國立馬公高級中學113學年度

心理健康輔導方案講座暨成長團體研習課程表

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 計畫名稱 | 113學年度教育部及國民學前教育署補助高級中等學校辦理校園心理健康輔導方案 | | | | | |
| 課程名稱 | 親職教育講座暨教師輔導知能研習－  **主題：「開悟力×韌性腦：突破壓力的心智進化指南」** | | | | | |
| 上課時間 | 114/3/15 星期六10:00~16:10 | | | 預定人數 | | 30人 |
| 上課地點 | 國立馬公高中 第一會議室暨團體輔導室 | | | | | |
| 參加對象 | 馬公高中全體教師與對主題有興趣之教師同仁及家長 | | | | | |
| 課程規劃 | **時間** | **分鐘** | **課程** | | **主持(講)人** | |
| 09:40-09:50 | 10 | 報 到 | | 輔導老師群 | |
| 09:50-10:00 | 10 | 校長致詞 | | 石校長仲哲 | |
| **10:00:-10:50** | **50** | **壓力與大腦** | | **楊紹民院長** | |
|  | 10:50-11:00 | 10 | 休息 | |  | |
|  | **11:00-:12:30** | **90** | **開悟力新知與體驗** | | **楊紹民院長** | |
|  | 12:30-13:30 | 60 | 休息用餐 | |  | |
|  | **13:30-15:00** | **90** | **開啟大腦最高抗壓潛能** | | **楊紹民院長** | |
|  | 15:00-15:10 | 10 | 休息 | |  | |
|  | **15:10-16:00** | **50** | **活化大腦韌性的練習** | | **楊紹民院長** | |
|  | 16:00-16:10 | 10 | 問題與回響/賦歸 | | 石仲哲校長&  楊紹民院長 | |
| 附註 |  | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |