

國北心健中心/ 芳蘭心理諮商所

114 年基隆市教師/教保服務人員支持方案 9-11 月線上研習課程一覽表

時間	講師	主題	研習時數
114.09.25(四) 18:30-20:30	翁宇津 諮商心理師	青少年互動與溝通：半熟少年轉大人	2 小時
簡介： 這場講座將從自身的經驗出發，認識青少年的心理發展與其特質，落實在班級的同儕互動與班級經營。透過小練習與討論，將少年少女半生不熟的狀態連結到學校適應，提供教師判斷、連結正確資源、並在班級中營造國中孩子的歸屬感。			
114.10.14(二) 18:30-20:30	羅仁鴻 諮商心理師	情緒不勞動，家庭關係更自在—談情緒獨立與修復關係	2 小時
簡介： 在這場講座我會簡單介紹家庭系統理論，說明家庭裡的情緒是如何累積、卡住形成關係衝突，並介紹消化情緒的方法，練習發展情緒獨立的能力，於是我們能稍微不被關係裡的情緒卡住，隨心所欲自由的靠近，好好在一起，或不帶罪惡的離開，追求當下想要的目標，不論關係是近是遠，情緒或濃或淡，好的能量與情感，依然在心底～			
114.10.22(三) 18:30-21:00	徐藝溶 諮商心理師	解鎖創傷知情的視框—認識不同類型性創傷	2.5 小時
簡介： 我們的學生、身邊的親朋好友，甚至我們自己，都有可能經歷過不同形式的性暴力，包含性霸凌、性騷擾、性侵害等等。透過這場講座，希望讓大家認識不同類型性暴力帶來的影響，對當事人的狀態多一些理解，讓我們在自己或身邊的人有需要時，成為創傷知情的陪伴者。			
114.10.28(二) 18:30-20:30	鄭人宜 諮商心理師	《教師專用：神經系統自保指南》——在校園各種壓力中，找回連結與韌性	2 小時
簡介： 在校園，我們不只是教書，也在每一次人我互動中相互影響。 這場演講將帶你認識人際神經生物學：大腦如何在關係中「開機」或「斷線」？那些讓你想逃的時刻，其實有神經科學的線索；那些讓人忽然安心的瞬間，也有跡可循。讓我們在忙碌的校園裡，練習照顧自己，重新連結他人，一起打造專屬於我們的友善環境。			
114.11.07(五) 18:30-20:30	許豔秋 諮商心理師	孩子你要去哪？—如何協助青少年決定未來	2 小時
簡介： 青少年正值自我認同、建立自我價值觀時期，生涯上也面臨許多「做決定」的機會，父母及師長的看法具有相當的影響力，經常與孩子討論，可以讓孩子瞭解家長的期望，同時家長也能瞭解孩子的想法，相信孩子能表現理性的行為、做出明智的決定。			
114.11.13(四) 18:30-20:30	莊鑫奇 諮商心理師	用「小玩意」與孩子談心—透過玩偶、小物件促進親・師・生溝通	2hrs /
簡介： 學校的孩子有時哭哭、生氣好久；或者跟同學衝突不斷，身為老師的你怎麼關心都無效，只能著急又頭痛。那是因為幼兒及兒童的語言能力尚未成熟，因此，若有一些簡單物件的輔助，能讓孩子具體表達說不出口的話及情緒。 講座將分享「沙盤遊戲」的概念，以及運用玩偶、動物模型、小玩具、布巾等物件與孩子談心的技巧。包括讓孩子用玩偶說心事、運用動物模型釐清人際衝突；也可以透過物件讓家長更了解孩子，增進親師溝通。			

114.11.19(三) 18:30-20:30	魏家瑜 諮商心理師	情緒世界的螢光筆:從心智理論看兒童情緒發展	2 小時
簡介： 學齡前的兒童開始展現對世界的好奇與探索，除了身體快速成長外，此時也是孩子內在心智發展的重要關鍵期，但過程中非常仰賴大人心智的餵養。藉由大人的理解與回應，孩子能有更好的準備因應團體生活的挑戰，經驗發現新事物的樂趣，並逐步建立對挫折的消化能力。			
114.11.25(二) 18:30-20:30	徐芸萱 諮商心理師	職場防身術—預防霸凌人人有責	2 小時
簡介： 根據研究，一般人離職最常見的原因之一是人際關係困擾。如果溝通流暢，和主管同事相處和睦，彼此同心協力往共同目標邁進，相信大家都會珍惜這樣的職場。本場講座希望能協助大家透過小我營造職場關係，避免霸凌事件，以促進大我的和諧，創造友善的職場環境。			

- 報名網址：<https://forms.gle/LYeHXWc5igelaldN8>
- 報名 QR code：

