

花蓮縣 106 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫

促進心理健康活動實施計畫

壹、依據

一、教育部 106 年度友善校園學生事務與輔導工作作業計畫暨地方政府暨各級學校辦理事項工作手冊辦理。

貳、目標：

- 一、引導教師從活動中，欣賞生命，關懷生命與服務生命。
- 二、促進教師心理健康與調適壓力之認知與實踐能力。
- 三、增加教師生活探索體驗機會，經由體驗活動，學習認識生命、尊重生命、豐富生命、熱愛生活進而創造美麗人生。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：教育部。
- 二、主辦單位：花蓮縣政府。
- 三、承辦單位：花蓮縣立宜昌國民中學。

肆、辦理方式：辦理三梯次減壓研習、生活體驗活動。

伍、實施時間：106 年 3 月 8 日、3 月 22 日、3 月 29 日下午 13:30~16:30

陸、實施對象：花蓮縣國中小教職員工

柒、參加人數：40 人

捌、課程內容：說演會客室之與大師朱德剛有約

時 間	3 月 8 日內容	3 月 22 日內 容	3 月 29 日內 容	主持人
13:20~13:30	報 到	報 到	報 到	宜中輔導室
13:30~13:40	主席致詞	主席致詞	主席致詞	陳校長玉明
13:40~14:30	說演初階訓練(一)	說演初階訓練(二)	說演初階訓練(三)	八斗喜說演班
14:30~15:20	說演初階訓練(一)	說演初階訓練(二)	說演初階訓練(三)	八斗喜說演班
15:20~16:10	說演實作與賞析	說演實作與賞析	說演實作與賞析	八斗喜說演班-
16:10~16:30	綜合討論與賦歸	綜合討論與賦歸	綜合討論與賦歸	宜中輔導室

拾、預期成效：

- 一、培養參與者能擁抱生命、促進心理健康與調適壓力之認知與能力。
- 二、引導參與者了解自己、人我、人與自然環境、人與社會文化關係。

拾壹、經費來源：教育部專款補助。

拾貳、獎勵：辦理各項活動表現優異人員，依本縣教育專業人員獎懲辦法敘獎。

拾參、本計畫函報教育部核定後實施，修正時亦同。