

## 教育部國民及學前教育署 函

地址：413415 臺中市霧峰區中正路738之4  
號

承辦人：李佩真

電話：04-37061538

電子信箱：e-p221@mail.kl2ea.gov.tw

受文者：國立東石高級中學

發文日期：中華民國114年3月28日

發文字號：臺教國署人字第1146000861號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如主旨及說明六 (A09030000E\_1146000861\_senddoc1\_1\_Attach1.pdf、  
A09030000E\_1146000861\_senddoc1\_1\_Attach2.png)

主旨：檢送教育部教師諮商輔導支持中心114年度上半年衷心工  
作坊實施計畫1份，請查照。

說明：

- 一、依高級中等以下學校教師諮商輔導支持體系設立辦法辦理。
- 二、本案係為促進與維護高級中等以下學校教師心理健康、增加對於教師支持輔助，並提升教師對其工作之勝任能力、提供教師全人成長、自我探索與關係整合之諮商輔導服務。
- 三、旨揭工作坊辦理時間自114年4月起，每月推出1場實體工作坊至114年6月，特別邀請國內具豐富實務團體經驗之學者專家帶領。
- 四、衷心工作坊錄取原則與順序：
  - (一)教育部主管高級中等以下學校教師為優先；
  - (二)以114年度首度報名教師諮商輔導支持中心(以下簡稱教支中心)團體諮商輔導服務之教師優先，視員額均衡錄



取。

(三)經衷心工作坊講師評估，報名者參與期待和活動設計與目標符合者。

五、旨揭工作坊採網路報名方式，每場次工作坊於正式活動日前3週將開放報名，報名連結將公告於教支中心官方網站 (<https://tcare.k12ea.gov.tw/>)，敬請留意最新消息；教支中心將視實際報名狀況，保留延長報名時間之調整權利。

六、檢附114年度上半年衷心工作坊宣傳海報1份。

正本：國立暨私立(不含北高新北臺中桃園五市)高級中等學校、各國立國民小學

副本：



依分層負責規定授權單位主管決行

# 教育部教師諮商輔導支持中心

## 114 年度衷心工作坊實施計畫

### 壹、依據：

- 一、高級中等以下學校教師諮商輔導支持體系設立辦法。
- 二、教育部教師諮商輔導支持中心設置要點。

### 貳、目的：

- 一、促進與維護高級中等以下學校教師心理健康。
- 二、提供教師全人成長、自我探索與關係整合之諮商輔導服務。

### 參、辦理單位：

- 一、主辦單位：教育部。
- 二、承辦單位：教育部教師諮商輔導支持中心（以下稱本中心）。

### 肆、衷心工作坊簡介：

衷心工作坊乘載祝福送予教師們，今年度上半年以【身心安頓】主題，邀請不同領域專長的心理專業人員開設系列工作坊，每個月提供半天的時光穩定陪伴教師，邀請教師在繁忙的學期中，為自己按下暫停鍵，聆聽自己的聲音、修整安放身心。

今年度上半年本中心將於 4 月開始，固定每月推出 1 場實體工作坊直至學期末，在心理專業人員帶領下，邀請您一同陪伴自己並學習自我照顧，各場次課程時間與帶領講師表列如下，詳細課程介紹詳如附件一：

日期	時間	帶領講師與活動主題
4/19 (週六)	13:00-16:00	張晨郁諮商心理師 身體與心靈的校正回歸～舒壓工作坊
5/17 (週六)	09:00-12:00	羅明榮諮商心理師 [藝術陪伴] 與自我安在，滋養內在生命力
6/21 (週六)	13:00-16:00	陳素晴諮商心理師 由身安心～陪自己化解壓力風暴與心傷

### 伍、活動地點：

國立臺灣師範大學圖書館校區教育學院大樓（臺北市大安區和平東路一段 129 號），確切場地將於錄取後另行通知，敬請務必確認收信暢通。

### 陸、講師介紹：

- 張晨郁諮商心理師（禾好心理治療所兼任心理師、訴心理諮商所兼任心理師），相關專業證照與訓練/經驗：國民小學教師（小檢字第 10400397 號）、完形心理治療、表達性藝術治療、心理劇。

