

臺北市教師研習中心  
112 年教師支持陪伴團體(第 3 期)-  
豐富、美麗、自在的教學生涯:阿德勒心理學與教師專業成長  
工作坊實施計畫

- 一、依據：依本中心教師諮商輔導支持體系設置「教師希望心坊 (Teachers' Hope Bonding)」工作計畫辦理。
- 二、目的：有效協助臺北市教師緩解教學現場及生活上壓力，辦理紓壓多元實務知能及演練課程，以提升教師教學及輔導效能，並提供教師諮商輔導支持的資源。
- 三、對象：臺北市公私立國民小學教師。(支持陪伴團體工作坊是完整的體驗性團體歷程，而非拼盤式課程，歡迎確實能全程參與 8 次課程的教師報名參加)。
- 四、日期/時間:112 年 11 月 8 日、12 月 6 日、113 年 1 月 3 日、3 月 27 日、4 月 17 日、5 月 15 日、6 月 12 日、7 月 10 日，均為週三下午 1 點 30 分到 4 點 10 分。
- 五、上課地點：臺北市大安區古亭國民小學(臺北市大安區羅斯福路三段 201 號)。
- 六、課程表：

課程類別	教師支持陪伴團體(實體)		課程時數	24 小時	人數	24
日期	時間	時數	單元課程 / 內容	講	座	
11/8(三)	13:30 - 16:10	3 小時	一、理解人性--認識心靈活動	國立臺北教育大學 心理與諮商學系退休教授 曾端真 教授		
12/6(三)			二、理解行為表象症狀與核心問題			
1/3(三)			三、克服自卑的勇氣 1			
3/27(三)			四、克服自卑的勇氣 2			
4/17(三)			五、案例研討 1			
5/15(三)			六、案例研討 2			
6/12(三)			七、案例研討 3			
7/10(三)			八、案例研討 4			
課程簡介	<p><b>衝撞、破壞、攻擊、嗆聲、對立、翻桌、拒學、偷竊、說謊……</b></p> <p>這些是氣餒的孩童保護優越感的外在行為症狀。人們的心靈活動是從自卑感往優越感移動，孩子不會不經掙扎便豎起白旗，他們會緊握武器奮力維護其優越目標。威權的管教模式，將徒增孩子的抗爭強度。當我們能傾聽其生命故事，安然承接孩子的情緒，讓其情緒畫下健康的句點，再以鼓勵之道來教導他們，孩童才有勇氣回歸正常的成長之路。</p> <p>本場工作坊由古典阿德勒學派深層心理治療師曾端真教授，透過講授、示範、討論、演練，陪伴第一線的導師，感受傾聽生命故事的魅力，並運用在班級經營之中，讓教學生涯<b>豐富、美麗與自在</b>。</p>					

備註  
事項

1. 填寫參加動機與期待為報名程序之一，請點按下方連結或掃描 QRcode 填寫、提交：<https://forms.gle/yQuRH7DVaXvhxgRcA>
2. 工作坊用書  
必備：鼓勵孩子邁向勇氣之路（2018）  
參考：1.教出有勇氣與行動力的孩子（2013）  
2.克服自卑的勇氣-從阿德勒心理學談教養（預定 2023 年 10 月出版）。



#### 七、報名方式：

- (一) 請於報名截止日 112 年 10 月 20 日(星期五)前逕行登入臺北市教師在職研習網站 (<https://insc.tp.edu.tw>)報名，並經行政程序核准後，再由學校研習承辦人於報名截止日前完成薦派報名。
- (二) 各期課程於報名截止後，以各學員於教師在職研習網登錄之電子郵件信箱寄送錄取通知，務請確認以上電子郵件信箱可正常收信，以免錯過重要資訊，並準時參加課程。
- (三) 為提供更多教師有參與課程的機會，活絡課程之實用性，遴選順序如下：
  1. 學校職務：高年級導師優先、其他年級導師次之，其他教師再次之。
  2. 參加次數：未曾參加過教師希望心坊學期間辦理之 18 小時或以上實體工作坊者優先。
  3. 填寫表單：填寫各期工作坊之線上參加動機與期待表單。
  4. 報名順序：學校端須在報名截止日前完成薦派報名作業（仍未額滿時，則先錄取參加次數最少者）。
- (四) 如有未盡之處，另行訂定遴選辦法。

#### 八、注意事項：

- (一) 研習地點:古亭國小。建請學員搭乘大眾交通工具前往研習場地。
- (二) 出/缺席：

1. 請假原則：參加研習之學員請準時出席，遲到或早退超過 20 分鐘以上者須請假 1 小時。
2. 請假取消：完成報名程序之學員倘因故無法參加，請於教師在職研習網/首頁最新公告(免登入)/下載並填妥取消研習表後，掃描寄至本中心研習承辦人電子信箱，逾期或程序未完成仍以無故缺席登記。如為研習當日突發事件，亦請於 3 日內完成補假程序。

九、錄取公告：遴選完畢後，將透過臺北市教師在職研習網寄發錄取通知，亦可進入該網站「研習課程」下之「報名進度查詢」中確認。

十、研習時數：全程參與者，依課程規劃核發 24 小時研習時數，請假時數超過研習總時數五分之一(5 小時)者，不核予研習時數。

十一、聯絡方式：陳瑞霞研究教師，連絡電話：02-28616942 轉 223，專線：02-28616531，  
傳真：02-28611119，電子信箱：vf2086@gov.taipei。

十二、研習經費：由本中心研習經費項下支應。

十三、其他：本課程實施計畫陳奉本中心主任核可後辦理，修正時亦同。