財團法人台北市任兆璋修女林美智老師教育基金會

2017「由覺己到知人—開展積極的人我關係」教師自我成長營

報名簡章

在現今二十一世紀的世代，教師面臨許多壓力，少子化的社會現象，對教師工作產生衝擊，同時也反映家長對孩子教育的殷切期待，間接影響親師關係的互動界線。現代教師不僅需處理龐大繁瑣的教學行政工作，亦需建立良好的師生關係，適時協助孩子改善行為問題，在工作之餘也需與家長保持密切聯繫，溝通親師合作，協助孩子在學習的道路上獲得更多的成長。基於上述種種壓力，教師的自我照顧格外重要，為幫助教師提升內在能量，任林教育基金會將於今年度辦理「由覺己到知人—開展積極的人我關係」教師自我成長營，期盼透過學習有效的自我覺察、人際同理與正向溝通，幫助教師開創更寬廣的心理空間，同時促進個人身心健康及家庭關係與師生關係的和諧，成就百年樹人的志業。

辦理單位：財團法人台北市任兆璋修女林美智老師教育基金會（簡稱任林教育基金會）

課程時間：2017 年 12 月 20 日至 2018 年 01 月 03 日

課程地點： 東海大學附設高級中等學校/三樓行政會議室
(臺中市西屯區臺灣大道四段 1727 號)

參加對象：現任職於公私立高中職、國中、國小及幼兒園之校長、主任與老師。

招生人數：25 人

研習費用：保證金 500 元
*報到時繳交保證金，全程參與者將於課程結束後全數歸還保證金，遲到 20 分鐘以上者列為缺席。

報名資訊：1.請上全國教師在職進修資訊網報名，代碼：2309520
或上基金會報名網址報名：
https://goo.gl/yxZfeU
或採書面報名，報名表填妥後請傳真(04)-2310-9533 報名表單 QR code
2.報名期間：即日起至 2017 年 12 月 15 日或額滿為止。
3.全程參與者將核給 18 小時研習時數，並頒發任林教育基金會教師自我成長營結業證書。
4.聯絡人：(04) 2310-9533 任林教育基金會台中學習中心 林社工、何社工

預期效益：

1. 教師能運用察覺圈習得自我察覺的方法，透過自我察覺陪伴自己，提升內在能量。
2. 教師能學習用察覺圈與正念觀照的方法處理情緒衝突，紓解情緒壓力。
3. 教師能運用我訊息與民主式意見表達，增進師生溝通與親師溝通的互動品質。

教師能學習同理自己與他人，增進覺己察人的能力，增進工作動力與生活品質。