財團法人東海大學附屬高級中等學校113學年度中一區均質化

「『練愛』工作坊」實施計畫

壹、依據：東大附中均質化方案「113-5科博雅藝適性發展」。

貳、目的：

 一、讓教師透過工作坊，有系統的學習如何教導學生談情感的技巧與

 方法，並學習如何教育學生與他人談感情的界線。

 二、了解青少年的情感議題、增進處理與面對青少年情感教育的因應

 與處理、學習如何引導青少年經營平等的情感與親密關係。

參、主辦單位：東大附中

肆、承辦單位:輔導室

伍、工作坊內容與相關資訊：(詳細課程大綱如附表)

 一、研習主題：『練愛』工作坊

 二、參加對象：均質化合作學校及社區內國、高中教師有興趣之輔導

 教師15名參加。

 三、 研習日期：114年1月21日(二)、1月22日(三)

 四、 研習地點：圖書館閱覽室

 五、 研習時數：全程參加者核予十二小時研習證明。

陸、講師：郭雅真老師

 學歷：國立彰化師範大學輔導與諮商學系碩士

 現職：財團法人勵馨社會福利事業基金會特約講師

 台灣男性協會理事

柒、報名方式：請參加人員於請於114年1月3日(星期五)前至全國教師在職

 進修網登錄報名，報名網址：<http://inservice.edu.tw/>，

 研習代碼為： 4788866 ，以報名先後順序錄取。

捌、聯絡資訊：若報名上有任何問題，請來電洽詢。

 聯絡人李榮蓉小姐，電話04-23590269轉1703。

玖、注意事項：參與的成員請準備以下物品

 一、提供午餐，為響應節能減碳，請參加人員自備環保餐具及環保

 杯。

 二、東海大學入校停車費1小時30元，需自行繳費。

壹拾、經費預算：由東大附中113學年度均質化方案「113-5科博雅藝適性

 發展」項下經費支應。

壹拾壹、參加人員請依規定給予公差假，其往返差旅費由原服務學校依規

 定報支。

壹拾貳、本計畫陳校長核可後實施。

課程大綱

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 時間 | 單元 | 主題 | 目標 | 活動 |
| 1月21日星期二 | 9:00∣12:00 | 1 | 愛情金三角 | 1.認識愛情三元素2.靈活運用愛情三元素檢視自己愛情經驗 | 1.愛情大聯想2.愛情接龍3.愛情三元素4.愛情健診 |
| 2 | 愛情地圖 | 1.覺察自己的愛情發展路徑2.建立愛情需要的信念 | 1.愛情地圖2.關係花園3.愛需要學習 |
| 3 | 天菜情人 | 1.檢視愛情價值觀2.探討性別意識對愛情價值觀的影響，並重新框架 | 1.我的天菜情人單2.菜單檢視 |
| 13:00∣16:00 | 4 | 親密達人 | 1.了解約會的意義，發展更好的親密能力2.如何好好分手 | 1.人事時地物2.親密達人選拔賽3.夠好的親密品質4.分手信撰寫的練習 |
| 5 | 婚姻智多星 | 1.友善健康面對關係衝突的態度，建立適當的溝通能力 | 1.愛情願景2.衝突原因3.好好說愛我 |
| 1月22日星期三 | 9:00∣12:00 | 6 | 關於性我這麼談 | 1.學習以「故事情境引導法」帶領學生進行愛與性的探討。 | 1.收集好故事2.把故事說好3.適時按暫停4.如果你是他5.換成你是他 |
| 13:00∣16:00 | 7 | 男性情感教育 | 我在男性情感教育過程的看見1.男孩的性2.男孩的愛3.男孩的情緒 | 1.暖身活動2.一張牌3.分兩堆4.三張牌5.解鎖之後～很多張 |