

臺北市教師研習中心

111 年線上饗宴～「聽見生命故事中的希望」系列講座

課程實施計畫

一、課程目的

引用正向心理學的”希望”理論，藉由聆聽他人分享走過的生命故事激勵自己，讓自己擁有新的動力。在面對疫情衝擊、教學生態環境快速轉變等狀況下，能協助教師重拾教育熱忱、回歸初衷，再次啟動對教育的希望與活力。

二、課程對象/人數：臺北市所屬各級學校(含幼兒園)教師/60 人。

三、課程及報名截止日期：(每期 2 小時，共 4 期，分開報名)

活動期別	活動日期	報名截止日期
第 1 期	111 年 5 月 6 日(星期五)	即日起至 4 月 25 日(星期一)截止
第 2 期	111 年 5 月 13 日(星期五)	即日起至 5 月 2 日(星期一)截止
第 3 期	111 年 5 月 27 日(星期五)	即日起至 5 月 16 日(星期一)截止
第 4 期	111 年 7 月 22 日(星期五)	即日起至 7 月 11 日(星期一)截止

四、課程平台：線上課程 Google Meet 平台。

五、課程內容：(課程若有更動以網路公布為準)

課程簡介

在正向心理學中，把希望感及問題解決同列在正向心理學的範疇中。希望感會讓人有目標，並且相信自己能達成；一個有希望感的人，會發展對問題解決的策略及計畫，並付諸行動以達成解決問題的目標。許多研究亦顯示高希望感的人比低希望感的人在工作、生活表現、身體健康及心理調適等方面表現較好，依據希望感理論中成功的經驗回饋正向的情緒，提升教師未來面對問題時的希望改進和提高達成目標的機會。如果教育工作者能夠想到新的方法去追尋目標，自然會對自己的教學能力和未來職涯更加有信心，有動力去突破困境、探索更多的可能性，強化路徑思考的能力。

第 1 期		河流轉彎之處：生命的新學習		課程時數	2 小時	人數	60
日期	時間	時數	單元課程 / 內容		講座		
5/6 (週五)	13:30-15:30	2 小時	河流轉彎之處：生命的新學習		宋孜孜副教授 國立臺灣大學創新設計學院		
	課程簡介	一個未來學者/教育學者原本樂於以專業幫助人們看見框架、跳脫框架，沒想到她自己卻被突如其來的疾病經驗，逼著看見更多的框架。她將分享自身的經歷、對生命的回觀、以及對於教育的反思。					

第 2 期		多元的職涯思維		課程時數	2 小時	人數	60
日期	時間	時數	單元課程 / 內容		講座		
5/13 (週五)	19:00-21:00	2 小時	多元的職涯思維		黃素菲教授 輔仁大學心理學系兼任教授		
	課程簡介	網路興盛數位生活來臨，挑戰了傳統生涯思維，從體制化人生解放出來，創造出多變化、無邊界、斜槓式……生涯樣貌。沒定性是優勢，不確定是常態，跨領域是標配。怎要運用自己過去的生命故事所浮現的生命主題，或是淬煉出其中的實踐知識？自己的生涯發展，有受到過去哪些關鍵事件的影響嗎？我們怎樣運用自己過去的生命故事來錨定未來生涯？如何在教學、行政間的轉換？教學與行政之間要如何去兼顧？這些的議題需要更多元的來看待，面對退休生涯的焦慮、規劃，如何讓自己的第三人生更亮眼					

第 3 期		「曠野裡的微光 KIST：公辦民營學校的創業故事」		課程時數	2 小時	人數	60
日期	時間	時數	單元課程 / 內容		講座		
5/27 (週五)	19:00-21:00	2 小時	「曠野裡的微光 KIST：公辦民營學校的創業故事」		胡茵主任 前 KIST：拯民國小學習發展處主任、誠致教育基金會專案教師 宋婉榕教師 KIST：拯民國小教師		
	課程簡介	由誠致教育基金會經營的 KIST 學校在台灣已邁入第五年，去年出版第一本著作《編織孩子的未來》，記錄 KIST 夥伴這些年努力的痕跡。此次講座將邀請兩位 KIST 夥伴和大家分享教育創業歷程的酸甜苦辣。					

