

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。

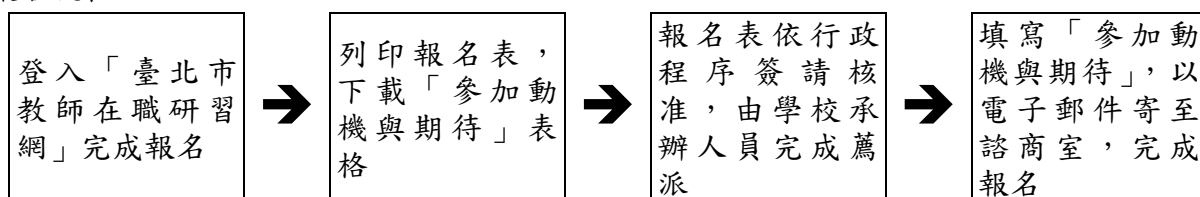
三、研習對象：本市公私立高級中等以下學校教師。

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



(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），由教務處核章後掃描成 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。