臺北市教師研習中心

**109**年度「教師心靈活水工作坊」（第**1**~**3**期）實施計畫

一、研習依據：本中心**109**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、研習簡介：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 期　　別 | 第**1**期 | 第**2**期 | 第**3**期 |
| 講　　座 | 王麗斐教授 | 蘇貞心理師 | 李素芬心理師 |
| 團體取向 | 情緒陶冶工作坊 | 禪繞畫紓壓工作坊 | 內在孩童探索與自我照顧工作坊 |
| 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 | **2**月**4**日-**2**月**6**日 | **2**月**4**日-**2**月**6**日 | **2**月**5**日-**2**月**7**日 |
| 週　　曜 | 週二至週四 | 週二至週四 | 週三至週五 |
| 班　　別 | 通勤班 |
| 時　　間 | **09:00**～**16:10**（午餐及午休時間**11:50**~**13:30**） |
| 地　　點 | 本中心教師希望心坊小團體活動區 | 本中心第二教室 | 本中心第一教室 |
| 時　　數 | **3**天**18**時 |
| 正　　取 | **16-20**人 | **16-20**人 | **16-20**人 |
| 自備物品 | 環保杯、筆記本、筆 |
| 自備耗材 | 無 | 代針筆、牛奶筆等寄發研習須知時一併公告 | 無 |
| 講　　義 | 無講義 | 提供講義PDF，現場不提供紙本 |
| 場地性質 | 地板教室，請評估身體狀況 | 一般教室，適合無法久坐地板者參加 |
| 專車資訊 | 研習員專車接駁起訖地點為「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是否有專車（或者專車數量及發車時間）。 |

五、報名日期：**108**年**12**月**15**日（週日）起至**12**月**31**日（週二）止；惟**1**年內未曾參加本中心**3**天（含）以上同性質工作坊且已完成報名手續者人數大於總錄取人數時，得提前截止報名。

六、報名流程

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 登入「臺北市教師在職研習網」完成報名 |  | 列印報名表，下載「參加動機與期待」表格 |  | 報名表依行政程序簽請核准，由學校承辦人員完成薦派 |  | 填寫「參加動機與期待」，以電子郵件寄至諮商室，完成報名 |

(一)「參加動機與期待」寄達本中心後，始完成報名手續；未填寄者無法確認報名期別，視同未報名。

(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、遴選方式

(一)本中心將依照報名者**1**年內（**108**年**1**月至**12**月）本中心**3**天（含）以上同性質工作坊錄取、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），由教務處核章後掃瞄成PDF檔或轉成圖檔(.jpg或.jpeg格式)，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」系統內暫停該員報名本中心各研習班之權利**3**個月。

(五)相關辦法如有未竟之處，另行依本次報名狀況修訂遴選辦法。

八、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，並於其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，透過臺北市教師在職研習網核給研習時數，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、其　　他：本計畫奉主任核准後實施，修正時亦同。