

**臺北市立景美女子高級中學**  
**111學年第二學期高中優質化北二區暨前導學校Z計畫**  
**「引導反思培訓課程」教師增能工作坊實施計畫**

**壹、依據**

依據教育部國民及學前教育署109年12月7日臺教國署高字第1090148425B號令修正「十二年國民基本教育課程綱要前導學校暨機構作業要點」辦理。

**貳、目的**

- 一、提供系統性培力增能，促進教師專業成長及學校團隊精進動能，營造有利於創新與協作的學校文化。
- 二、將透過體驗教育模式藉由體驗與聚焦的引導反思，促進學習者增進知能、發展技能與釐清價值觀，帶領大家一窺戶外教育的獨特性與價值。

**參、辦理單位**

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：臺北市立景美女子高級中學

**肆、工作坊介紹**

認識體驗教育之知識架構與學習基礎引導反思技巧，參與者藉由直接性、目的性、具體的學習體驗來增進學習；教育工作者透過直接體驗與聚焦的引導反思，促進學習者增進知能、發展技能與釐清價值，將概念與技巧運用於實務工作與日常生活中。

**一、課程目標**

- (一)認識體驗教育之知識架構與學習基礎引導反思技巧。
- (二)認識焦點解決短期諮商的基本概念與技巧。
- (三)將概念技巧運用於實務工作與日常生活中。

**二、課程內容**

- (一)**體驗教育-基礎概念**：認識體驗教育基本概念、經驗學習圈。
- (二)**體驗教育-引導反思技巧**：學習引導反思帶領技巧(4F)，拓展問句與實際操作演練。
- (三)**動態反思-量尺多元運用**：運用量尺問句的概念技巧使抽象概念更能具體化。協助引導員與學員可以了解與評估自己的狀態程度為何。
- (四)**動態反思-反思道具運用**：反思道具創意發想，讓彼此的對話與思考上更加有樂趣性！
- (五)**焦點解決-概念與視野**：認識焦點解決短期諮商的精神內涵。
- (六)**焦點解決-引發內在力量**：學習讚美與問句技巧，提升學員對自我的自信心，並看見自我的優勢與力量所在。

### 三、講師介紹-廖婉汝講師

啟宗心理諮商所的諮商心理師、亞洲體驗教育學會 台灣冒險治療專業社群 ( TTAPG ) 委員。  
本身亦為亞洲體驗教育學會(AAEE)正引導員，具有豐富戶外教育引導經驗。

#### (一)經歷：

- 1.家事專業法官培訓課程-冒險輔導與治療方案體驗課程 講師
- 2.國防部心輔人員冒險治療研習 講師
- 3.亞洲體驗教育學會引導員認證課程培訓 講師
- 4.戶外領導中心-戶外引導員/戶外教育者培訓 講師
- 5.Leave No Trace 無痕山林高階教師培訓 講師
- 6.樹林中學高關懷戶外體驗教育自然探索系列課程 教師
- 7.新北市校外會超越自我冒險營 21 天野外課程(南二段) 指導員
- 8.尼泊爾安娜普納海外遠征登山暨服務學習方案課程 指導員
- 9.勵馨基金會安置機構登山冒險輔導課程 指導員

#### (二)講師個人專業證照：

- 1.諮商心理師 諮心字第004415號
- 2.亞洲體驗教育學會體驗教育正引導員證 2013正08
- 3.大鞍森林療癒引導員 2020鞍森字(全)A009號
- 4.Leave No Trace Master 無痕山林高階教師
- 5.丙級攀樹教練 攀樹教109042號
- 6.Wilderness Medical Associates ( WMA ) Wilderness First Responder(WFR) 高階野外急救證書字號WFR110011

### 伍、活動時間與地點

#### 一、研習時間：

112年3月11日(星期六)至3月12日(星期日) 09:00-16:00(08:30-09:00 為報到時間)。

#### 二、研習地點：

臺北市立景美女子高級中學(臺北市文山區木新路三段312號)。

### 陸、參加人員

- 一、北二區111學年度受高中優質化輔助方案以及十二年國民基本教育前導學校計畫輔助之學校。
- 二、111學年度前導Z計畫主題為「戶外教育」學校。
- 三、其他有興趣之教師。
- 四、每校至多2名，限額20名。

