

114 年度教育部補助國立臺北教育大學特殊教育中心辦理 「治療舒壓的藝術-為己打氣-藝術治療的紓壓」研習實施計畫

壹、依據

教育部 113 年 12 月 26 日臺教學(四)第 1132805821C 號函 114 年度教育部補助大學校院特殊教育中心經費計畫。

貳、目的

- 一、藉由專業人員之講授，增進國小特教教師認識壓力對其身心健康的影響。
- 二、透過表達性藝術治療，協助學員自我探索、宣洩情緒及自我照顧，在創作與敘說中進行自我覺察，促進對個人生命經驗的整理及內在對話。
- 三、透過互動學習與交流，習得放鬆技巧及自我照顧概念，幫助與會學員改善生活品質，增強工作與生活的滿意程度。

參、辦理單位

- 一、指導單位：教育部
- 二、主辦單位：國立臺北教育大學特殊教育中心
- 三、協辦單位：國立臺北教育大學特殊教育學系

肆、時間、地點及參加對象

- 一、時間：114 年 7 月 15 日（星期二）09：00～16：00。
- 二、地點：國立臺北教育大學學生活動中心 406 教室
- 三、對象：輔導區新北市、基隆市、宜蘭縣國小特教教師優先錄取，未滿名額開放跨區報名，合計 30 名。

伍、報名方式

- 一、請於 114 年 7 月 1 日（二）前至全國特殊教育資訊網（研習報名/大專特教研習（開啟查詢->關鍵字：藝術治療））報名。新北市、基隆市、宜蘭縣國小特教教師優先錄取，未滿名額依報名先後次序錄取，保留刪除不符資格人員參加之權利，額滿為止。
- 二、報名時請務必再三確認個人資料填寫正確（含電子郵件）。
- 三、報名經審核錄取後，因故無法參加時請於 5 天前來電(02)2737-3061 或來信 action@tea.ntue.edu.tw 告知辦理請假。
- 四、主辦單位保留師資、內容、時段、參加資格審核等相關彈性調整及變更的權利，若有相關異動將會公告於全國特殊教育資訊網，恕不另行通知。

陸、注意事項

- 一、為尊重講師及與會人員，請準時入場。
- 二、本次研習僅對錄取學員進行研習時數核發，總計 6 小時。研習結束 15 日後至全國特

特殊教育資訊網檢閱時數。

三、考量因突發狀況導致研習需臨時變動，請學員們於活動前一天務必收 E-mail(留於全特網之 E-mail)或至全國特殊教育資訊網原報名介面之/緊急公告/詳閱，以了解研習變動相關最新訊息，如有未盡事宜，得隨時補充修正之。

柒、講師簡介

蔡宜芳 諮商心理師

(一) 現職：國中專任輔導教師

(二) 學歷：國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系諮商心理學組碩士

(三) 專長：親職講座、表達性藝術治療紓壓&自我照顧工作坊、自我肯定、原生家庭探索、情緒困擾、壓力調適、親密關係、人際議題、生涯探索

(四) 資歷：

臺北市立聯合醫院松德院區 精神官能症(7D)病房 全職實習心理師

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系 南天攜手輔育社督導、講師

各單位親職講座、造型氣球紓壓工作坊、自我肯定講座講師

《接住墜落的青少年》、《先陪伴，再教養》、《你這麼努力，為什麼還是覺得自己不夠好？》作者

捌、課程表

「治療舒壓的藝術-為己打氣-藝術治療的紓壓」課程表

時 間	主 題	主講人
08：30～09：00	報到	
09：00～10：30	情緒及壓力調適、創傷知情	蔡宜芳心理師 (10：30-10：40 休息)
10：40～12：10	藝術治療創作一	
午餐（12：10-13：00）		
13：00～14：30	藝術治療創作二	蔡宜芳心理師 (14：30-14：40 休息)
14：40～16：10	藝術治療創作三	
填寫回饋單 & 賦 歸		

玖、研習地點

學生活動中心 406 教室

