

107 年度「教師心靈活水工作坊」(第 4~11 期) 實施計畫

一、研習依據：本中心 107 年度研習行事曆。

二、研習目的：提升教師心理健康，提供教師全人成長、探索與整合的機會。

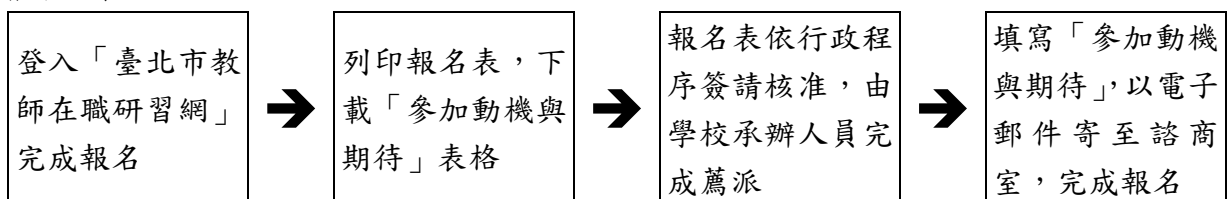
三、研習對象：本市公私立高級中等以下學校教師。

四、各期工作坊簡介：

期別	第 4 期	第 5 期	第 6 期	第 7 期	第 8 期	第 9 期	第 10 期	第 11 期
講座	伍淑蘭/ 田書綸 心理師	柯書林 心理師	何麗儀 心理師	成蒂/ 陳桂芳 心理師	余雪紅/ 盧玲芬 老師	黃素菲 教授	陳德中 心理師	林雪琴 心理師
團體 取向	自我療癒 心理劇工 作坊	與壓力共 舞工作坊	完形治療 自我整合 工作坊	家庭溯源 工作坊	聽身體說 故事工作 坊	生命故 事——敘 說與成長 工作坊	正念減壓 工作坊	多元角色 整合工作 坊
	各期團體取向介紹及帶團者簡歷，請進入「臺北市教師在職研習網」本班次資料網頁「實施計畫」欄點選開啟瀏覽							
日期	7月2日- 7月5日	7月11日- 7月13日	7月16日- 7月19日	7月23日- 7月25日	7月30日- 8月1日	8月7日- 8月9日	8月15日- 8月17日	8月21日- 8月23日
週曜	週一至四	週三至五	週一至四	週一至三	週一至三	週二至四	週三至五	週二至四
班別	通勤班							
時間	09:00~16:10（午餐及午休時間 11:50~13:30）							
地點	第四教室							
時數	4 天 24 時	3 天 18 時	4 天 24 時	3 天 18 時	3 天 18 時	3 天 18 時	3 天 18 時	3 天 18 時
正取	18-24 人	16-20 人	16-20 人	18-24 人	18-24 人	16-20 人	16-24 人	16-20 人
自費	無							精油 100 元
自備	舊雜誌	無						
專車 資訊	為響應節能減碳及撙節公帑，本中心研習員專車接駁起訖地點已改為「劍潭捷運站」2 號出口往返本中心，中途停靠福林國小站。錄取者請於研習前查詢教師在職研習網（ http://insc.tp.edu.tw/ ）或本中心網站（ http://www.tiec.gov.taipei/ ）最新公告欄，了解研習期間每日上下山專車班次多寡及發車時間。							

五、報名日期：107 年 5 月 18 日（週五）日起至 6 月 1 日（週五）止；惟 1 年內未曾參加本工作坊且已完成報名手續者人數大於總錄取人數時，將提前截止報名。

六、報名流程：



(一)「參加動機與期待」寄達本中心後，始完成報名手續；未填寄者視同未報名。(「參加動機與期待」是帶團者在團體形成前，了解成員成長需求的重要依據。)

(二)「參加動機與期待」表格可在臺北市教師在職研習網本研習班次資料網頁「實施計

畫」欄點選開啟瀏覽並下載。

(三)「參加動機與期待」填寫並註記期別意願後，請以電子郵件附件形式寄到 lifeandstory@gmail.com，諮商室收信後將回覆確認。

(四)各校原則上得薦派 1 位教師報名。

(五)工作坊是完整的團體歷程，而非拼盤式課程。歡迎有把握全程參與的教師報名參加。

七、遴選排序及遞補方式：

(一)本中心將依照報名者 1 年內（106 年 7 月至 107 年 2 月）心靈活水工作坊錄取、報到狀況及本次報名時間點先後順序進行排序，再參照報名者所填之志願期別序位決定錄取及備取名單。

(二)為維護公平性以及團體歷程之順暢性，各期工作坊均以每校錄取 1 名教師為限。

(三)為維護研習品質，本中心不接受現場報名或旁聽。錄取學員倘因特殊原因無法參加，應於研習前 3 日告知本中心，並依程序取消研習，以利遞補備取者。如因不可抗力因素無法出席，應於 3 天內提出具體事由填具請假單（表單請至臺北市教師在職研習網最新公告欄下載），由教務處核章後掃描成電子檔，再寄到 lifeandstory@gmail.com，始完成請假程序；逾期仍以無故缺席登計。

(四)為珍惜教育資源，錄取本中心各項研習者如無故不出席亦未請假累計達 3 次者，將於「臺北市教師在職研習網」系統上暫停該員報名本中心各研習班之權利 3 個月。

(五)106 年度成蒂心理師帶領的家庭溯源工作坊因故延後辦理，以致部分學員無法參加，其資格已保留到本年度。如該等學員本年度以第 7 期為第一志願，將優先錄取，餘額則開放其他教師報名參加。

(六)相關規定如有未竟之處，另行訂定遴選辦法。

八、錄取公告：遴選完畢後，將透過臺北市教師研習電子護照寄發研習通知，並於臺北市教師研習電子護照最新公告欄公布正取及備取名單。

九、研習核章：研習結束後，得依實際參與狀況，透過臺北市教師研習電子護照核給研習時數，唯請假時數超出研習總時數 1/5（小數點以後 4 捨 5 入）者，依本中心研習員請假相關規定不予核章。

十、研習經費：由本中心相關研習經費項下支應。

十一、本計畫奉 主任核准後實施，修正時亦同。