第 4 期		走過死蔭幽谷~~顧問經歷的豐盛體驗		課程時數	2 小時	人數	60
日期	時間	時數	單元課程 / 內容		講座		

7/22 (週五)	13:30-15:30	2 小時	走過死蔭幽谷~~顧問經歷的豐盛體驗	陳偉仁理事長 心又新關懷協會創會 理事長、台灣十大傑 出資訊人才、影像軟 體 PhotoImpact 原始 作者、臺灣第一家股 票上市軟體公司友立 資訊創辦人
	課程簡介	講者著有旅行詩篇、胖子尋寶、智慧之書的傳奇故事…。登山：吉力馬札羅主峰、聖母峰基地營、神山、富士山及玉山…等書籍。曾擔任心又新關懷協會創會理事長、伊甸基金會董事、晨曦會顧問及台灣世界展望會副會長。委身在不同的非政府組織（NGO），致力於「異象與願景導向的組織發展、成長及管理；參與式的培訓課程與主管個別輔導；團隊分工又合作的健康運作；打造組織健康文化與傳承建造」的專業顧問與講師。		

六、報名方式：

(一) 請於報名截止日前逕行登入臺北市教師在職研習網站

(<https://insc.tp.edu.tw>)報名，並列印報名表經行政程序核准後，再由學校研習承辦人進入系統辦理薦派報名。

(二) 各期課程於報名截止後，以各學員於教師在職研習網登錄之電子郵件信箱寄送錄取通知及線上課程的課前通知(如酷課雲教室訪問碼、相關注意事項等)，務請確認以上電子郵件信箱可正常收信，以免錯過重要資訊，並準時參加課程。

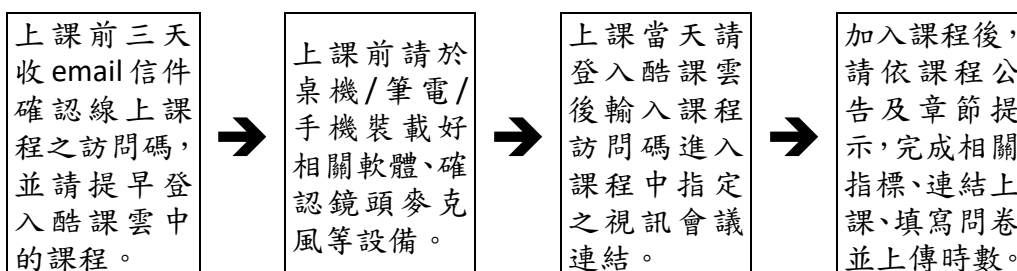
(三) 為提供更多教師有參與課程的機會，活絡課程之實用性，遴選順序如下：

- 1.參加次數：一年內未參加過教師希望心坊學期間辦理之相關課程者優先。
- 2.報名順序：學校端須在報名截止日前完成薦派報名作業(仍未額滿時，則先錄取參加次數最少者)。

(四) 如有未盡之處，另行訂定遴選辦法。

七、注意事項

(一) 登入方式：



(二)上課事宜

1. 請先自備含攝影機鏡頭和麥克風之筆電/電腦、智慧型手機。
 2. 出席
 - (1)完成報名薦派程序之學員，倘因特殊緊急事件無法參加者，請於課程前**3日** email 給承辦人，述明事由及學校、姓名。
 - (2)為尊重講座及課程同儕，參與線上課程**請務必準時加入，若超過 20 分鐘未能進入線上課程平台中，將取消加入當次課程中，以免影響課程進行。**
 3. 請在**獨立、安靜不受打擾的空間**裡參與課程。
 4. 為尊重您與其他學員的分享、隱私，**請不要錄音、錄影**，將其中的學習留在心中感動和實踐。
- 八、錄取公告：遴選完畢後，將透過臺北市教師在職研習網寄發錄取通知，亦可進入該網站「研習課程」下之「報名進度查詢」中確認。
- 九、研習時數：全程參與者，每期核發 2 小時研習時數。
- 十、聯絡方式：熊勤之組員，連絡電話：(02) 28616942 轉 221，傳真：(02) 28611119，電子信箱：ha_hsiung@mail.taipei.gov.tw。
- 十一、研習經費：由本中心研習經費項下支應。
- 十二、其他：本課程實施計畫陳奉本中心主任核可後辦理，修正時亦同。