

屏東縣教師諮商輔導支持中心

111 年 9、10 月份教師心靈成長課程、工作坊 計畫書

一、目的：

透過心靈成長課程、工作坊，提升教師心理健康相關知能，以促進教師情緒管理及人際關係等方面之心情調適，當教師面對新的挫折時，有應對之方式，得以紓解內在壓力、調節自身狀態，克服當前所遇困難。

二、辦理單位：

- (一) 主辦單位：屏東縣政府(教育處)
- (二) 承辦單位：國立屏東大學社區諮商中心
- (三) 協辦單位：國立屏東大學教育心理與輔導學系

三、參加對象與人數：

以屏東縣國小、國中及縣立高級中等學校現職專任/代理教師為主要參加對象，各場次預計 15 人參加。

四、辦理方式：

1. 心靈成長課程

課程時間	111 年 9 月 24 日 (星期六) 10:00~12:00	111 年 10 月 15 日 (星期六) 10:00~12:00	111 年 10 月 19 日 (星期三) 18:30~20:30	111 年 10 月 26 日 (星期三) 14:30~16:30
課程主題	共創職場好人緣- 提升職場人際互動技巧	自我內心探索-從 新(心)認識與疼 愛自己	網路成癮!?	「鼓勵」溝通 術，打造互動 「key word」
課程講師	張聖杰 諮商心理師	黃志和 諮商心理師	袁倫欽 臨床心理師	蔡嘉芳 諮商心理師
課程方式	實體課程 屏大社諮中心	實體課程 屏大社諮中心	實體課程 屏大社諮中心	實體課程 屏大社諮中心

2. 工作坊

課程 時間	111 年 10 月 22 日 (星期六) 10:00~16:00	111 年 10 月 29 日 (星期六) 09:30~16:30
課程 主題	「用創作與生命互動」 藝術治療概論	傾聽內在聲音~情緒探索與療癒
課程 講師	蔡詩詩 諮商心理師	吳宣瑩 諮商心理師
課程 方式	實體課程 屏大社諮中心	實體課程 屏大社諮中心

五、預期效益：

- (一) 預計辦理 6 場次，受益總人數為 90 人次。
- (二) 預計有八成以上的參加人員，對本活動的辦理給予正面肯定。

六、報名方式：

- (一) 請至活動報名系統連結報名：

心靈成長-共創職場好人緣-提升職場人際互動技巧，即日期~9/16 前報名，滿班 15 位，額滿提前截止，報名網址：<https://reurl.cc/XV5LxR>。

心靈成長-自我內心探索-從新認識與疼愛自己，即日期~10/7 前報名，滿班 15 位，額滿提前截止，報名網址：<https://reurl.cc/NRGqOk>。

心靈成長-網路成癮!？，即日期~10/14 前報名，滿班 15 位，額滿提前截止，報名網址：<https://reurl.cc/2m8W36>。

心靈成長-「鼓勵」溝通術，打造互動「key word」，即日期~10/21 前報名，滿班 15 位，額滿提前截止，報名網址：<https://reurl.cc/4pXQlL>。

工作坊-「用創作與生命互動」藝術治療概論，即日期~10/14 前報名，滿班 15 位，額滿提前截止，報名網址：<https://reurl.cc/04EVeX>。

工作坊-傾聽內在聲音~情緒探索與療癒，即日期~10/21 前報名，滿班 15 位，額滿提前截止，報名網址：<https://reurl.cc/bEG7qo>。

- (二) 聯絡人：屏東縣教師諮商輔導支持中心鍾小姐（電話：08-7212611，E-mail：teacheroun.pt@gmail.com）