

臺北市教師研習中心

111 年雲端耘心工作坊～第 9 期

「自我連結與連結他人：薩提爾冰山對話全面解析、體驗與練習」 實施計畫

一、課程目的

(一)提昇自我覺察及自我照顧能力，增進自我身心整合與平衡，進而有效地關懷和提昇學生身心健康，達到全人輔導工作之目標。

(二)自身深層探索外，結合教學，規劃出適合學生的課程教案，落實生命教育。

二、課程對象/人數：臺北市所屬各級學校(含附設幼兒園)教師/24 人。

三、課程日期

項次	日期	時間	備計
第 1 次	111 年 10 月 21 日(星期五)	下午 1:30-4:10	本課程共計 18 小時。 (須全程參與)
第 2 次	111 年 10 月 28 日(星期五)		
第 3 次	111 年 11 月 04 日(星期五)		
第 4 次	111 年 11 月 11 日(星期五)	上午 9:00-12:00	
第 5 次	111 年 11 月 18 日(星期五)	下午 1:30-4:10	
第 6 次	111 年 11 月 25 日(星期五)		

四、報名日期:即日起至 111 年 10 月 5 日(星期三)截止。

五、課程平臺: Google Meet 平台。線上課程。

六、線上課程表:(課程若有更動以網路公布為準)

七、課程表/工作坊課程簡介:

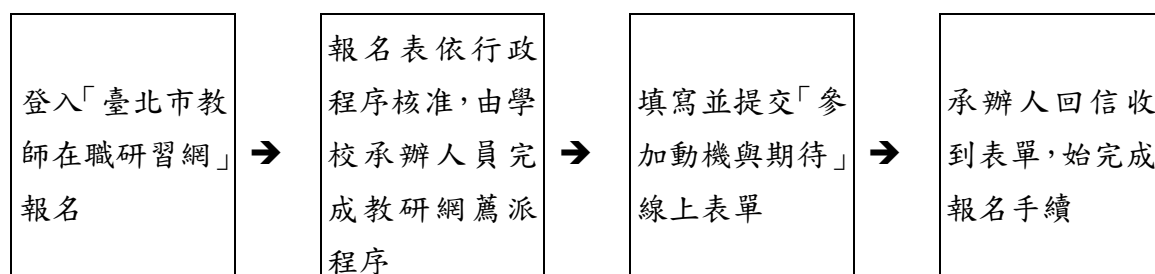
日期	時間	單元課程內容	講座
10 月 21 日	13:30-16:10	自我覺察： 薩提爾冰山模式、覺察自我的應對 姿態、感受、觀點、期待，並體驗 自我安頓與連結自我渴望。	臺灣師範大學文學博士、 學思達教育基金會創辦人 張輝誠 老師
10 月 28 日	13:30-16:10		
11 月 04 日	13:30-16:10		
11 月 11 日	09:00-12:00	冰山提問： 三種切入好奇的新路徑：(應對)感 受、期待與回溯，航向目標：渴望。	
11 月 18 日	13:30-16:10		
11 月 25 日	13:30-16:10	表達與核對： 冰山表達，表達觀點之外，學習表 達感受、期待和渴望，並且核對。	

張輝誠老師曾獲時報文學獎、九歌年度散文獎，著有多本散文集、繪本集、教育著作，薩提爾相關著作則有《教室裡的對話練習》、《家庭裡的對話練習：張輝誠的薩提爾實踐》，規劃《薩提爾縱深對話》等等。

張輝誠曾獲教育部教學卓越獎金質獎，2013 年 9 月開始提倡「學思達教學法」，是臺灣教育圈「隨時開放教室」第 1 人，5 年間超過全世界 6,000 位老師前來觀課；臉書「學思達教學社群」，目前有 7 萬多名老師、家長、學生、學者每天進行專業教學討論；又在誠致教育基金會的資助之下建立網路「學思達講義分享平台」(ShareClass)，打破校際藩籬，共享學思達教學講義；同時組建一百餘位學思達核心講師群團隊，在全臺灣各地辦理演講、工作坊，分享學思達教學法，更受邀至美國、新加坡、馬來西亞、汶萊、大陸、港澳等地分享，為華人世界的教育革新寫下新頁。

介紹薩提爾模式冰山理論的概念，以冰山對話為基礎，並深入內在冰山的認識與探索，提升自我與自我(自我連結，覺察自己，回應自己，身心得到健康與和諧)、自我與他人(從覺察自己，到體驗到尊重一個人、關懷一個人，對人寬闊的接納與愛，進而引導出他人的內在渴望與能量)的內在歷程的瞭解、安頓、連結與活化，進而瞭解自我與他人關係的互動、溝通模式。