- 羅明榮諮商心理師（吾心文教基金會諮商部門 諮商心理師），相關專業證照與訓練/經驗：青年活動企劃師（九四）青企師證字第 001 號、Associate Certified Coach, International Coaching Federation, USA.
- 陳素晴諮商心理師（話嶼心理諮商所專任心理師、臺中市家庭暴力及性侵害防治中心約聘諮商心理師），相關專業證照與訓練/經驗：壓力釋放練習 TRE® 認證引導師(Tension & Trauma Release Exercises) Certified Provider、TRE® Provider List-SU-CHING (Soma) CHEN, Psychologist、ASIA EFT:情緒焦點伴侶治療(EFT) 進階訓練課程結訓、人我調節取向身心整合創傷治療專業訓練初階結訓。

### 柒、報名方式：

請點入連結：<https://reurl.cc/vvW42e> 或掃描海報 QR code（請參考附件），瀏覽各場次團體簡介，並選擇有興趣的團體場次填寫表單報名。每場次於正式活動日前三週開放報名。

報名更新訊息或重要事項將公告於本中心官方網站（<https://tcare.k12ea.gov.tw>），敬請留意最新消息。本中心將視實際報名狀況，保留延長報名時間或提前截止之調整權利。

### 捌、錄取原則與順序：

衷心工作坊系列活動，限額 15 位名額。錄取原則與順序如下：

- 一、教育部主管高級中等以下學校教師優先。
- 二、以全程能參與活動之教師優先錄取為原則。
- 三、本年度首度報名本中心團體諮商輔導服務之教師優先，視員額均衡錄取。
- 四、經工作坊講師評估，報名者參與期待和活動設計與目標符合者。

### 玖、注意事項：

- 一、錄取及遞補：本中心將以電子郵件寄發第一階段錄取通知，填寫第二階段表單，方為正式錄取。若衷心工作坊系列活動開放遞補名額，亦將陸續發送候補通知信。
- 二、出席相關：
  - （一）取消報名：經正式錄取者，若無法出席或全程參與時，請務必於工作坊開始前三天寄電子信箱：[tcare\\_exe@ntnu.edu.tw](mailto:tcare_exe@ntnu.edu.tw)，並以電話通知本中心承辦人知悉，俾利遞補作業。
  - （二）請假：經正式錄取者，如欲請假，請務必於每一場次活動前三天寄電子信箱：[tcare\\_exe@ntnu.edu.tw](mailto:tcare_exe@ntnu.edu.tw) 或以電話通知本中心承辦人知悉。若中途無法完整參與或無故缺席者，將列為未來本中心服務報名資格審核依據。
  - （三）為利工作坊進行與維護學員權益，現場不接受臨時報名或旁聽，並請提前抵達活動地點準備。
- 三、依據教育部教師諮商輔導支持中心設置要點第七項，本中心不提供任何形式的證明文件與時數。
- 四、報名教師若有任一下列情事，將無法提供服務；經查證後，一律取消參與資格：

- (一) 經學校性別平等教育委員會調查屬實之校園性別事件行為人。
- (二) 經防制校園霸凌因應小組調查屬實之校園霸凌事件行為人。
- (三) 進入解聘、不續聘或終局停聘處理程序中之教師。

**拾、聯絡窗口：**

- 一、承辦單位：教育部教師諮商輔導支持中心。  
曾昶文 專任諮商心理師 (02)2321-1786 # 106  
電子信箱：[tcare\\_exe@ntnu.edu.tw](mailto:tcare_exe@ntnu.edu.tw)
- 二、如有報名疑問或需協助事項者，請洽詢本中心電話或電子信箱。
- 三、行前通知信及工作坊注意事項，於錄取後發送至 email 信箱，請務必確保信箱暢通；若有任何參與問題，請洽詢指定聯絡人。

