

臺北市教師研習中心 函

地址：112091 臺北市北投區建國街2號
承辦人：劉怡秀
電話：02-28616942分機240
電子信箱：bg3566@gov.taipei

受文者：臺北市立內湖高級工業職業學校

發文日期：中華民國114年1月14日

發文字號：北市師輔字第11460001321號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：教師支持陪伴第11期實施計畫1份 (35515500_11460001321_1_ATTACH1.pdf)

主旨：檢送本中心教師支持陪伴團體工作坊第11期實施計畫1份，請貴校轉知及鼓勵所屬教師報名參加並惠予公假登記，請查照。

說明：

一、依據本中心教師諮商輔導支持服務作業準則辦理。

二、本期工作坊藉由正念練習改善以往大腦的自駕模式，重新開拓腦內的新迴路，促進教師自我身心整合與平衡，提升職場與生活之幸福感，並將所學運用於學生身上，進而達到自我照顧及專業成長之師生雙贏目標。

三、對象、人數：臺北市所屬各級學校(含幼兒園)教師，24人。

四、時間：114年3月7日(五)、3月14日(五)、3月21日(五)、3月28日(五)、3月29日(六)，上午9時-下午4時10分，共5日，30小時。

五、上課地點：本中心（臺北市北投區建國街2號）。

六、報名截止日期：即日起至114年2月21日（星期五）。

七、支持陪伴工作坊是完整的體驗性團體歷程，而非拼盤式課

內湖高工 1140114



NSAA1146000598

程，歡迎確實能全程參與 30 小時的教師報名參加，課程內容、報名流程、遴選方式等相關事項請參考附件之實施計畫。

正本：臺北市政府教育局所屬公私立各級學校（含附設國立中小學及市立幼兒園）

副本：社團法人台北市教師會

電文
交換章
2025/01/14
12:30:31

裝

訂

