

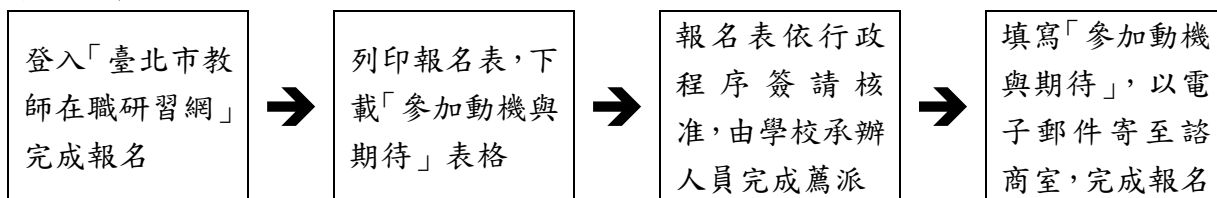
**臺北市教師研習中心 106 年度**  
**「教師心靈活水工作坊」(第 4~10 期) 實施計畫**

- 一、研習依據：本中心 106 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、各期工作坊簡介：

期 別	第 4 期	第 5 期	第 6 期	第 7 期	第 8 期	第 9 期	第 10 期
帶 團 者	成 蒂 心理師	伍淑蘭 心理師	汪淑媛 教授	余雪紅 老師	李開敏 心理師	陳德中 心理師	施如珍 心理師
團 體 取 向	家庭溯源 工作坊	自我療癒 心理劇 工作坊	夢與情緒 覺察 工作坊	聽身體 說故事 工作坊	面貌聚會 工作坊	正念減壓 工作坊	自我與 人我關係 工作坊
	各期團體取向介紹及帶團者簡歷，請登入「臺北市教師在職研習網」後，在本班次網頁「實施計畫」欄點選瀏覽。						
日 期	7/5-7/7	7/12-7/14	7/19-7/21	7/24-7/26	8/2-8/4	8/9-8/11	8/16-8/18
週 曜	週三至五	週三至五	週三至五	週一至三	週三至五	週三至五	週三至五
班 別	通勤班	通勤班	住宿班	通勤班	住宿班	通勤班	通勤班
時 間	09:00~ 16:10	09:00~ 16:10	09:00~ 20:20(7/21 至 16:10)	09:00~ 16:10	09:00~ 20:20(8/4 至 16:10)	09:00~ 16:10	09:00~ 16:10
地 點	本中心第四教室						
時 數	3 天 18 時	3 天 18 時	3 天 24 時	3 天 18 時	3 天 24 時	3 天 18 時	3 天 18 時
正 取	20 至 24 人	16 至 20 人	10 至 12 人	20 至 24 人	12 至 16 人	16 至 20 人	12 至 16 人
專 車 資 訊	為響應節能減碳及撙節公帑，本中心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 ( <a href="http://insc.tp.edu.tw/">http://insc.tp.edu.tw/</a> ) 或本中心網站 ( <a href="http://www.tiec.gov.taipei/">http://www.tiec.gov.taipei/</a> ) 最新公告欄，了解班次多寡及發車時間。						

五、報名日期：即日起至 106 年 6 月 3 日 (週六) 止。

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，了解成員特質與需求的重要依據，對團體歷程及成效均有正面意義。)
- (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」欄點選開啟瀏覽並下載。
- (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

[idea@tp.edu.tw](mailto:idea@tp.edu.tw)，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、遴選排序及遞補方式：

(一)本中心將依照報名者 1 年內(105 年 7 月至 106 年 2 月)心靈活水工作坊錄取、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電子檔，再寄到 [idea@tp.edu.tw](mailto:idea@tp.edu.tw)，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」系統上暫停該員報名本中心各研習班之權利 3 個月。

(五)相關規定如有未竟之處，另行訂定遴選辦法。

八、錄取公告：遴選完畢後，將透過臺北市教師研習電子護照寄發研習通知，並於臺北市教師研習電子護照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，透過臺北市教師研習電子護照核給研習時數，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、本計畫奉 主任核准後實施，修正時亦同。