

## 屏東縣教師諮商輔導支持中心

### 111 年 11、12 月份教師心靈成長課程 計畫書

#### 一、目的：

透過心靈成長課程，提升教師心理健康相關知能，以促進教師情緒管理及人際關係等方面之心情調適，當教師面對新的挫折時，有應對之方式，得以紓解內在壓力、調節自身狀態，克服當前所遇困難。

#### 二、辦理單位：

- (一) 主辦單位：屏東縣政府(教育處)
- (二) 承辦單位：國立屏東大學社區諮商中心
- (三) 協辦單位：國立屏東大學教育心理與輔導學系

#### 三、參加對象與人數：

以屏東縣國小、國中及縣立高級中等學校現職專任/代理教師為主要參加對象，各場次預計 20 人參加。

#### 四、辦理方式：

##### 心靈成長課程

課程 時間	111 年 11 月 30 日 (星期三) 14:00~17:00	111 年 12 月 03 日 (星期六) 09:00~12:00
課程 主題	藝術療癒之流動畫舒壓體驗	五感舒壓之植藝手作體驗課程
課程 講師	陳靜玲 行政組員	王姿琇 社 工
課程 方式	實體課程 屏大林森校區	實體課程 屏大林森校區

## 五、預期效益：

- (一) 預計辦理 2 次，受益總人數為 40 人次。
- (二) 預計有八成以上的參加人員，對本活動的辦理給予正面肯定。

## 六、報名方式：

(一) 請至活動報名系統連結報名：

心靈成長-藝術療癒之流動畫舒壓體驗，即日期~11/25 前報名，滿班 20 位，額滿提前截止，報名網址：<https://forms.gle/ZDFH93tLNytN7UPF8>

心靈成長-五感舒壓之植藝手作體驗課程，即日期~11/25 前報名，滿班 20 位，額滿提前截止，報名網址：<https://forms.gle/qg3EpWru9kPpDP1f9>

(二) 聯絡人：屏東縣教師諮商輔導支持中心鍾小姐（電話：08-7212611，E-mail：[teachercoun.pt@gmail.com](mailto:teachercoun.pt@gmail.com)）