

# 花蓮縣 111 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫

## 學生輔導資源中心學校（國中）實施計畫(第二場)

壹、計畫依據：教育部 111 年度友善校園學生事務與輔導工作作業計畫暨地方政府及各級學校辦理事項工作手冊

貳、計畫目標：

- 一、落實學生三級輔導機制，透過學生輔導網絡的合作，協助建置發展性、介入性、處遇性之輔導資源平台，提昇國中小輔導工作效能。
- 二、強化學校諮詢服務及連結教育、社政、警政相關專業資源，建立學生輔導網絡。達成橫向資源整合、網絡合作與相互支援的功能。依據本縣推動輔導體制實際需求，辦理教師輔導知能之研習，提昇教專業能力。
- 三、蒐集相關資訊軟體及輔導專業書籍期刊，提供各校參閱以提升教師專業知能。

參、主辦單位：花蓮縣教育處

承辦單位：花蓮縣自強國中

肆、組織職掌及業務內容：

職 稱	姓 名	職 務 分 工
校長	劉上民	督導中心學校之業務
輔導主任	楊季桓	負責籌劃及推動輔導體制中心學校工作
諮商組長	蘇聖雅	協助執行推動輔導體制中心學校工作
專任輔導教師	廖美惠、紀曉瑩	協助執行推動輔導體制中心學校工作

伍、年度工作期程表：111 年 1 月至 111 年 12 月

進程	執行時間	工作內容
1	1-2 月	訂定工作計畫，提供年度工作期程表
2	1-12 月	落實學生三級輔導機制，透過學生輔導網絡的合作，協助建置發展性、介入性、處遇性之輔導資源平台，提昇國中小輔導工作效能。
3	1-12 月	蒐集相關輔導相關教學資料、公佈並上網
4	1-12 月	採購輔導媒材，開放本縣教師借閱使用
5	5-8 月	研習線上報名開始
6	5-8 月	辦理三天研習，講師：待聘，研習地點：自強國中
7	12 月	彙整相關資料及相關執行成果

陸、參加對象：花蓮縣各國中小輔導教師、輔導主任、諮商(輔導)組長、社工人員、心理師，對於主題有興趣的老師，核准參加人員工（差）假，會後核予研習三天時數共 18 小時。

柒、報名：至全國教師進修網完成報名。<http://inservice.edu.tw/3637298>

捌、預期效益

- 一、透過學生輔導網絡的合作，協助建置發展性、介入性、處遇性之輔導資源平台，有效推動「友善校園學生事務與輔導」工作。
- 二、辦理研習，了解心理諮商多元模式取向，提昇國中小輔導工作效能。

玖、研習內容：詳如附件一

拾、本計畫函報教育部核定後實施，修正時亦同。

拾壹、珍惜研習資源，請報名後，務必全程參加。

【附件一】課程表

工作坊主題：正念抒壓與校園中的運用

講師：吳佩玲 社工師

時間	12/03 (六)
08:30~09:00	報到
09:00~10:30	主題一：介紹正念與正念的科學研究
10:30~10:40	茶敘時間
10:40~12:00	主題二：覺察身心的連結
12:00~13:00	午餐休息
13:00~14:30	主題三：壓力對身心的交互作用
14:30~14:40	茶敘時間
14:40~16:10	主題四：正念在校園運用 & 正念相關資源分享
16:10~	賦歸

## 【附件二】講師介紹

### 學歷與專業背景

- 現任：華人正念減壓中心 正念老師
- 學歷：國立台北護理健康大學 生死教育與輔導研究所 碩士畢業
- 專業背景：社工師（內授中社字第 0970702004 號）

### 正念受訓經歷

- 華人正念減壓中心：數次八周正念減壓課程，MBSR 進階課程，數次五日正念止語靜修營（2010~2021，台灣）
- 完成華人正念減壓中心 正念減壓(MBSR)師資培訓（2018-2019，台灣）
  - MB1 基礎觀摩培訓
  - MB2 練習與探詢基礎培訓
  - MB3 教學密集訓練
  - MB4 團體督導
- 英國 OMC：正念認知療法（MBCT）第 1~4 階師資訓練（2018，台灣與北京）
- 美國 Mindful Schools：正念教育師資訓練（2014，線上）
- 美國 CFM：正念減壓心身醫學七日專業訓練（mind-body medicine，2013，
- **正念授課經驗**
- 2013 年起，進校園把正念帶給學生，協助孩子穩定情緒、提升專注力與自我調節能力。面對的學生包括國小與國中，課程型態從 6 周至 12 週都有，迄今累計計約 6000 人次。
- 2014 年起，在華人正念減壓中心開辦【兒童正念夏令營】。
- 2017 年起，在華人正念減壓中心與 Moxa 基金會，正式開展【正念校園實作師資培訓】，每梯次的授課期間達 1.5 年。2021 年止，進行了第二梯次，計 50 位老師。
- 兒童/青少年之正念個別輔導。
- 教師、社工、親子、老人、自我照顧/創傷等講座和工作坊。