

# 彰化縣 112 年度友善校園學生事務與輔導工作

## 教師促進心理健康活動～教師自我照顧工作坊

### 一、依據：

- (一) 教育部 112 年度「友善校園」學生事務與輔導工作計畫
- (二) 彰化縣 112 年度「友善校園」學生事務與輔導工作計畫

### 二、目的：

- (一) 增進教師因應工作的壓力挑戰的能力，促進教師身心健康發展。
- (二) 協助教師調整自我狀態，以達到預防專業耗竭，增進健康之目的。

### 三、辦理單位：

- (一) 指導單位：教育部
- (二) 主辦單位：彰化縣政府
- (三) 承辦單位：彰化縣洛津國小
- (四) 協辦單位：彰化縣學生輔導諮商中心

### 四、辦理時間：111 年 8 月 22 日 (二)、8 月 23 日 (三)，共舉辦 2 場。

### 五、辦理地點：員林市員林國小第二會議室(彰化縣員林市三民東街 221 號)

### 六、實施對象：本縣 112 學年度各國中小輔導人員(輔導主任、組長及專兼任輔導教師、輔導背景教師)自由報名參加。請於 112 年 8 月 4 日至 8 月 16 日前逕行上「全國教師在職進修資訊網」報名，以利作業，逾期恕不受理。每場報名每場額滿(25 人)為止，每位教師兩場擇一參加，勿重複報名，重複報名者主辦單位取消報名資格。可登記備取制度，恕無法接受現場報名。

### 七、實施方式：以壓力紓解，自我照顧為主題，由專業講師、學生輔導諮商中心專業諮商心理師帶領各類體驗課程。

### 八、課程內容：如附件。

### 九、預期效益：

- (一) 教師可在工作坊中自我覺察，增進自我效能感，並紓解壓力。
- (二) 藉由多元活動與媒材，教師可接觸不同活動方式，並運用在輔導工作。

### 十、報名方式：

- (一) 請於 112 年 8 月 4 日至 8 月 16 日前逕行上「全國教師在職進修資訊網」報名，以利

作業，逾期恕不受理。如臨時有事需取消，請事先告知主辦單位，以利後續進行備取通知作業。

(二) 參加人員請給予公(差)假登記，全程參與之教師准予核給研習時數每場 6 小時，參加研習學員研習後請利用校內相關會議辦理宣導。研習開始 10 分鐘後報到者為遲到，參與研習人員未請假而缺席者，將告知原服務單位。

(三) 本研習全程參加之輔導人員，得計入輔導人員在職訓練研習時數「乙、輔導議題研討與系統整合」單場採計 6 小時。

(四) 研習將於 8 月 18 日寄送行前通知，請於「全國教師在職進修資訊網」中，請留意登記在全教網之個人信箱資訊進行收信。

十一、如有任何疑問，請洽詢本縣學生輔導諮商中心承辦人：江志偉教師，LINE ID: @607hdnqa。

十二、獎勵：於本研習活動圓滿完成後，相關承辦人員依權責辦理獎勵。

十三、經費來源：由教育部專款補助或由本府相關預算項下支應。

十四、本實施計畫呈縣府轉呈教育部核定後實施，修正時亦同。

## 112 年心理健康活動～教師自我照顧工作坊課程表 第 1 場次

辦理時間：112 年 8 月 22 日（星期二）

辦理地點：員林市員林國小第二會議室（員林市三民東街 221 號）

全國教師在職進修資訊網：【課程代碼：3865776】

日期	時 間	課程名稱	主講人
8/22 (二)	08:40～08:55	報到及領取資料	彰化縣學生輔導諮商中心
	08:55～09:00	開 幕 式	學生事務及特殊教育科 陳威龍科長
	09:00～12:00	遇見心中的美好 ～和諧色彩的療癒創作	國立台東大學 張誠芳諮商心理師
	12:00～13:00	【午餐暨午休時間】	
	13:00～16:00	心心相印 ～絹印出自己的美好生活	國立台東大學 張誠芳諮商心理師
	16:00～	研習回饋與賦歸	彰化縣學生輔導諮商中心

# 112 年心理健康活動～教師自我照顧工作坊課程表

## 第二場次

辦理時間：111 年 8 月 23 日（星期三）

辦理地點：員林市員林國小第二會議室（員林市三民東街 221 號）

全國教師在職進修資訊網：【課程代碼：3865779】

日期	時 間	課程名稱	主講人
8/23 (三)	08:40～08:55	報到及領取資料	彰化縣學生輔導諮商中心
	08:55～09:00	開 幕 式	學生事務及特殊教育科 陳威龍科長
	09:00～12:00	從果實到精品 體會咖啡的旅程	彰化縣學生輔導諮商中心 賴宏維 社會工作師
	12:00～13:00	【午餐暨午休時間】	
	13:00～16:00	與自己在一起 ~蝶谷巴特手作時光	彰化縣學生輔導諮商中心 謝宛蓉 社會工作師 助理講師： 彰化縣學生輔導諮商中心 陳柔恩 社會工作師
	16:00～	研習回饋與賦歸	彰化縣學生輔導諮商中心



彰化縣學生輔導諮商中心  
Changhua Student Guidance and Counseling Center