八、報名流程



(一)完成網路報名薦派程序後，填寫並提交「參加動機與期待」線上表單，承辦人回覆收到表單始完成報名手續；未填寫並提交者視同未報名。

(二)「參加動機與期待」是帶團者在團體形成前，了解成員成長需求的重要依據，報名者請線上填寫表單，承辦人將依據您留下的電子郵件信箱回覆確認，線上表單連結如下：<https://reurl.cc/e0o3vx>。

(三)工作坊是完整的團體歷程，請先確認可全程參與再報名參加。

九、**遴選順序**：為提供更多教師有參與課程的機會，活絡課程之實用性，報名人數倘超過原預定錄取人數時，遴選順序如下：

(一)1 年內未錄取（110 年 1 月至 12 月）本中心 3 天（含）以上同性質工作坊者，曾錄取但因取消、請假、無故缺席者(視同已錄取並佔名額)不在此列。

(二)本課程講師將在課程中使用 Google 雲端簡報，讓參加的學員共同編輯，並由 8 位學員擔任主要操作者，有意願擔任者，將增加優先錄取機會(惟非保證一定錄

取)。若您有意願擔任，請於填寫「參加動機與期待」線上表單時註記，表單連結如下：<https://reurl.cc/e0o3vx>。

(三)如有未竟之處，將依本次報名狀況修訂遴選方式。

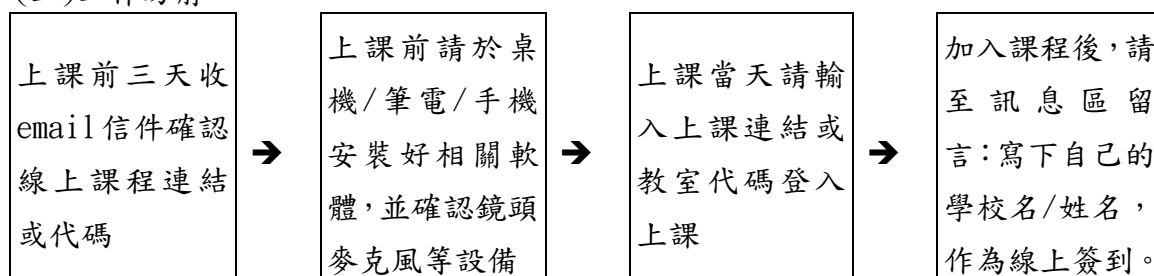
十、取消及請假

- (一) 研習取消：錄取學員倘因特殊原因無法參加，應於研習前 3 日告知本中心（表單請至臺北市教師在職研習網最新公告欄下載），經學校核章後掃描成 PDF 檔或轉成圖檔(.jpg 或 .jpeg 格式)，寄到 ha_hsiung@mail.taipei.gov.tw 辦理取消研習，以利遞補備取者；逾期仍以無故缺席登記。
- (二) 研習請假：如因不可抗力因素無法出席，應於 3 天內提出具體事由、填具請假單後（表單請至臺北市教師在職研習網最新公告欄下載），在工作坊上課前寄到 ha_hsiung@mail.taipei.gov.tw，始完成請假程序；逾期仍以無故缺席登記。
- (三) 為珍惜教育資源，錄取本中心各項研習如無故不出席亦未請假累計達 3 次者，將於「臺北市教師在職研習網」系統內暫停報名本中心各研習班之權利 3 個月。

十一、注意事項

- (一) 本課程於報名截止後，以各學員於教師在職研習網中登錄之電子郵件信箱寄送錄取、線上課程教室連結或代碼及相關注意事項等，請確認更新您的電子郵件信箱，以免錯過重要資訊，並準時參加課程。

(二) 工作坊前



(三) 工作坊中

1. 請準時加入線上教室：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，將取消加入當次課程，以免影響課程進行。
2. 課程規範：請預備安靜不受干擾的環境進行線上課程，課程中禁止錄音錄影，遵守講師約定之發言模式及課程心得繳交等規範。

(四) 工作坊後

1. 課程結束後，請依講師學習歷程設計模式，繳交 300-500 字學習心得。
2. 本工作坊結束後請繳交課程後回饋問卷。

十二、研習時數：研習結束後，得依實際參與狀況核給研習時數，惟請假時數超過研習總時數 1/5（3 小時）者，不核與研習時數。

十三、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。

十四、研習經費：由本中心相關研習經費項下支應。

十五、其他：本計畫奉中心主任核可後辦理，修正時亦同。