

臺北市教師研習中心

111 年線上饗宴～「聽見生命故事中的希望」系列講座

第 6-8 期課程實施計畫

一、課程目的

引用正向心理學的“希望”理論，藉由聆聽他人分享走過的生命故事激勵自己，讓自己擁有新的動力。在面對疫情衝擊、教學生態環境快速轉變等狀況下，期能協助教師重拾教育熱忱、回歸初衷，再次啟動對教育的希望與活力。

二、課程對象/人數：臺北市所屬各級學校(含幼兒園)教師/60 人。

三、課程及報名截止日期：(每期 2 小時，共 3 期，分開報名)

活動期別	活動日期	報名截止日期
第 6 期	111 年 8 月 5 日(星期五)	即日起至 7 月 22 日(星期五)截止
第 7 期	111 年 8 月 9 日(星期二)	即日起至 7 月 29 日(星期五)截止
第 8 期	111 年 9 月 14 日(星期三)	即日起至 9 月 2 日(星期五)截止

四、課程平台：線上課程 Google Meet 平台。

五、課程內容：(課程若有更動以網路公布為準)

課程簡介

在正向心理學中，把希望感及問題解決同列在正向心理學的範疇中。希望感會讓人有目標，並且相信自己能達成；一個有希望感的人，會發展對問題解決的策略及計畫，並付諸行動以達成解決問題的目標。許多研究亦顯示高希望感的人比低希望感的人在工作、生活表現、身體健康及心理調適等方面表現較好，依據希望感理論中成功的經驗回饋正向的情緒，提升教師未來面對問題時的希望改進和提高達成目標的機會。如果教育工作者能夠想到新的方法去追尋目標，自然會對自己的教學能力和未來職涯更加有信心，有動力去突破困境、探索更多的可能性，強化路徑思考的能力。

第 6 期		我在逆境中奮發向上的人生		課程時數	2 小時	人數	60
日期	時間	時數	單元課程 / 內容				講座
8/5 (週五)	14:00-16:00	2 小時	我在逆境中奮發向上的人生				張德銳 博士 臺北市立大學與天主教 輔仁大學退休教授 美國奧瑞岡大學教育政

				策與管理研究所哲學博士
	課程簡介	<p>每個人都是獨立的個體，也都有其獨特的人生故事。有的故事平凡，有的故事不平凡；有的旅程平順，有的旅程崎嶇。講者將其平凡、有些坎坷、追求真善美的人生故事分享給大家，也給臺灣教育發展做個見證，更盼望奮發向上、為教師專業奉獻的人生，帶給臺灣社會一些正面的能量。</p>		

第 7 期		盲人與法律人，生命的旅程		課程時數	2 小時	人數	60
日期	時間	時數	單元課程 / 內容		講座		
8/9 (週二)	14:00-16:00	2 小時	盲人與法律人，生命的旅程		李秉宏 律師 財團法人法律扶助基金會總會法務處律師		
	課程簡介	<p>因早產而失明的李律師，25 歲那年他以優異成績考取律師，成為臺灣第 1 位盲人律師；但這項成就得之不易，他從小經歷許多困難與挫折，大學畢業找不到工作，但憑著過人的毅力，通過困難的律師考試與身心障礙特考，雖然視障使得人生注定充滿挫折，但只要有堅持努力的目標，一定可以絕處逢生，即便視力障礙，依然可以透過雙手找世界。</p>					

第 8 期		120 公分的世界-礙與被礙之間的關係		課程時數	2 小時	人數	60
日期	時間	時數	單元課程 / 內容		講座		
9/14 (週三)	14:00-16:00	2 小時	120 公分的世界-礙與被礙之間的關係		李克翰 諮商心理師 GCDF 全球職涯規劃師 淡江大學教育心理與諮商研究所畢業		
	課程簡介	<p>李克翰在 23 歲時因為嚴重車禍，原本 184 公分的陽光帥氣、青春活潑大男孩，終身只能坐輪椅度日，將他從生命的頂峰推落萬丈深淵，而如今卻成為一位助人無數的心理諮商師。曾獲第 9 屆全球熱愛生命獎章的他，是如何走過人生低潮，讓我們一起聽聽他的故事。</p>					

六、報名方式：

- (一) 請於報名截止日前逕行登入臺北市教師在職研習網站
(<https://insc.tp.edu.tw>)報名，並列印報名表經行政程序核准後，再由學校研習承辦人進入系統辦理薦派報名。
- (二) 各期課程於報名截止後，以各學員於教師在職研習網登錄之電子郵件信箱寄送錄取通知及線上課程的課前通知(如 Google Meet 課程連結、相關

注意事項等)，務請確認您的電子郵件信箱可正常收信，以免錯過重要資訊。

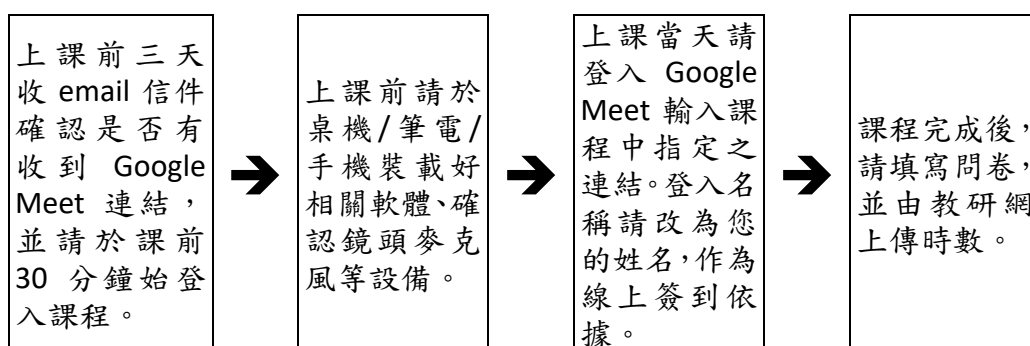
(三) 為提供更多教師有參與課程的機會，活絡課程之實用性，遴選順序如下：

- 1.參加次數：一年內未參加過教師希望心坊學期間辦理之相關課程者優先。
- 2.報名順序：學校端須在報名截止日前完成薦派報名作業(仍未額滿時，則先錄取參加次數最少者)。

(四) 如有未盡之處，另行訂定遴選辦法。

七、注意事項

(一) 登入方式：



(二) 上課事宜

1. 請先自備含攝影機鏡頭和麥克風之筆電/電腦、智慧型手機。
2. 出席
 - (1)完成報名薦派程序之學員，倘因特殊緊急事件無法參加者，請於課程前 3 日 email 給承辦人，述明事由及學校、姓名。
 - (2)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中，將取消加入當次課程中，以免影響課程進行。
3. 請在獨立、安靜不受打擾的空間裡參與課程。
4. 為尊重您與其他學員的分享、隱私，請不要錄音、錄影，將其中的學習留在心中感動和實踐。

八、錄取公告：遴選完畢後，將透過臺北市教師在職研習網寄發錄取通知，亦可進入該網站「研習課程」下之「報名進度查詢」中確認。

九、研習時數：全程參與者，核發 2 小時研習時數。

十、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。

十一、研習經費：由本中心研習經費項下支應。

十二、其他：本課程實施計畫陳奉本中心主任核可後辦理，修正時亦同。