

## 臺北市教師研習中心

### 108年度「教師希望心坊教師自我成長工作坊」課程實施計畫

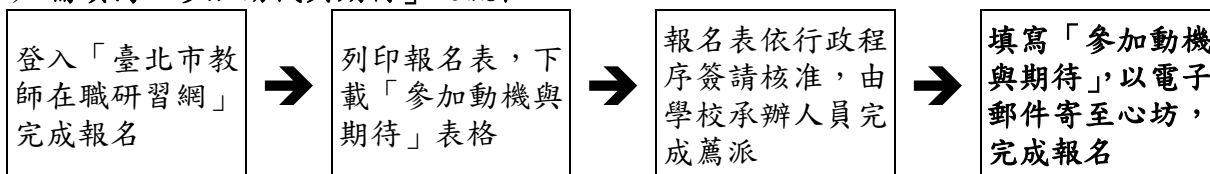
- 一、研習依據：依臺北市政府教育局107年9月27日第107-31次局務會議主席裁(指)示事項辦理。
- 二、研習目標：為有效協助臺北市教師紓解工作及生活上的壓力，辦理紓壓多元實務知及演練能課程，以提升臺北市教師教學與輔導效能。
- 三、辦理單位：臺北市教師研習中心。
- 四、研習對象：臺北市所屬各級學校(含附設幼稚園)教師，請各校承辦單位惠予參與教師公假派代。
- 五、研習人數：共計78人。
- 六、研習日期：108年12月3日(星期二)、108年12月6日(星期五)、108年12月20日(星期五)全天。
- 七、報名時間：即日起至108年11月26日(星期二)截止。
- 八、研習地點：本中心教師希望心坊(臺北市北投區陽明山建國街2號)。
- 九、研習課程：(課程若有更動以網路公布為準)

日期	時間	節數	課程內容	講座	人數
12/3 (二)	9:00-16:10	6	愛自己書寫坊	洪仲清臨床心理師	30
12/6 (五)	9:00-16:10	6	好情緒，師生更幸福	羅志仲老師	24
12/20 (五)	9:00-16:10	6	師生對話與溝通	羅志仲老師	24

十、研習方式：講授、書寫及體驗。

#### 十一、報名方式

- (一) 請於報名截止日前逕行登入臺北市教師在職研習網站(<http://insc.tp.edu.tw>)報名，並列印報名表經行政程序核准後，再由貴機關(學校)研習承辦人進入系統辦理薦派報名。
- (二) 本研習於報名截止後以各研習員於教師在職研習網中登錄之電子郵件信箱通知錄取，請自行列印研習通知並準時參加研習。
- (三) 需填寫「參加動機與期待」之流程：



1. 「參加動機與期待」寄達本中心後，始完成報名手續；未填寄者視同未報名。(「參加動機與期待」是帶團者在團體形成前，了解成員成長需求的重要依據。)
2. 「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」欄點選開啟瀏覽並下載。
3. 請將「參加動機與期待」以電子郵件附件形式寄到 [teacherhopebonding@gmail.com](mailto:teacherhopebonding@gmail.com)，心

坊收信後將回覆確認。

4.工作坊是完整的團體歷程，而非拼盤式課程。歡迎有把握**全天**參與的教師報名參加。

## 十二、注意事項

### (一) 報名事宜：

1. 備餐：本研習為一日課程，上網報名時請勾選葷/素食。
2. 專車：登記搭車人數達15人即予派車，相關專車發車資訊，請於臺北市教師在職研習網(<http://insc.tp.edu.tw/>)、本中心網站(<http://www.tiec.gov.taipei/>)最新消息查閱，或電洽輔導組：02-28616942轉221。
3. 錄取順序：本研習依照報名順序優先錄取(學校需在報名截止日前完成薦派報名作業)，如報名踴躍而致額滿，本中心得提前截止報名。
4. 出席：
  - (1)完成報名程序之研習員，倘因特殊緊急事件無法參加者，請於研習前3日於本市教師在職研習網最新公告中瀏覽下載，填寫「取消研習」表單，完成校內核章後，掃描或傳真到承辦人電子信箱中，依據辦理取消研習作業，逾期仍以無故缺席登記。
  - (2)為珍惜教育資源，經報名錄取人員不得無故缺席，如無故不出席亦未請假累計達三次者，將於「臺北市教師在職研習網」系統上暫停該員報名本中心各研習班之權利三個月。
  - (3)為尊重講座及研習同儕，參與研習請務必準時，以免影響課程進行。遲到或早退超過20分鐘以上者須請假1小時。另本中心不接受「現場報名」，以免影響講義、餐食等行政作業，敬請配合。

(二) 本研習之教材皆已備妥，請自備原子筆、筆記本等，當天請穿著**寬鬆衣褲**。

(三) 本中心備有哺集乳室，另如需無障礙設施、或其他需求者，請事前洽承辦人或當天生活輔導員。

**十三、研習時數：**各場次全程參與者核發6小時研習時數，請假時數超過研習總時數之五分之一(1小時)者，不給予研習時數。研習結束後，本中心將彙整研習員請假紀錄函送至研習員所屬學校，依權責列入差假登記之參考。

**十四、聯絡方式：**林舒悠研究教師，連絡電話:28616942轉240，專線：28616531，電子信箱：[teacherhopebonding@gmail.com](mailto:teacherhopebonding@gmail.com)。

**十五、研習經費：**由本中心研習經費項下支應，覈實核銷。

**十六、其 他：**本研習計畫陳奉本中心主任核可後實施，修正時亦同。