### 柒、報名方式與注意事項

- 一、報名表單網址：<https://reurl.cc/x1qLYN>

(建議以 Chrome系統複製貼上網址開啟，相關報名問題請洽詢臺北市立景美女中前導助理陳

思綺 jillian@cmgsh.tp.edu.tw (02)2936-8847#326)。

二、報名時間：112 年 2 月 20日(星期一)上午 09:00 至 112 年 3 月 2日(星期四)下午 17:00 分止。

三、錄取名單公告時間:112 年 3 月 3日(星期五)將公告於臺北市立景美女子高級中學校網站學校公告並Email通知錄取。

四、此次報名考量到區域性及團隊成員組成之符合性，報名資料由景美女中實研組審核，通過審核者將於會前收到景美女中實研組寄發Email之錄取通知信。

### 捌、經費來源

一、本案所需經費由本校111學年度「十二年國民基本教育課程綱要普通型前導學校計畫」經費項下支應。

二、參加人員請予以公(差)假並惠予課務(排代)，請服務學校(單位)惠予參加人員公差，往返差旅費及住宿費由原服務單位依規定報支。

### 玖、交通方式

◎本校地址：臺北市立景美女子高級中學(臺北市文山區木新路三段312號)

◎開車：(本校停車位有限，每校限停一台車為原則)

自行開車請走：

1. 辛亥路～木新路
2. 羅斯福路～興隆路～木新路
3. 羅斯福路～北新路～寶橋路～木新路
4. 北二高新店交流道～中興路～寶橋路～木新路



◎ 捷運轉乘：(至景美女中站下車)

捷運路線	捷運站(出站)	可轉乘的公車
文湖	辛亥	295、611、237(忠順街口)
	萬芳醫院	綠2、253、611、237(忠順街口)
	木柵	棕7、252、251、819
	動物園	793、綠1、611
松山新店	景美	252、671、251(區間)(實踐國小)
	七張	綠1、綠2、棕7、252、819、793、796
松山新店、環狀	大坪林	793、796、252、棕2
環狀	秀朗橋	793、796、綠2
中和新蘆	頂溪	綠2左
	景安	793、796、綠2右

拾、課程日程表：請參閱【附件】。

本計畫如有未盡事宜，將另行補充公告於本校網站。

拾壹、全程參加本研習人員，核給研習時數12小時。

#### 拾貳、防疫聲明

- 一、基於防疫考量，所有講師、學員及所有參與學校成員，若測量體溫超過37.5度則禁止參加工作坊活動。
- 二、本次報到時皆會量測體溫與手部消毒，參與人員請配戴口罩。
- 三、活動辦理期間所需測溫器及酒精消毒劑由團隊準備提供，口罩則請參與活動者自行準備。

#### 拾參、注意事項

- 一、為響應環保，本場研習無提供紙杯，敬請與會教師自備環保杯盛裝飲用水。
- 二、本工作坊，敬備午餐，請於報名表單填寫時，清楚標明葷素的飲食需求。
- 三、為響應節能，敬請與會教師盡量搭乘大眾交通工具前往本校參與研習活動。
- 四、本工作坊含實作活動，請參與者穿著輕便運動服裝出席活動，以方便活動進行。

# 臺北市立景美女子高級中學

## 111學年第二學期高中優質化北二區暨前導學校Z計畫

### 「引導反思培訓課程」教師增能工作坊實施計畫

日期：112年3月11日(星期六) 時間:8:30-16:00		
時間	活動內容	主持人/主講人
08:30-09:00	報到	景美女中戶外教育團隊
09:00-10:00	【體驗教育-基礎概念】	主講：廖婉汝 講師 助理講師:張詠雲 心理師
10:00-12:00	【體驗教育-引導反思技巧】	
12:00-13:00	午餐與休息時間	
13:00-16:00	【動態反思-量尺多元運用】	主講：廖婉汝 講師 助理講師:張詠雲 心理師

日期：112年3月12日(星期日) 時間:8:30-16:00		
時間	活動內容	主持人/主講人
08:30-09:00	報到	景美女中戶外教育團隊
09:00-10:00	【動態反思-反思道具運用】	主講：廖婉汝 講師 助理講師:張詠雲 心理師
10:00-12:00	【焦點解決-概念與視野】	
12:00-13:00	午餐與休息時間	
13:00-16:00	【焦點解決-引發內在力量】	主講：廖婉汝 講師 助理講師:張詠雲 心理師

\*本課程講師會視當日實際狀況與成員需求，做適當調整變化。