

教育部教師諮商輔導支持中心

110 年 11 月《教師的聊心室。療心事》衷心工作坊實施計畫

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、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：教育部教師諮商輔導支持中心（以下稱教師支持中心）。
- 二、承辦單位：國立臺灣師範大學。

肆、衷心工作坊簡介：

「衷心」是發自內心而誠摯的祝福，而「中心」不僅提供教師支持服務，更是一個能容納與承載教師生命故事與經驗的空間。因此，中心將以多元的形式與主題，使用週末的美好時光，與來自不同縣市、階段、學科的老師們，在中心的空間或線上的平台裡分享彼此自己的故事、交換想法與經驗，成為一股連結與傳承的力量。

教師支持中心將於 11 月 13 日星期六，推出 2 場《教師的聊心室。療心事》線上的工作坊並由中心合作的心理師帶領。邀請您一同來聊心室療癒您的心事！詳細工作坊資訊請見附件。

《教師的聊心室。療心事》場次表

	日期	療心事主題	講師	聊心室 人數上限
03	110/11/13 (六) 09:00-12:00	值得「藝」適一 教師職場與人際適應工作坊	羅明榮 諮商心理師	線上場次 至多
04	13:30-16:30	開啟內在生命力一 教師生命意義探索工作坊	陳怡婷 諮商心理師	20 人

註：線上平台連結將於行前通知信提供。

伍、錄取原則與順序：

- 一、教育部所主管之高級中等以下學校教師優先；
- 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：

即日起至 110 年 11 月 04 日（週四）下午 17 點報名截止。



二、採網路報名：直接點入連結 <https://reurl.cc/vg7maL> 或掃上方 QRcode 報名。

三、注意事項：

（一）錄取者將於活動開始日前一週內取得行前通知信件與線上平臺連結。如活動方式有更動，將另行告知，請注意電子郵件與簡訊。

（二）正式錄取者，若事前無法出席或全程參與，請於活動三天前以信件或電話通知承辦人；若中途無故缺席，將列為未來使用中心服務或報名審核之依據。

（三）為使活動準時進行且不被打擾，請提早並準時入席。

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

（五）報名教師若有任一下列情事，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。

捌、聯絡窗口：

承辦單位：教育部教師諮商輔導支持中心

團體／工作坊報名及相關資訊，請洽詢郭慧婷 專任諮商心理師。

電話：(02)2321-1786#106；電子信箱：tcare_exe@ntnu.edu.tw

玖、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，所有參與教師皆全程免費。

拾、其他：

一、本計畫若有未盡事宜，將另行公告補充之。

03 療心事主題：值得「藝」適－教師職場與人際適應線上工作坊

職場是各行各業的修羅場，磨練著人的心智與能耐，教師職場也不例外。順利適應職場的環境並建立可溝通的互動關係皆有助於教師工作的進行。這次，聊心室邀請到擅長藝術治療的羅明榮心理師，她將以繪畫、創作與分享的方式，帶領老師們看見自己在職場中的狀態，並透過小組的分享與討論創造出新的心理空間，練習用不同的視角與方式來面對職場與人際互動。

適合參與對象：

想增進教師職場與人際適應、願意和成員分享自己並給予同儕回饋者。不論您是新手教師或已從事教職一段時間，只要您對本次的主題有興趣，皆歡迎報名參加。

特色與目標：

透過參與本場次工作坊，您將從藝術創作、分享回饋與討論中，看見職場裡的自我狀態與樣貌，且從成員間的回饋中進一步覺察自己的價值與職場人際間的動力，可重新選擇並找方法移動到合適自己的位置。

活動時間：110 年 11 月 13 日(六) 上午 09:00-12:00

使用平台：Google meet 或 Cisco webex

線上人數上限：至多 20 人

帶領者：羅明榮 諮商心理師

- ◆ 學歷：美國北德州州立大學諮商與高等教育研究所諮商心理學研究所碩士
- ◆ 現職：財團法人吾心基金會諮商所 諮商心理師&長庚、世新大學兼任諮商心理師
Modern Health（美國）特約諮商心理師
旭立文教基金會（EAP）、致伸科技 特約講師
亞洲職涯生涯發展中心（北京/香港）顧問
台大創新學院 Mentor
社團法人中華民國諮商心理師全國聯合會 國際事務委員會 委員
教育部教師諮商輔導支持中心 宣導紓壓團體合作心理師
- ◆ 專業證照：諮商心理師、台灣諮商心理學會認證督導。

04 療心事主題：開啟內在生命力－教師生命意義探索線上工作坊

每個生涯階段或是職涯階段，都蘊含著不同的生命意義和力量。即便處在相似的階段或狀態中，每個人也會呈現出多元且不同的內在狀態。身為教師的您，是否曾探索過自己的生命意義呢？這次我們將透過樹式瑜珈、畫樹、與樹對話的歷程，進行一趟由身到心的內在探索之旅。特別選擇「樹」，是因為在心理意義上，它象徵著個人生命的成長與發展。教師支持中心想邀請您藉由練習感受與表達自己，開啟自己內在的生命力與行動，並將此能量帶至平日的生活或教師的職場當中。

適合參與對象：

欲嘗試練習聆聽身體感受與探索生命意義的教師，並願意成員交流與分享者。

特色與目標：

透過本次的教師生命意義探索工作坊，您將由靜心、繪畫、自由書寫等方式，由外而內、從肢體到內在感受來開啟個人內在的生命力，以及探索自己的生命意義，希望將能有助於您未來踏實且有目標地面對教師職涯生命的各種挑戰與變化。

活動時間：110 年 11 月 13 日(六) 下午 13:30-16:30

使用平台：Google meet 或 Cisco webex

線上人數上限：至多 20 人

帶領者：陳怡婷 諮商心理師

- ◆ 學歷：國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系博士候選人
- ◆ 現職：教育部教師諮商輔導支持中心 宣導紓壓團體合作心理師
佛光大學身心健康中心/宜蘭大學學生諮商組/宜蘭縣衛生局心理衛生科外聘督導
宜蘭縣家庭教育中心/宜蘭地方法院/蘭馨婦幼中心合作心理師
- ◆ 專業證照：諮商心理師、大學講師。
- ◆ 相關專業訓練：牛津正念中心 MBCT 正念認知療法師資（完成 M1-M4+團體培訓）、美國 NGH 催眠師證照。