁的胖虎、愛賣弄的小夫等，班級的日常總有行為失序、爭執衝突與作業拖延等記事，再再考驗著教師的耐心與智慧。

從學生共通問題到特殊發生，從生理到心理，從發展議題到世代問題，本講座旨在增加教師對學生問題的認識，及連結介入與處遇技巧，提升教師的知能與自我效能感。從教室裡呈現共同的議題出發，將潛藏的問題意識化，並擴充對問題的認識；先看清楚問題，再善用老師們的四次元口袋，找出適合的道具提供協助。

## 場次二

# 書寫整理術，照顧我他你！

講師：羅明榮心理師

(吾心文教基金會諮商部門特約諮商心理師、  
旭立文教基金會員工協助方案特約講師、長庚與世新大學兼任心理師)

講座時間：7月25日(週二)上午10:00-12:00

形式：線上 Google Meet；錄取人數：50人

「老師」是每天在不同人際關係快速穿梭的角色：課本與自己的對話，同學間的關係調解與經營，同事之間支持與協調，學校系統的經營與運作等。一週五天連續不斷地在關係中連結離開，您時而獲得能量，時而被拿走能量。本次工作坊中，講師將帶領大家共同書寫，以線上書寫的方式小組成員共同創作不同腳本。請您準備紙筆或電腦打字的方式進行，體驗文字來幫忙的動能，體驗安靜下來互相書寫的穩定支持。

### 場次三

## 從情緒教養帶領你我建立安全依附之家

講師：黃珮書心理師

(資深諮商心理師、吳鳳科技大學幼兒保育系助理教授、嘉義縣家庭教育中心家庭教育人員專業研習講座與有善企業友善家庭講座講師、幼兒園親職講座講師)

講座時間：7月27日(週四) 下午13:00-15:00

形式：線上 Google Meet；錄取人數：50人

時代與社會風氣變遷快速，作為教師的角色和責任不同於以往，情緒勞務和情緒調適能力相對更為重要，教師在職業和家庭之間的平衡亦可能因此受到影響，因此，本講座將帶領教師們從大腦探討情緒教養和依附關係的關連與重要性、如何運用情緒教養培養孩子的情緒能力，建立與家人孩子的安全依附，讓教師們更從容在職家之間獲得平衡、從家庭互動獲得增能。在本講座中可學習到情緒調節技巧、情緒引導方法，讓教師們可運用在自身、家庭教養、甚至在學生輔導上。

### 場次四

## 扭轉乾坤~營造友善的職場關係

講師：劉慧華心理師

(啟宗心理諮商所諮商心理師、張老師基金會台北分事務所諮商心理師、臺北市政府衛生局社區心理衛生中心安心專員、自殺防治中心推廣講師)

講座時間：7月28日(週五) 下午13:00-15:00

形式：線上 Google Meet；錄取人數：50人

營造「老師」穩定友善的職場，包括硬體的學校設施，也包括軟體的同事關係，如果你有機會扭轉乾坤~重新營造你想要的職場關係，你會如何形容它？你會如何行動實踐它？你可以選擇坐著盼望，當然也可以思考行動步驟來實踐，透過運用自己所思、所想、開始做，潛移默化地改變職場氛圍及同事關係。本講座期待能透過分享討論具體產出可執行的方式，讓參與者有機會實踐在日常生活中，透過自身小改變帶來學校的大改變。