

115 年 桃園市教師支持方案 04-06 月 教師線上研習課程一覽表

時間	講師	主題	研習時數與 全教網課程代碼
115.04.17 (五) 18:30-20:30	馬學穎 諮商心理師	優雅轉身：心理師教你與家長拉開 安全距離	2hrs / 5536020
老師們通常夾在「學生狀況」與「家長期待/壓力」之間，常常感到精疲力竭和超出負荷、被迫承接情緒，且擔心處理不好會被告或被投訴。想要好好的維持人我界線但又能夠讓家長、學生和自己都能夠接受，是一個需要練習的過程，本主題結合講師過去在校園內與家長、導師、學生等不同角色溝通的經驗，協助各位老師們以保護自己為出發，學習減少內耗和提升親師溝通效率			
115.04.24 (五) 18:30-20:30	曾永富 社會工作師	拒學的糾結與解方-談拒學生態系統 的處遇與合作之道	2hrs / 5536026
拒學，是一個業力引爆的結果，當拒學發生時，往往對學生、家庭和學校產生極大的衝擊。學生不願踏進學校、家長無法推出家門、學校為難又束手無策，讓系統中的每個人焦慮又挫折，並且形成困住又動彈不得的三角關係。透過本講座，將釐清拒學在生態系統中的本質與樣貌，分享如何為拒學生和家庭設計量身訂做的介入性輔導策略原則，並且建立系統之間的合作關係。			
115.05.07 (四) 18:30-20:30	莊鑫奇 諮商心理師	讀繪本，讀懂孩子——從繪本理解特 殊孩子的世界	2hrs / 5536031
繪本的畫面及象徵是理解特殊孩子內心的橋樑。透過讀繪本，改善相處之道、促進師生關係。繪本可以當作跟班級談心、對話的材料。一起討論繪本，拉近師生距離、提升班級凝聚力。繪本也是幫助家長理解孩子的媒介，有了繪本，讓親師溝通更順利。邀請你來讀繪本，學習運用繪本與孩子、家長互動。			
115.05.26 (二) 18:30-20:30	劉宇庭 諮商心理師	抗壓心視角：覺察、彈性、韌性與 壓力調適	2hrs / 5536036
我們對「抗壓性」的想像經常是「要撐住」，但長期的「撐住」往往反而造成身心更多的耗損。透過了解情緒覺察、心理彈性跟韌性的概念，我們可以試著認識影響抗壓能力的保護因子，建立更健康且均衡的自我照顧方式，提升面對壓力時的調適空間與回應彈性。			
115.05.27 (三) 18:30-20:30	林忻 諮商心理師	讓我們更靠近：解鎖伴侶互動，點 燃親密溫度	2hrs / 5536045
透過故事分享、議題互動、影片討論，並穿插體驗小活動等方式，帶領參與者一同對伴侶關係中的自我有所認識。 我們將一方面覺察伴侶互動中常見的惡性循環與本能性的依附需求，另一方面也學習如何在關係中創造正向回應與支持，為彼此增添溫度。透過這些探索，協助參與者更理解自己與伴侶的需求與互動模式，並在過程中找到安頓自己的方法，同時發現讓親密關係持續升溫的小契機。			

115.06.04 (四) 18:30-20:30	鄭人宜 諮商心理師	覺知，啟動一談自我情緒與調節	2hrs / 5536053
我們身處的環境越來越艱困，日常生活也每況愈下，家長和學生的狀況也越來越多元，讓人侷促不安。在繁忙教學現場中，有時不小心就情緒失控，情緒失控帶來的影響，有時甚至比事件本身更不容易處理，在這堂課中會陪伴大家辨識身心容納之窗，並運用簡單的方法建立專屬的情緒調節資料庫，讓身心回到舒適、平穩的狀態。			
115.06.08 (一) 18:30-20:30	許家菁 諮商心理師	看見行為背後的求救訊號：以 SEL 核心知能強化自傷防治與處遇	2hrs / 5536057
講座結合 SEL 社會情緒學習架構，協助教師辨識學生行為背後的「求救訊號」。透過情緒冰山理論與愛之語應用，提升教師在第一線的危機覺察能力，並掌握溫暖且專業的處遇溝通技巧，在法規通報之餘，更精準接住孩子的需求，共同築起校園生命的守護網。			
115.06.10 (三) 18:30-20:30	林沛辰 諮商心理師	青春正 young：青少年正向親職教養大補帖	2hrs / 5536063
講座內容將正向心理學融入親職教養，打造正向循環，創造關係中的幸福感與正向連結，包含：1.理解正向心理學的相關概念；2.學習運用正向心理學的觀點來進行教養與教育；3.鍛鍊具備正向親職教養的知能。			
115.06.16 (二) 18:30-20:30	劉宇庭 諮商心理師	擺脫冒牌者症候群：欣賞與珍惜自己的練習	2hrs / 5536067
越努力投入，卻反而越難肯定自己，無法停止內在的焦慮與懷疑，感覺「永遠不夠好」，這種「冒牌者」感你有嗎？ 透過介紹冒牌者症候群的概念與自我檢核，認識可能的思考模式與內在信念，並分享可嘗試的調適方法，來協助教師在專業角色中建立較穩定的自我評價，學習看見自身的努力與價值，在面對挑戰時不再只剩下焦慮與自我懷疑。			
115.06.26 (五) 18:30-20:30	翁宇津 諮商心理師	在遊戲中看見孩子：打造「安全感先於表現」的情緒支持地基	2hrs / 5536069
在追求認知學習與常規表現的幼兒園現場，孩子真正需要的成長基石，是那份「我被看見且安全」的心理地基。本課程結合《看我玩吧！》(Watch Me Play!) 的實務精神與遊戲治療核心觀念，帶領教師從「內在定錨」出發。 我們將探討如何透過高品質的遊戲陪伴，解讀孩子在玩具與肢體間發出的「吶喊」。課程將不只是傳授互動技巧，而是協助教師建立「容器般的內在」，學習以描述性回應取代評價，讓孩子在被充分理解的安全感中，發展自我調節能力。當老師穩定，教室便能成為一個容許錯誤、支持探索的空間，讓孩子不必急著長大，而是在穩固的依附關係中自然綻放。			

報名網址：<https://forms.gle/WqYFCFgp3oHgPT6p7>



報名 QR code