

109 學年度花蓮縣國民教育輔導團整體團務實施計畫

輔導團研習/工作坊時間表

研習日期與時間	課程主題	講師	地點	報名截止日	課程代碼	報名注意事項
109/10/25(日) 09:00~16:00	讓學生不想下課的教學和 班級經營心法	臺北市立萬芳高中 余懷瑾老師	教育處課發中心 教師成長基地	109/10/21(三)	2937133	1. 以上工作坊參與對象以本縣各領域、議題輔導團員為主，請輔導員於報名截止前五日完成報名，之後若有餘額，將依據報名順序錄取一般教師。 2. 因場地空間有限， <u>名額滿 40 人不開放現場報名。</u> 3. 若有相關事宜，請洽課發中心專任輔導員陳姿因老師、蘇妍老師 03-8462860#579、559。
109/11/02(一) 09:00~16:00	國教輔導團公開授課錦囊 妙計工作坊-視覺化筆記	邱奕霖老師 炸飯糰創意工作室	教育處課發中心 教師成長基地	109/10/28(三)	2935193	
110/03/ 待訂	每個人都需要策展力	外聘講師	教育處課發中心 教師成長基地	待訂	待開課	
110/03/26(五) 08:30~16:30	簡報設計技巧	臺北市立大直高中 吳佳真老師	教育處課發中心 教師成長基地	110/03/23(二)	2937140	
110/04/14(三) 09:00~16:00	團隊動能與教練技術	張志成老師 中華康輔教育推廣協會理事長	教育處課發中心 教師成長基地	110/04/09(五)	2937157	
110/05/20(四) 09:00~16:00	國教輔導團公開授課錦囊 妙計工作坊-教師專業對話	張天安老師 沃土心理工作室	教育處課發中心 教師成長基地	110/05/17(一)	2935162	

花蓮縣 109 學年度國民教育輔導團團員跨界新思維增能研習實施計畫

課程一：讓學生不想下課的教學和班級經營心法

講師：臺北市立萬芳高中國文老師余懷瑾老師

1. 延伸閱讀：一堂由老師以身作則的生命教育|TEDxTaipei <https://youtu.be/S7cKEg-7Tcw>
2. 延伸閱讀：<https://flipedu.parenting.com.tw/article/6157>

仙女老師余懷瑾 為救腦麻女兒曾吃香灰

作者：親子天下 張益勤 2020-09-22

仙女老師余懷瑾氣質溫柔，但是女兒患有腦性麻痺，讓她展現出與「仙女」印象格外不同的勇敢。她也將家有特殊兒的辛苦，昇華成替特殊兒爭取權利，不願弱勢沈默地接受不平等的對待。

「我很少與別人談起家裡的事，不是怕丟臉，是不願意覆誦這樣的痛苦；我也很怕別人同情我。所以要我把陪伴孩子的事情寫下來，我不斷去想：我們都走過來了，真的要這樣嗎？」萬芳高中國文老師余懷瑾同時也是特殊兒的媽媽。女兒目前已經是高中生的年紀，走過十多年的辛苦，余懷瑾一直說「都走過來了」，但是回憶起來仍有滿肚子的話想說。

被學生稱為「仙女」的余懷瑾，氣質清新溫柔，站上台的亮麗形象，露齒笑的招牌笑容是多數人對她的印象。她在 10 年前開始推動分組教學，103 年獲得全國 SUPER 教師評審團特別獎，評審給她的評語是「她像奧斯卡金像獎得主演員，在課堂上分飾多角，對課堂節奏掌控精準無比，稱她『節奏女王』絕不誇張。」她也在 TED 演講上談自己如何鼓勵班上特殊學生融入班級，以一句「慢慢來，我等你」，獲得滿堂采，有網友留言，「已被俘虜成為仙女老師的粉絲，好想上余老師的國文課」。

