

臺北市立大安國民中學 106 學年度第 2 學期
教師輔導知能研習「提昇國中生學習策略實務研討工作坊」實施計畫

一、依據：

- (一) 臺北市友善校園學生事務與輔導工作總計畫。
- (二) 本校 106 學年度輔導工作計畫。
- (三) 本校 106 學年度生涯發展教育實施計畫。

二、目的：

- (一) 幫助國中教學與輔導現場的教師認識學習策略的內涵及在學生學習過程中的重要性。
- (二) 體驗與認識學習策略教學的做法，以及形成素養導向並融入「自發」、「互動」、「共好」內涵的課程設計。
- (三) 透過研習提升學習策略相關知能，進而幫助學生有效使用學習策略以提升學習成效。

三、研習主題：「提昇國中生學習策略實務研討工作坊」。

四、研習方式：

- (一) 時間：107 年 3 月 22 日（四）、5 月 03 日（四）、5 月 10 日（四），9 時至 12 時，共 3 次，合計 9 小時。
- (二) 形式：透過分組討論、實作與對話，深入體驗學習策略教學的進行方式。
- (三) 內容：透過三次連續性課程，激發關於學習策略課程設計的構想，簡介如下：

場次	日期	主題	內容
一	3/22（四） 9 至 12 時	閱讀理解與 系統思考的框架	探討如何將複雜的學習材料進行有效的閱讀理解，透過有邏輯的歸納、分析與整理後，形成一套認知架構，並以文字及圖像形成筆記的原則。
二	5/03（四） 9 至 12 時	有效率的複習及 時間規劃	透過學習策略地圖討論與交流學習策略的類型與內涵，研討如何引導學生自我監控其學習歷程，並依照個人狀況安排適切的複習進度與讀書計畫。
三	5/10（四） 9 至 12 時	調整最佳狀態	以實際案例的研討，分析學生學習動力低落或讀書倦怠的成因，並探討如何引導學生為自己找到適切、合理與可行的改善學習動力的途徑。

- (四) 活動地點：本校實踐樓 3 樓會議室。
- (五) 活動對象：本校綜合領域教師及臺北市各公立國中對此主題有興趣之老師，共計 30 名。
- (六) 帶領人：陳志恆 諮商心理師（資歷詳如附件一）。
- (七) 報名時間：即日起至 107 年 3 月 19 日（一）止。
- (八) 報名方式：請逕上本市教師研習電子護照網站報名（網址：<http://insc.tp.edu.tw>）。
- (九) 研習時數：全程參與者核予研習時數 9 小時，缺席 2 小時以上者不核予時數。
- (十) 聯絡方式：輔導室輔導組羅組長，聯絡電話：(02) 27557131 分機 115。

五、經費：本活動所需經費自本校 106 學年度生涯發展教育經費項下支應。

六、本計畫陳校長核定後實施，修正時亦同。

臺北市立大安國民中學 106 學年度第 2 學期

教師輔導知能研習「提昇國中生學習策略實務研討工作坊」講座資料

姓名	陳志恆 諮商心理師
現職	行動諮商心理師、作家、企業講師
經歷	中華民國諮商心理師高考及格 曾任國立彰化高商輔導教師、輔導主任 美國 NLP 大學認證高階訓練師（Master Trainer） 台灣神經語言程式學會（TBNLP）常務理事 愛心理（Ispace）管理顧問公司特約講師
專長	輔導與諮商、諮商督導、演講/工作坊帶領，包括：學習潛能、親職教育、志工培訓、助人技巧、人際關係與溝通、性別平等教育、生涯規劃、時間管理、壓力與情緒管理、生命教育、NLP 潛意識工作、簡快身心積極療法……等。
著作	此人進廠維修中！：為心靈放個小假，安頓複雜的情緒（究竟出版，2016） 受傷的孩子與壞掉的大人（圓神出版，2017）
網站	FB 粉絲專頁：陳志恆諮商心理師（https://www.facebook.com/ALguidance） UDN 部落格：老師，可以和你聊一下嗎？（http://blog.udn.com/heng711/article）