

# 『心裡字療』心理師自剖的字療術---導讀班(教師場)

## 實施計畫

### 一、依據

教育部國民及學前教育署補助國民小學與國民中學推動閱讀作業要點。

### 二、目標

透過知名臨床心理師柯書林醫師於今年推出新著作---心裡字療，將其累積二三十年走動全國各層級校園所見所聞，以線上的形式，為收藏此書的教師們進行導讀，以期達成下列目標：

- (一). 帶領教師們以系統性、脈絡化的全景觀點深入剖析校園問題；
- (二). 協助教師、引導家長們因應世事萬變，繼輔以不同年齡層孩子最佳的教養心法；

### 三、講座簡介

柯書林心理師

#臺北市立聯合醫院北投門診部臨床心理師

#臺北市政府警察局兼任臨床心理師

#臺北市教師研習中心教師諮詢服務心理師

#本次線上讀書會「心理師的眼睛、心理師的單行道、心裡字療」三本書作者

邀請作者舒霖老師親自分享「心理師的眼睛、心理師的單行道、心裡字療」三本著書背景與歷程(參考附件書籍簡介)，特別是今年九月底剛上架的新書『心裡字療』，歡迎舊雨新知、各方親師生好朋友們揪伴來聽心理師自剖的心路歷程，以及如何透過文字書寫帶來療癒。

### 四、辦理單位

(一). 主辦單位：全國高級中等學校教育產業工會

(二). 承辦單位：臺北市瑠公國中、臺北市奧爾思全人教育學會

### 五、參加對象與人數

各階段別教師，每一場200人為限，為求成效，購書的教師書友優先錄取。

### 六、辦理時間

110年11月12日下午14:00~16:00。(報名截止日：110年11月4日)

時間	內容	主講
14:00~15:30	導讀	柯書林心理師
15:30~16:00	回饋分享與 QA	

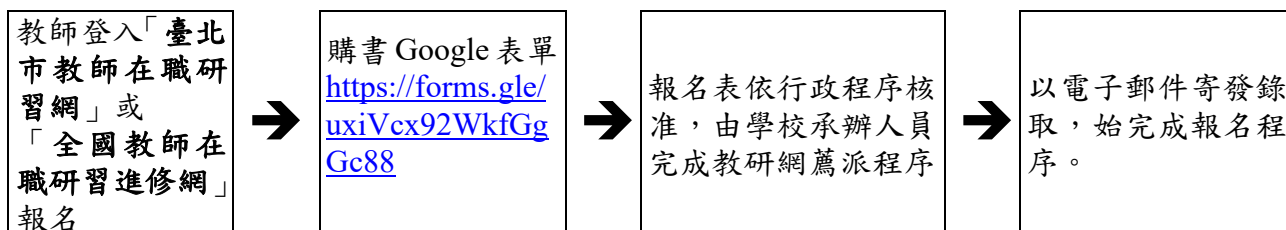
#### 七、地點

一律透過 Google meet 進行，報名錄取後隨錄取通知發送會議室代碼。

#### 八、書籍教材

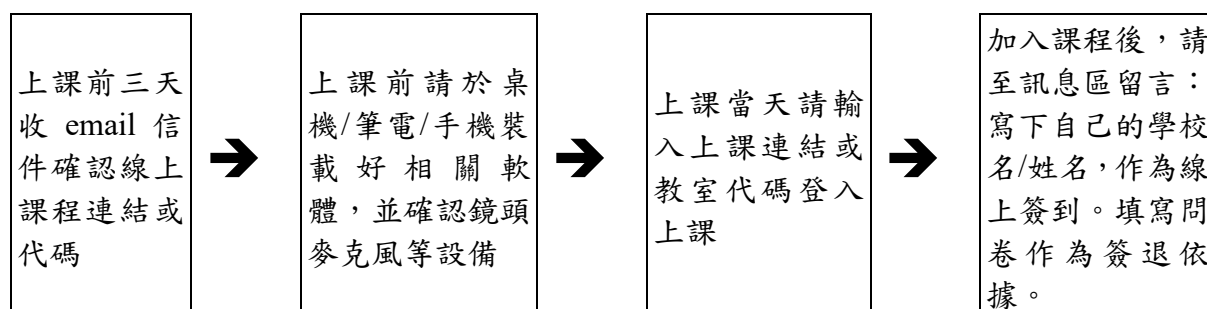
購書 Google 表單 <https://forms.gle/uxiVcx92WkfGgGc88> (優惠截止日 11月30日)

#### 九、報名流程



#### 十、注意事項

- (一). 本課程於報名截止後，以各學員於教師在職研習網中登錄之電子郵件信箱寄送錄取、線上課程教室連結或代碼及相關注意事項等，請確認更新您的電子郵件信箱，以免錯過重要資訊，並準時參加課程。
- (二). 完成報名薦派程序之學員，倘因特殊緊急事件無法參加者，請於課程前3日 email 給承辦人，述明事由及學校、姓名。
- (三). 上課前預備



#### 十一、 注意事項

- (一). 本課程於報名截止後，以各學員於全國教師在職研習網中登錄之電子郵件信箱寄送錄取、線上課程教室連結或代碼及相關注意事項等，請確認更新您的電子郵件信箱，以免錯過重要資訊，並準時參加課程。
- (二). 完成報名薦派程序之學員，倘因特殊緊急事件無法參加者，請於課程前3日 email 給承辦人，述明事由及學校、姓名。

(三). 上課中事宜

1.請準時加入線上教室(Google Meet 平台)。

2.課程規範

(1)為尊重講座及課程同儕，參與線上課程請務必準時加入，若超過20分鐘未能進入線上課程平台中，將取消加入當次課程中，以免影響課程進行。

(2)請預備安靜的環境進行線上課程，為確保研習者討論的資訊被充分保密，課程中禁止錄音錄影。

- 一、 研習時數：輔導研習時數2小時。
- 二、 聯絡承辦人：臺北市奧爾思全人教育學會/王瑞貞老師，連絡電話：0926684003，  
電子信箱: [rjwang57@gmail.com](mailto:rjwang57@gmail.com)。
- 三、 研習經費：由臺北市瑠公國中研習經費項下支應。
- 四、 其 他：本課程實施計畫陳奉臺北市瑠公國中校長核可後辦理，修正時亦同。

## 書籍簡介

在互動中得到了繼續往前的力量

數年來在晤談室的累積，以及演講時與聽眾的互動  
表面看似趣味橫生的語言，其實內裡的交戰與挫敗  
在一往一來的對話中  
將一點一滴的解決之道轉化、深化傳達給對方

無論心理師用四兩撥千金的方式化解  
或者語重心長的娓娓道出，亦或是旁敲側擊的命中紅心  
看著一篇篇故事中主人翁的掙扎與褪變  
非當事者的我們，由此分享著安慰  
也可能明白了一點點身旁人們的困境

有的時候，細節藏在表情與動作中，而非語言所能道盡  
多數時候，不是你提出了什麼建議，而是「理解」給了對方力量  
真心誠意的陪伴，才是最重要的解方

心理師舒霖最新一本《心裡字療》  
是繼《心理師的眼睛》和《心理師的單行道》之後  
「心理三部曲」系列的最終篇  
不但可以當作心理書籍的敲門磚  
也是連篇的感性散文，陪著你療傷抒懷

