# 115 年基隆市教師/教保服務人員支持方案 4-6 月線上研習課程一覽表

| 4-6 月線上研習課程 | | | |
|---|---|---|---|
| 時間 | 講師 | 主題 | 研習時數 |
| 115.04.22(三)<br>18:30-20:30 | 許家菁<br>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 | 2 小時 |
| 簡介：<br>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。 | | | |
| 115.04.28(二)<br>18:30-20:30 | 鄭人宜<br>諮商心理師 | 談愛情與關係：從相遇到相處的心理學 | 2 小時 |
| 簡介：<br>浪漫的愛情，其實是相當「現代」的產物。<br>在人類歷史的大部分時間裡，關係更多與生存、家族與社會結構有關，而不是怦然心動。<br>這門課將從「相遇、相識、相愛、相處」四個階段出發，結合心理學研究與生活中的愛情經驗，一起探索人與人之間是如何靠近、如何產生衝突，又如何在理解中重新連結。<br>在這個過程裡，我們也許會慢慢發現：愛情不只是找到一個人，而是在關係裡學會理解自己，也學會理解對方。 | | | |
| 115.05.06(三)<br>18:30-20:30 | 馬學顥<br>諮商心理師 | 性別平等實踐課：心理師教你如何與學生談「性」說「愛」 | 2 小時 |
| 簡介：<br>在校園現場，面對學生懵懂的仰慕、越界的玩笑，或對性與愛的直球提問，老師常在「尷尬」與「嚴厲」間左右為難。本課程將跳脫僵化的條文宣導，從心理學視角出發，協助老師建立性別敏感度。<br>我們將探討如何將性平教育轉化為溫暖的情感教育：當學生試探紅線時，如何建立健康的親密界線？當孩子困惑於愛與慾時，如何開啟不說教的深度對話？透過實務案例演練，心理師將帶領您掌握「談性不尷尬、說愛有深度」的溝通技術，讓性別平等不再只是法律規範，而是師生間建立信任、守護成長的心理防線。 | | | |
| 115.05.15(五)<br>18:30-20:30 | 吳柏昆<br>諮商心理師 | 職場霸凌的辨識與修復－讓我們都能好好的 | 2 小時 |
| 簡介：<br>職場霸凌不只是個人的事，更反映了系統的動力。很多時候，我們在不知不覺中成為了受害者、無助的旁觀者或是不自覺的加害者。本課程將探討霸凌的心理機制與職場的系統動力，當我們越能理解職場霸凌現場的樣態，我們就越能夠行動，讓職場更為友善。 | | | |
| 115.05.19(二)<br>18:30-20:30 | 黃暐筑<br>戲劇治療師 | 【當戲劇遇見 SEL】－打造教室裡的情緒實驗室 | 2 小時 |
| 簡介：<br>本次講座將帶領各位老師拆解「戲劇」這項教學工具，透過戲劇治療的核心理念，在教室裡建立一個「安全、可控、可暫停」的實驗空間，讓孩子在遊戲中學習社會情緒學習（Social Emotional Learning, SEL）。其中將分析如何運用角色、故事與替身協助孩子從創作中練習情緒及社會覺察、並透過觀眾視角及反轉劇本去練習人際衝突時的自我管理與決策。 | | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 115.06.05(五)<br>18:30-20:30 | 徐芸萱<br>諮商心理師 | 那些我們從關係中長出的自己－如何增進自我分化 | 2 小時 |
| 簡介：<br>我們身處在不同的關係之中，透過關係滋養了自己，也曾在關係中受了傷。如何吸取在關係中的養分，長出是其所載，且不卑不亢的自己，是我們終其一生的功課。願與你一起分享和討論這箇中藝術和智慧。 | | | |
| 115.06.12(五)<br>18:30-20:30 | 翁宇津<br>諮商心理師 | 無所事事的小木偶與野獸—當差異不再是例外：建構穩定與包容的教室風景 | 2 小時 |
| 簡介：<br>在教學現場，我們常遇見遊走在特殊生身分邊緣、仿佛活在異次元的「小木偶」，或是被情緒瞬間引爆、陷入對錯僵局的「野獸」。我們深信，「差異不是例外，而是教學的起點」。本場演講將帶領老師跳脫疑似特教學生「問題行為」的表象，轉向核心解析 「無聊感」、「二元對立思維」與邊緣學習功能的認知限制。<br>演講將從教師的「內在定錨」出發，強調在特教需求中，「穩定」遠比「效率」更重要。當老師能接納限制，才能為師生關係留下緩衝的空間。透過建立「可預測」的教室文化與結構化實務工具，我們將探討如何讓個別化支持成為教室的「基本配備」，而非額外負擔。這是一場關於環境調整、關係界線與尊重自主權的對話，因為當環境願意調整，孩子才有餘覽成長。 | | | |
| 115.06.24(三)<br>18:30-20:30 | 魏家瑜<br>諮商心理師 | 合作與張力：特教生校園系統合作的困境與因應 | 2 小時 |
| 簡介：<br>在普特合作的實務過程中，校園於協助涉及特教議題的學生與家長時，常面臨多重挑戰，校內系統合作亦可能出現溝通與協調上的困難，進而影響輔導、特教、導師與行政之間的合作關係。本課程將透過理論觀點的介紹與實務經驗的分享與討論，協助學校團隊理解合作困境背後的系統動力，並發展更有效的合作機制，以降低相關人員的耗損，共同回應實務現場的挑戰。 | | | |
| 115.06.29(一)<br>18:30-20:30 | 劉宇庭<br>諮商心理師 | 抗壓心視角：覺察、彈性、韌性與壓力調適 | 2 小時 |
| 簡介：<br>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。<br>透過了解情緒覺察、心裡彈性跟韌性的概念，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。 | | | |

- 報名網址：https://forms.gle/C1n4ZpHsfUgDkKT47
- 報名 QR code：