

# 花蓮縣 112 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

壹、計畫依據：教育部 112 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：112 年 1 月至 112 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：蔡佩仁，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 2 天時數共 12 小時。

柒、報名：6/15-6/30 至全國教師進修網完成報名。

(<http://inservice.edu.tw/>) 代碼 3889454

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。

拾貳、參加人員，請攜帶自備瑜珈墊及大毛巾一條，穿著禪裝，有戴隱型眼鏡的，可以直接配戴眼鏡來，或是準備保存盒來替換。

【附件一】

花蓮縣 112 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫

學生輔導資源中心研習 課程表

講師- 蔡佩仁			
主題- 費登奎斯方法：安穩入睡和輕鬆起床的充電模式			
時間	03/17 (五)	07/06 (四) -補課	07/07 (五) -補課
08:30~09:00	報到		
09:00~10:30	動中覺察-睡姿的探索	動中覺察-如何變換姿勢	動中覺察-握手的方法
10:30~10:40	茶敘時間		
10:40~12:10	動中覺察-安穩熟睡的漸進	動中覺察-沖浪呼吸	動中覺察-清醒的節奏
12:00~13:00	午餐休息		
13:00~14:30	功能整合-傾聽呼吸	功能整合-末稍動作	功能整合-人造枕墊
14:30~14:40	茶敘時間		
14:40~16:10	功能整合-取代費力	功能整合-最省力的圖徑	分享提問與討論
16:10~	賦歸		

## 【講師簡介】

蔡佩仁，台灣台南人。2003年英國倫敦拉邦中心校長獎畢業，舞台經驗包括法國Ariadone舞蹈團專任舞者，他她它·工作坊創團成員，台灣優人神鼓及台原偶戲團。

2008年在荷蘭阿姆斯特丹完成為期四年的費登奎斯專業教師訓練，通過國際費登奎斯動作教育協會認可取得專業教師執照，2008年返台後為多位資深費登奎斯訓練師擔任現場口譯工作，其中包括 Mia Segal, Leora Gaster, Scott Clark, Ruthy Alon, Paul Ruben, Alan Questel, Arlyn Zones. 2019年在日本取得 Jeremy Krause Approach 特殊兒童執照，曾於冰島國家芭蕾舞學校、倫敦拉邦中心、英國舞蹈協會、台南藝術大學通識教育中心、台東大學身心學系、台北藝術大學舞蹈系、台北醫學大學通識教育中心、華山藝文中心、康伯拉思國際體研、123舞蹈空間、雲門舞集舞蹈教室授課，並針對表演藝術工作者、特殊需求孩童、及各領域之教育工作者，給予功能整合個案課程。

## 【費登奎斯 簡介】

### 費登奎斯工作坊：成為有能的自己

人與人之間的關係中，要能夠安心的依靠信任彼此，除了要能夠自己穩定得找到站得住的支點外，在任何一方失去平衡時，如何能夠安穩的承接對方，而且不影響自身的舒適度，是我們在這個工作坊裡會探索的主題。

在人類的功能性動作模式中，扛起一個物件，通常都是由肩膀扛起的，肩頸的工作量，常常被想成是個負擔，我們會運用費登奎斯的動中覺察課程練習 (Awareness Through Movement) 及功能整合 (Functional Integration) 的觸碰聆聽概念，來找到肩頸自由的來源。

當一個人的肩頸及整體關係都是自由的時候，應對任何改變的能力都會因為肢體及姿態上的彈性，而變得更靈活，這個反應的能力 (Response Ability) 合在一起，在英文裡即是責任感

(Responsibility)，在我們成為有責任感的人時，慢慢的也會有肩可靠了。

什麼是費登奎斯方法：

### 費登奎斯方法®(The Feldenkrais Method®)

是一種藉由動作來教導自我覺察跟開發潛能及功能的教育方法。此方法不僅僅與近二十年來才逐漸被肯定的腦神經可塑性(neuroplasticity)相謀合，也整合了許多身心學相關知識理論。這種身體再教育的方法，藉由一系列溫柔、創新的動作探索，重組大腦與身體間的連結，在改善動作品質時也影響情緒、感知與思維間相互影響的關係，並有著驚人的效果。