雙胞胎早產腦傷，她為孩子吃香灰

但是卸下老師的身份，回到家裡，換上媽媽的角色，她難得的皺眉、哽咽，坐在記者對面，也不時緊握著女兒的手，娓娓道來養育雙胞胎女兒的辛苦歷程。

余懷瑾的一對雙胞胎女兒，在出生時因為早產，28 週僅有 800 和 900 多公克。兩名女兒都被診斷有「周圍腦室白質軟化症」，「她們住在保溫箱裡，身上插滿了管子，一出生就發出病危通知，愁雲慘霧」，

余懷瑾在新書《不怕輸，只怕放棄》裡這樣寫。所幸姊姊平平傷到運動神經，還算輕微，可以獨立行走；但妹妹安安腦部受傷面積大，不只語言發展有障礙，在行動上也受阻。安安左半邊無力，移動上必須拄著拐杖，平常人輕易可以達成的小動作，像是撕吸管的外包裝，安安使盡了力氣仍有可能做不到。

為了孩子，即便是再理性的人，也會厚著臉皮、做出超乎常理的事。余懷瑾曾為了孩子找仙姑、喝了十幾次的香灰；也因為孩子早產，迫切需要從母乳中得到免疫性的保護，余懷瑾在嬰兒室外頭向其他產婦「要母乳」；或是在經過馬場時，直接走去問老闆能不能讓孩子騎馬復健。自認害羞的余懷瑾用盡全力，總要試了才能宣告失敗。

儘管費盡了努力，安安的成長路上仍布滿荊棘，讓母子都深感挫折。余懷瑾回憶，安安學寫英文字母ABC，卻連A的斜線，都寫不好。「怎麼可能畫不出來」，余懷瑾身為老師，不服輸的要孩子一試再試，花了4個小時就在畫一條斜線，完全沒休息。

「媽媽妳不要生氣」、「媽媽我快學會了」，安安這樣回覆余懷瑾，直到余懷瑾接受了孩子學不會，還需要更多時間，她深吸一口氣告訴自己「現在不會，不代表以後做不到」。余懷瑾在書裡寫道「要承認孩子不會，對媽媽而言，是一件比自己不會還要難接受的事」。

不論外表或是能力都差了一般孩子一大截，小學就讀普通班的安安在人際交往上也免不了苦頭。安安在小學時遇到同學霸凌，至今已高二的她，只要一提到關鍵字，仍然忍不住情緒毫無保留的控訴，「每次經過他（指霸凌者）家，我就最生氣，他不只欺負我，他還欺負我的好朋友，我每天晚上都很生氣」，眼淚打轉著，儘管表達受限，安安咬牙切齒的一字一字堅定地說完這段話。

「慢慢來，我等你」用身教讓學生接納特殊生

或許是身為過來人的同理心，余懷瑾也對班上特殊學生多一份關心。特殊生在學習上難免處於比較邊緣的位置，但是余懷瑾在面對班上的特殊生一直以來都是溫柔等待。她在TED演講「一堂由老師以身作則的生命教育」裡談到，為了不讓班上的特殊生凱安成為課堂上的「客人」，分組回答問題如果輪到凱安，余懷瑾的題目會稍稍簡單，答案的字數較少，如果凱安寫得比較慢，余懷瑾會對他說，「凱安，慢慢來，我等你」。經過兩年的等待，余懷瑾感到欣慰的不是凱安的進步，而是當班上的其他同學有一天出奇不意說出：「凱安，慢慢來，我等你」，讓余懷瑾瞬間感動到哭花了妝。她明白，自己帶頭示範的身教，已經潛移默化，孩子們也真心接納了凱安。

「外表柔弱、內心堅強」是「神老師」沈雅琪對余懷瑾的觀察。兩人同樣是老師，同樣家有特殊兒，儘管相識僅兩年，卻因為類似經歷，兩人經常私訊，討論孩子狀況或是單純互吐苦水。「我問過她，為什麼演講談到小孩出生、加護病房都沒掉眼淚？」沈雅琪佩服余懷瑾的穩定，不像自己會憤怒、落

