

高雄市 12 年國教新課綱落實研習計畫

「共情的力量－五心對話工作坊」

一、課程目的：

十二年國教新課綱啟動，強調自主學習(自發)理念、互助共好(互動、共好)，除了課綱提到三大理念之外，開始強化「心的帶領」以及「體驗教育」的落實，也就是在教育過程中透過情境設計，帶領孩子連結內在感受與渴望，包括在教學過程中與孩子用心互動，傾聽、接納、陪伴、支持，幫助孩子找到內在潛藏優勢，適性引導、學習自主，最終實現全贏的教育理想，帶好每一個孩子。

為能呼應十二年國教新課綱的核心素養與生活態度養成需求，在教學過程中採「帶心的教育」為重點將大幅提升教育的實質效能。心教育發展協會提出非常有效且已證明其卓越效能的帶領方法，即所謂的「心教育五心法則」。所謂「五心」包括「接納之心、共情之心、醒覺之心、共好之心以及同在之心」，透過帶領者的有效引導，可以深入孩子的心，並引導孩子改變，進入真正的學習。

此「五心法則」的帶領過程，是在帶領者與孩子的互動與對話中逐步完成，而過程中將碰觸以及挑戰帶領者的「心」，包括其開闊的心胸、感受力以及共情心。這個有效帶領的步驟，需要帶領者深入學習才能進入有效的帶領，因此有兩天工作坊的規劃與執行。

二、課程特色

本課程的規劃與實際執行，結合了生命連結與引導的有效模式「五心對話」及在對話過程中自我內在的覺察與突破，是一個知性、感性兼具以及對外、向內並進的有效學習模式，過程中大量採用個案練習以及實作體驗的方式進行，歡迎有心突破自己、期待能建立與自己以及與外界更好連結的夥伴報名參與。

三、參與對象：

- (一)第一類學員：現職教育行政主管相關人員、公私立各級學校校長、主任、教師以及實習教師、幼兒園園長、教師、教保員，以及師資培育機構師生等。
- (二)第二類學員：教育與環境有關之社會團體志工或有心於教育與環境改進之社會人士。非教育/環境志工，或非投入教育協助工作的家長請勿報名。
- (三)參與學員限額50位（第一類學員優先錄取且名額至少40位），額滿截止。

四、研習日期及地點：

(一)研習日期：109年2月6、7日(星期四、五)每天上午8：30至17：30，為期兩天，合計14小時(每日上課時間詳如課程表)。

(二)研習地點：高雄市三民區東光國小三樓校史室(高雄市三民區黃興路206號)。

五、主辦單位：高雄市政府教育局、社團法人心教育發展協會。

六、承辦單位：高雄市立英明國民中學。

七、協辦單位：高雄市三民區東光國民小學。

八、課程費用：

(一)第一類學員：現職教育人員費用每人500元整。

(二)第二類學員：教育與環境志工或熱心教育協助的家長費用每人1,500元整。

九、參與課程規定：

(一)本研習不適合服用精神藥物或有情緒依賴、障礙，或需要接受諮商之個人參與，為保護參與個人，有以上精神狀況之學員請勿報名。

(二)本課程進行時將帶領學員進行心的覺察與轉換練習，需要學員在課程所有過程放下分析、放下評斷、全然聆聽、全程參與以及用心投入，學員將能因此而獲得學習效益。

(三)本課程經系統性縝密設計，學員須配合「準時報到、全程參與」。

(四)事先已知未能全程參與者請勿報名，已報名者若發現行程困難，請於課程進行前一週申請退出。

十、研習時數及結業證明：

全程參與本課程的學員將頒給課程結業證書，具現職教育人員身份者可協助登錄教師研習時數14小時。

十一、報名程序：

(一)請於109年1月17日(五)前完成線上報名。現職教育人員請至全國教師在職進修資訊網報名。非現職教育人員請前往心教育發展協會網站報名，報名網址如下：<http://www.sohe.org.tw/workshop/khh/index.html>

(二)報名後由課程工作團隊以電話連繫確認是否適合參加本工作坊。

(三)電話訪談並確認後，請於三天內匯款報名費至指定帳戶，以完成報名手續。本課程最後錄取以匯款完成為準，報名額滿時未完成匯款者將取消其報名資格。

(四)繳費方式：

1. ATM轉帳：第一銀行(代碼007)，帳號：221-10-035333。
2. 臨櫃匯款：第一銀行新店分行，戶名：社團法人心教育發展協會，
帳號：221-10-035333
3. 匯款後請致電心教育發展協會02-29101363會計余小姐，或sohe@sohe.org.tw
通知匯款帳號後四碼及金額以核對匯款是否成功。承辦單位將依匯款先後順序依序錄取，額滿截止。

- (五)電訪確認後未繳費視同報名未完成。學員可在報名列表中確認進度以及是否報名完成，任何疑問請聯繫心教育發展協會，電話：02-29101363歐祕書、會計余小姐。

十二、講師簡介：

陳善德(Alder)

◇心教育發展協會理事長、課程規劃及引導員

◇德仕國際有限公司負責人兼總經理

◇曾任台科大師資培育中心教育議題專題副教授級專家

◇高雄市政府教育局國中教育品質經營評鑑員培訓講師

◇推廣「全贏心教育」十八年，演講與研習逾八百場

◇曾任教育部幼兒園評鑑指標編修小組諮詢專家

◇曾任中華民國荒野保護協會常務理事

◇自然心靈成長工作坊創辦人

十三、研習課程表：詳如附表。

【附表】

高雄市 12 年國教新課綱落實研習計畫「共情的力量-五心對話工作坊」課程表
《第 1 天》

時間		課程規劃/主題	內容	引導員/講師
109 年 2 月 6 日	08:30- 08:50	學員報到登記	08:50 完成報到入場	志工
	08:55- 09:00	始業式		志工/心教育 發展協會
	09:00- 10:40	起點、五心概述	課程目的、課程說明、心情準備、 公同約定、志工介紹、組員互相認識	陳善德
	10:40- 11:00	休息 20 分鐘		志工
	11:00- 12:00	聆聽	練習及調整 - 三層次的聆聽、練習	陳善德
	12:00- 13:20	午餐/休息 80 分鐘		志工
	13:20- 14:20	接納之心	個案帶領 - 內在抗拒移除、個案	陳善德
	14:20- 14:30	休息 10 分鐘		志工
	14:30- 15:30	探索渴望	生命渴望、向內探索、個案	陳善德
	15:30- 15:50	休息 20 分鐘		志工
	15:50- 17:30	共情之心	對話練習 - 角色扮演、共情練習	陳善德
	17:30	課程結束		

《第 2 天》

時間		課程規劃/主題	內容	引導員/講師
109 年 2 月 7 日	08:30- 08:50	學員報到	08:50 完成報到入場	志工
	09:00- 10:40	競爭	生命選擇及學習、遊戲學習	陳善德
	10:40- 11:00	休息 20 分鐘		志工
	11:00- 12:00	醒覺之心	覺察生命盲點、個案示範	陳善德
	12:00- 13:20	午餐/休息 80 分鐘		志工
	13:20- 15:00	共好之心	典範引導 - 共好之心，對話練習	陳善德
	15:00- 15:20	休息 20 分鐘		志工
	15:20- 16:20	同在之心	對話練習及修正、意志力檢視	陳善德
	16:20- 16:30	休息 10 分鐘		志工
	16:30- 17:30	課程總結	課程回顧、意見回饋、證書、大合照	陳善德
	17:30	課程結束		