

臺北市 114 年度公私立高級中學友善校園學生事務與輔導工作系列活動
創傷知情輔導知能研習實施計畫

壹、依據

- 一、教育部 114 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫
- 二、臺北市 114 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫
- 三、臺北市 114 年度公私立高級中學學生輔導工作執行小組工作計畫

貳、目的

- 一、透過實務經驗與案例分享，理解創傷、辨識創傷、回應創傷、避免再度受創，拓展教師創傷知情的眼光和概念。
- 二、理解創傷對大腦及神經系統的影響，辨識創傷的反應，從中看見受創者的生存復原力，助人者、受創者與大眾都能創傷知情。
- 三、以身心容納之窗的概念，理解輔導工作中對身心狀態的觀察以及人我調節的重要性，協助教師與學生都能開始涵容與調節自己的能力，以期運用在實務工作中回應創傷。
- 四、介紹身心感官律動等身心資源在創傷治療中的重要性及運用，並協助學生累積調節的身心感官律動資源，並增進自我調節的能力。
- 五、協助教師本身具有觀察並調節自己的資源與能力，避免替代性創傷。

參、辦理單位

- 一、指導單位：教育部
- 二、主辦單位：臺北市政府教育局
- 三、承辦單位：臺北市立明倫高級中學

肆、辦理內容

- 一、參加對象：本市公私立高中職對研習主題有興趣之教師
- 二、研習人數：50 人
- 三、研習主題：創傷知情與身心調節
- 四、研習日期：114 年 6 月 20 日(星期五)9:00-16:00
- 五、研習時數：6 小時
- 六、研習地點：臺北市立明倫高級中學(臺北市大同區承德路三段 336 號)
- 七、活動流程：

時間	活動內容	主持人/主講人
8:40-9:10	報到	明倫高中輔導室
9:10-9:20	開幕式	洪金英校長
9:20-12:00	創傷知情 4R 理解創傷對身心及大腦神經系統的影響	蔡素玲心理師

	響。 從創傷反應看見受創學生求生存的復原力-辨識創傷	
12:00-13:00	午餐	明倫高中輔導室
13:00-14:00	回應創傷—介紹身心容納、自動調節、人我調節與自我調節	蔡素玲心理師
14:10-16:00	身心容納之窗與人我調節的概念運用於輔導工作（案例說明與小組演練）	蔡素玲心理師 明倫高中輔導室

八、課程內容：

- (一) 理解創傷知情的 4R 原則：理解創傷、辨識創傷、回應創傷及避免再度受創。
- (二) 了解什麼是創傷？創傷如何影響大腦及神經系統？面對創傷時，神經系統如何保護自己？介紹創傷反應包括戰鬥、逃跑、僵呆、麻木、解離、屈服、依附哭泣、討好…等，從求生存的反應中看見求生存的復原力。
- (三) 介紹身心容納之窗、自動調節、人我調節及自我調節的概念。
- (四) 介紹感官律動調節的身心資源在創傷治療中的重要性及運用，藉由實務經驗分享，小組練習，了解調節-連結-說明的原則，探討如何在實務工作中協助師生穩定身心，好好回應創傷，避免再度受創。

九、講座師資：蔡素玲心理師

蔡素玲，諮商心理師，目前為高中輔導主任。

現任：國立花蓮高中輔導主任

經歷：台北市立復興高中輔導教師

桃園縣立永豐高中輔導教師

台中縣私立大明高中輔導教師

華人創傷知情推廣團隊資深講師

運用身心調節輔具和談話陪伴創傷兒童、青少年、成人和長者，近三十年在校園中，致力於找到系統中各種助人者可以相互合作，借力使用不費力的助人模式…

是創傷療癒的實踐者，運用於個人、家庭與工作中…

伍、報名方式與注意事項：

一、請於 113 年 5 月 29(星期四)17 時前至臺北市教師在職研習網

(<https://insc.tp.edu.tw/>)報名，並完成學校薦派程序。依報名先後順序，額滿為止。

二、有任何報名問題請洽本校輔導室侯主任，連絡電話：(02)2596-1567 分機 161。

陸、經費：由教育部 114 年度友善校園專款補助及教育局年度預算相關經費項下支應。

柒、本計畫奉核後實施，修正時亦同。