淚，甚至需要到海邊叫一叫，「她回答我，『只要在台下哭 100 遍，上台就不會哭了』」。

為母則強，為孩子變成超人

除了對自己教室裡的特殊孩子展現愛心和耐心，余懷瑾也「仙女下凡」將為母則強的精神用在替其他特殊兒的權利爭取上。

心繫女兒的安全，在安安上小學時，余懷瑾走入校園發現無障礙廁所的門很重、打不開，她致電台北市教育局，做了「怪獸家長」，「不只是安安會用到廁所，其他特殊生也會用到啊！」余懷瑾說。

在特教生升高中職的考試當天，因為特殊生需要比常人更多時間，她發現有考生沒吃午餐就要應試。儘管安安不在受影響的考生裡面，余懷瑾也毫不猶豫的走向工作人員問：「你吃飯了嗎？你吃了飯卻沒讓考生吃飯？考試時間延誤，卻沒有任何應變措施或是備案？」強悍的模樣，讓人難以和她平時的「仙女」印象做連結。

當安安升上高中，課表上寫著「安安的教室在 2 樓，電腦教室在 3 樓，烹飪教室在 1 樓」，學校沒有電梯，只承諾有「逐年改善」無障礙設施，讓余懷瑾又忍不住投訴。

「安安還能走，可以吃苦耐勞爬樓梯，那麼其他特殊生呢？只能自認倒霉嗎？」余懷瑾再度致電教育局，要求教育局協助學校蓋電梯，讓特殊生也能順利上下樓；她也要求教育局應該核可現場教師對特殊生所需的特教助理員時數，讓助理員可以協助特殊生日常作息與課堂學習。今年開學，余懷瑾再度因為助理員時數問題，親自寫信給教育部長潘文忠。

「安全無虞是身心障礙者家長最深切的期盼」，余懷瑾在臉書上寫下每個母親深切的呼喚。面對弱勢者的無奈，她顯得格外勇敢、直言，「如果連我都不說話了，大概就沒人會幫這些弱勢的孩子說話了」，余懷瑾說。

「永不放棄，多點嘗試的機會，光就在不遠處」，這是余懷瑾身為母親過來人，給其他特殊兒家庭的鼓勵。她也身體力行這句話，不讓安安因為行動受限就停止學習，她積極的帶安安上電腦課、學錄音，學習各種在行動上比較不受到限制的活動。受訪時，就讀高中 2 年級的安安，也陪著余懷瑾接受採訪，不但可以清楚說話，還向記者秀出她寫的部落格日記。余懷瑾驕傲的正面看待安安每天的一小點進步。「希望安安能夠有一技之長，養活自己」，在安安拄著拐杖慢慢前行的路途中，母親的樸實想望也一點一點的實現中。

花蓮縣 109 學年度國民教育輔導團團員跨界新思維增能研習實施計畫

課程三：簡報設計技巧

講師：台北市立大直高中英文科 吳佳真老師

1. 講師介紹：<https://www.cakeresume.com/ccwu0309?locale=zh-TW>

擔任『簡報力 x 溝通技巧 x TED 演說技巧』講師，廣受學員歡迎。

不相信奇蹟，只相信累積。

熱愛教育，用心推廣表達力與溝通力，期待每個人的生活更美好。

現任

- TED 演說技巧、中文簡報、英文簡報、職場溝通、親子溝通、英文課程
- 台北市立大直高中 英文科教師、TEDxDZSH 表達力課程講師
- 資策會 企業內訓「中文/英文商業簡報力」課程 特約講師
- 全國大專院校「表達力課程設計 x TED 簡報教學」巡迴工作坊 主持人
- 「探索內在冰山的溝通力」全國巡迴工作坊 主持人

講師&顧問



授課專長

- 中文商業簡報、英文商業簡報、TED 演說技巧
- 英文課程教學設計、商業英文全攻略
- 職場溝通課程、親子溝通課程
- 企業內訓講師培訓課程
- 青少年 4P 達人表達力課程