**拾壹、經費：**

- 一、衷心工作坊之相關經費均由教育部國民及學前教育署委辦款項下支應。
- 二、教師參與全程免費，唯交通、住宿等相關費用需自理，本中心並未提供相關費用補助。

**拾貳、其他：**

- 一、如遇颱風或重大天災，將配合行政院人事行政總處公告辦理。
- 二、本計畫若有未盡事宜，將另行公告補充之。

附件一 114 年度上半年衷心工作坊詳細課程資訊

時間與主題	課程介紹	講師資歷
<p><b>四月場</b></p> <p>114/4/19 (週六) 13:00-16:00 身體與心靈的校正回歸~舒壓工作坊</p>	<p>邀請你與我們一起好好放鬆一回吧！ 你值得被溫柔呵護~適時地為自己留一段喘息的時間，讓身體與心靈校正回歸，以支持自己走得更長，更遠。</p> <p>本次工作坊將運用表達性藝術治療及心理劇等方式，陪伴你回到最純粹的內在空間，安頓身心，找回身心的和諧。</p>	<p><b>張晨郁諮商心理師</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 禾好心理治療所兼任心理師</li> <li>● 訴心理諮商所兼任心理師</li> </ul>
<p><b>五月場</b></p> <p>114/5/17 (週六) 9:00-12:00 [藝術陪伴] 與自我安在，滋養內在生命力</p>	<p>生活與工作讓人難有機會看見自己的內在狀態，帶著外在面具過日子漸漸忘記自己原本的樣子。</p> <p>本次工作坊將邀請成員們透過繪畫創作，探索內在自我，在彼此陪伴下，再一次成長。</p>	<p><b>羅明榮諮商心理師</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 吾心文教基金會諮商部門</li> <li>● 青年活動企劃師(九四) 青企師證字第 001 號</li> </ul>
<p><b>六月場</b></p> <p>114/6/21 (週六) 13:00-16:00 由身安心~陪自己化解壓力風暴與心傷</p>	<p>#平日生活有節、工作也感覺滿意的自己，為什麼莫名就提不起勁了？ #是否曾經或現正有股疲憊於你心中泛起？</p> <p>本次工作坊將與你一起認識自己的身心狀態和調節壓力的資源，並透過非語言分析的壓力釋放技術，輕鬆轉換身心狀態，促進能量的平衡與增長。</p>	<p><b>陳素晴諮商心理師</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 話嶼心理諮商所專任心理師</li> <li>● 臺中市家庭暴力及性侵害防治中心約聘諮商心理師</li> <li>● 國防部國軍心理衛生工作鏈結民間輔導資源計畫特約諮商心理師</li> </ul>



# 衷心工作坊

辦理地點：國立臺灣師範大學圖書館校區圖書學院大樓  
(臺北市大安區師大南路一段120號)

提供專業諮詢與穩定工作支持，邀請教師在繁忙的學期中，  
在50分鐘短暫停駐，以獲得自己的能量、調整與安撫。

## 4月 身體與心靈的校正回歸~

邀請專業師資 心理師 安撫身心 找回身心的平衡 **舒壓工作坊**

時間：4/19 (週六)，13:00-16:00

帶領者：張農郁諮商心理師 (禾好心理治療所主任心理師)

## 5月 [藝術陪伴] 繪畫陪伴 探索內在自我 彼此陪伴 共同成长

### 與自我安在，滋養內在生命力

時間：5/17 (週六)，09:00-12:30

帶領者：施明姿諮商心理師 (自心文教基金會諮商部門)

## 6月 由身安心~ 調整身心狀態 增進穩定 非暴力溝通 壓力釋放 從當下開始 陪自己化解壓力風暴與心傷

時間：6/21 (週六)，13:00-16:00

帶領者：陳嘉陽諮商心理師 (品賦心理諮詢所專任心理師)

- 報名方式：請至<https://reurl.cc/vvW42e> 或 掃描專屬QR code。
- 報名期限：報名次於活動目前下滿額即止。
- 因應教育部教師諮商輔導支持中心設置要點第七點，本中心不提供任何形式之禮遇及津貼。

