

教育部教師諮商輔導支持中心
114 年度「雲支持」線上講座實施計畫

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、提供教師自我探索與關係整合之團體輔導服務。

參、辦理單位：

- 一、主辦單位：教育部。
- 二、承辦單位：教育部教師諮商輔導支持中心（以下簡稱本中心）。

肆、「雲支持」線上講座簡介：

教師在學期間時常需要面對教學場域和生活的變動，本中心特別於母親節的暖心感恩時刻，推出 2 場線上講座，為教師們在學期中充電與蓄積能量。

114 年度上半年雲支持系列講座，主要針對「親職教養」及「身心平衡」主題進行規劃，邀請經驗豐富的心理師，從心理學出發回應身心需求，期待為教師們送上療癒內在的溫暖舒心的時刻。邀請教師們挑選符合需求的講座主題，給自己一段專屬的自我照顧時光，保養心理健康，充電再出發！

講座名稱	日期	帶領者	人數
身體的訊號：從神經可塑性談自我療癒	4 月 29 日（週二） 晚上 18：30-20：00	林紀宇心理師	80 人
鄉愁-家庭關係愛與礙、結與解的流轉	5 月 05 日（週一） 晚上 18：30-20：00	陳莉芹心理師	80 人

伍、錄取原則與順序：

- 一、教育部主管高級中等以下學校教師為優先。
- 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：即日起開放報名至 4 月 18 日（週五）早上 9 點為止，並視實際報名狀況保留報名時間之調整權利。名額有限，報名欲速。
- 二、報名方式：採網路報名，請參閱附件一場次介紹，並至報名連結 <https://www.surveycake.com/s/PgN2A> 或掃描海報 QR code 報名。
- 三、注意事項：
 - （一）本中心依第伍點審核通過後將寄送錄取通知，收到通知後請最遲於活動前兩天回覆參與意願，逾期視同放棄報名。成功遞補者最遲將於活動前一天以信件或電話通知。
 - （二）活動如有更動或名額釋出，將另行公告，敬請留意本中心網站。
 - （三）為使活動準時進行且不被打擾，敬請事前確認線上資訊設備及網路品質並準時上線；為維護學員權益，不接受臨時報名或旁聽，敬請見諒。
 - （四）依據教育部教師諮商輔導支持中心設置要點第七項，本中心不提供任何形式的證明文件與時數。
 - （五）報名教師若有下列任一情事，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。

柒、聯絡窗口：

承辦單位：教育部教師諮商輔導支持中心

講座報名及相關資訊諮詢，請洽詢曾昶文專任諮商心理師。

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

捌、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，教師全程免費參與。

玖、其他：

本計畫若有未盡事宜，將另行公告補充之。

附件一 114 年度上半年「雲支持」線上講座詳細介紹

時間與主題	課程介紹	講師資歷
114/4/29 (週二) 18:30-20:00 【身體的訊號，從神經可塑性談自我療癒】	這場講座中，您可以了解日常與教學的壓力如何影響身體，探索神經可塑性帶來的療癒力量。講座中將透過正念練習（如正念呼吸）的學習調節自律神經，改善壓力反應，並提升心跳變異率（HRV）。 在母親節這特別的時刻，讓我們照顧與關愛自己和家人，透過更瞭解自行可調節的身體狀態與技術，應用於日常生活和教學中，達到身心和諧。	林紀宇臨床心理師 (慈恩心理治療所) 現職:台灣生理與神經回饋學會理事、台南市臨床心理師公會理事
114/5/05 (週一) 18:30-20:00 【鄉愁-家庭關係愛與礙、結與解的流轉】	小時候從家中往外眺望探索，我們開始探索世界與認識自我。隨著成長，家庭成為愛與被愛的來源，體會親情的親近與疏離、期待與失望、相愛與矛盾。成年後，角色變化帶來的挑戰和生命中的失落教會我們如何安頓心靈，與家庭建立深厚連結。 在這講座中，我們將學會在失落中尋找希望，讓心靈與家緊密相連。邀請您參與這場講座，找到內心的平靜與力量。	陳莉芹諮商心理師 (臺灣警察專科學校兼任心理師) 現職:家防中心合作心理師、少年觀護所合作心理師、臺北科技大學講師