

113 學年度第 2 學期國立蘭陽女中「均質化諮商輔導攜手共進計畫」 心理劇成長工作坊—關係中找尋自我價值：探索與成長之旅 報名簡章

一、依據：國立蘭陽女中 113 學年度高級中等學校適性學習社區教育資源均質化實施方案—諮商輔導攜手共進計畫。

二、活動目的：本次成長工作坊旨在以心理劇為媒介，引導參與者透過角色體驗與團體互動，探索自我價值與內在力量。本活動以心理健康為核心，而是以分享與體驗為主，幫助參與者重新思考自我價值、提升自我覺察與情緒管理能力，從而促進心理健康與內在成長。

三、帶領講師：張祐誠諮商心理師。

現職：

- 毛蟲藝術心理諮商所執行長／專業督導／諮商心理師
- 臺灣師範大學學教育心理與輔導學系兼任助理教授
- 台灣心理劇學會第七屆監事（2024.01-）

專業認證

- 身體經驗創傷療法執行師（Somatic Experiencing Practitioner, SEP）（2024/9/3）
- 美國團體心理治療和心理劇學會（ASGPP）導演（CP）認證／訓練師（TEP）（2020/06）
- 台灣諮商心理學會認證督導 臺諮心督證字第 1090009 號（2020/04）
- 諮商心理師 高考及格 諮心字第 001727 號（2011/04）
- 中等教師證 中等字第 9601303 號（2007/06）
- 特殊教育身心障礙類師資 特學字 491010012 號（2007/06）
- 螺旋取向心理劇（TSM）專業輔助性自我 TAE 資格（2014/05）
- （心理劇訓練時數累計 1000 小時以上、實務經驗 300 小時以上）
- 臺灣諮商心理學會心理諮商督導認證臺諮心督證字第 1090009 號

四、適合對象：對心理劇治療有興趣，並希望將心理劇技巧融入教學與輔導的教師，或有意透過自我覺察與自我照顧提升心理健康的教育工作者，以能夠全程參加者為優先錄取對象，依報名表單回覆順序依次錄取 24 位。

五、活動地點：蘭陽女中舞蹈樓 3 樓舞蹈教室

六、活動時間：3 月 22 日（星期六）及 3 月 23 日，上午 10 時至 12 時，下午 1 時至 5 時，共 12 小時。

七、報名截止日：03 月 14 日（星期五）或額滿為止。

八、報名方式：請點選報名網址 <https://reurl.cc/6jm94k>

九、，或掃 QR CODE 填寫報名表。

十、經費：本研習所需經費由「113 學年度高級中等學校適性學習社區教育資源均質化實施方案」經費支應。



十一、 活動流程表：

113 年 3 月 22 日星期六 <第一天>

3 月 22 日 星 期 六	時段	課程內容	主持人
	09:30-10:00	報到	輔導室
	10:00-10:30	暖身活動—探索內在感受	張祐誠心理師
	10:30-12:00	主題分享—心理健康與自我價值的探索	張祐誠心理師
	12:00-13:00	午餐	輔導室
	13:00-14:30	心理劇體驗（一）角色與內心的對話	張祐誠心理師
	14:30-14:40	休息 / 茶敘時間	輔導室
	14:40-16:40	心理劇體驗（二）自我價值的文化影響	張祐誠心理師
	16:40-17:00	綜合討論與心得分享	張祐誠心理師
	17:00	賦歸	輔導室

113 年 3 月 23 日星期日<第二天>

3 月 23 日 星 期 日	時段	課程內容	主持人
	09:30-10:00	報到	輔導室
	10:00-10:30	靜心活動—與自己相處	張祐誠心理師
	10:30-12:00	主題分享—如何管理情緒與建立心理韌性	張祐誠心理師
	12:00-13:00	午餐	輔導室
	13:00-14:30	心理劇體驗（三）內在力量的發掘	張祐誠心理師
	14:30-14:40	休息 / 茶敘時間	輔導室
	14:40-16:40	心理劇體驗（四）關係中的自我價值探索	張祐誠心理師
	16:40-17:00	總結：成長與反思	張祐誠心理師
	17:00	賦歸	輔導室