2. 延伸閱讀：【TEDxDZSH 表達力課程】<https://reurl.cc/3Le4D8>

花蓮縣 109 學年度國民教育輔導團團員跨界新思維增能研習實施計畫

課程四：團隊動能與教練技術

講師：張志成老師 中華康輔教育推廣協會理事長

1. 講師介紹：

現職

- 中華康輔教育推廣協會 創會理事長
- 中華民國大專生涯發展協會 副理事長
- 啟程管理顧問公司 總經理&首席講師



經歷

- 台灣阿里巴巴橙功營&橙效營，課程指定授課講師，從 2014 年起連續辦理 24 期，協助超過 1000 個企業團隊，重新打造組織新動力。
- 政府各部門培訓，財政部、政風單位、衛生署、警政單位、教育局處

授課專長

- 授課特色:將各類活動融入課程,透過活動的來傳達觀念並利用正向的激勵元素啟發心靈
- 授課主題:活動帶領與主持、企畫管理與專案執行、個人成長與潛能激發、團隊凝聚與團體動力、志工培訓與團隊帶領、組織管理與團隊領導、氣氛營造與情境管理、組織行銷與業務

2. 延伸閱讀：【啟程講堂】http://www.chi-chen.tw/blogs1.php?f_bid=4

3. 延伸閱讀：【打造 YES 團隊】<https://reurl.cc/Mdyj9L>

花蓮縣 109 學年度國民教育輔導團公開授課錦囊妙計工作坊

場次一：視覺化筆記

講師：炸飯糰創意工作室 邱奕霖老師

1. 講師介紹：



2. 延伸閱讀：

- 視覺化教練邱奕霖 Dong <https://reurl.cc/jdjZzD>
- 【用圖搞定人生大小事】－視覺引導紀錄師邱奕霖 Dong <https://medium.com/@yilinchiu>
- 《直覺式塗鴉筆記》找回專注力、激發靈感創意的圖像記錄心法
<https://www.youtube.com/watch?v=GsfQuA8yt1Y>

3. 課表：

日期	時間	內容	講師
109 年 11 月 2 日 (一)	9:00~12:00	視覺化筆記－優化公開授課	邱奕霖 老師
	12:00~13:00	午餐	
	13:00~16:00	視覺筆記－觸發改變的行動力	邱奕霖 老師

花蓮縣 109 學年度國民教育輔導團公開授課錦囊妙計工作坊

場次二：教師專業對話

講師：張天安老師 沃土心理工作室

1. 講師介紹：

-現任：沃土心理工作室（花蓮）<https://reurl.cc/8nNDeo>

東華大學諮商中心兼任諮商心理師

-經歷：近年在台灣、新加坡、中國各地帶領薩提爾成長模式工作坊

台灣觀光學院、花蓮縣學生輔導諮商中心兼任諮商心理師

花蓮家扶、芥菜種會少年之家…等社福機構兼職心理師

呂旭立基金會「薩提爾模式個人諮商專業訓練」台北小組導師

台灣青少年教育協進會「自學與共學團體」數學及輔導教師

-專長：青少年的拒學、人際衝突、憂鬱、憤怒等情緒困擾，成人的自我探索、婚姻及家庭關係。工作方式包括個別輔導、NPO 志工培訓、父母成長團體、教師支持與學習團體、親子、夫妻與家庭協談、生命故事敘說團體、薩提爾成長模式的學習團體及工作坊帶領。

2. 延伸閱讀：

-成為主動的學習者 <https://reurl.cc/r86Eob>

-長耳兔心靈維度 <https://reurl.cc/00ZKbl>

3. 課表：

日期	時間	內容	講師
110 年 5 月 20 日 (四)	9:00~12:00	公開授課-教師專業對話	張天安 老師
	12:00~13:00	午餐	
	13:00~16:00	公開授課-回饋技巧	張天安 老師