

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作 生涯規劃課程與資訊運用研習實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。
- 二、臺南市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。

貳、目標：

- 一、協助教師瞭解生涯相關議題，如：情緒管理、休閒生活、壓力調適、時間規劃等之課程設計與分享可運用之媒材。
- 二、協助教師瞭解班級經營與生涯發展教育之間的關係，並應用生涯規劃概念於班級經營中。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：臺南市政府教育局
- 三、承辦單位：臺南市大橋國中

肆、辦理日期：115 年 6 月 4 日(星期四)下午 1 時 30 分至 5 時 40 分。

伍、研習地點：臺南市大橋國中階梯教室(臺南市永康區東橋十街 1 號)。

陸、參加對象：本市國中一般教師(含導師、專任教師)與行政主管人員，預計 60 人，額滿為止。

柒、報名方式：請於 115 年 3 月 1 日起至 115 年 5 月 22 日止，至臺南市教育網路中心學習護照報名，研習代號：315902。

捌、研習內容：課程表詳如附件。

玖、參加研習人員一律公(差)假登記，全程參與者核發 4 小時研習時數，其往返差旅費由原服務單位按相關規定報支。(僅開放機車停放，不開放校內停車，敬請見諒，並請自備環保杯)。

拾、聯絡人：輔導室何慧真主任(06-3021793 分機 24)

拾壹、經費來源：由本市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫項下支應。

拾貳、獎勵：本研習工作人員，依「臺南市高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」辦理獎勵。

【附件】

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作
生涯規劃課程與資訊運用研習課程表

日期：115 年 6 月 4 日(星期四)

時間：下午 1 時 30 分至 5 時 40 分

地點：臺南市大橋國中階梯教室

時間	課程內容	主持人/主講人
13：10-13：30	報到、領取資料	輔導室人員
13：30-13：40	長官致詞	教育局長官 大橋國中校長 輔諮中心主任
13：40-15：10 (90 分鐘)	講題：生涯規劃課程與資訊運用	Career 就業情報 顧問 臧聲遠
15：10-15：30	休息時間	輔導室人員
15：30-17：00 (90 分鐘)	講題：生涯規劃課程與資訊運用	Career 就業情報 顧問 臧聲遠
17：00-17：40	綜合討論	教育局長官 大橋國中校長 輔諮中心主任
17：40	賦歸	

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作

生涯規劃課程與資訊運用研習講師、課程介紹

講師介紹	講題	內容大綱(依實際狀況填寫)
Career 就業情報 顧問 - 臧聲遠	生涯規劃課程與資訊運用	透過講座排，幫助教師了解行職業的發展趨勢、產業結構變遷及人力需求等

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作 生涯輔導團體方案與教材設計研習實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。
- 二、臺南市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。

貳、目標：

- 一、結合生涯發展理論，運用於生涯輔導團體諮商與課程教案設計。
- 二、學習生涯輔導與其他領域或議題融合之課程設計。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：臺南市政府教育局
- 三、承辦單位：臺南市忠孝國中

肆、辦理日期：115 年 6 月 5 日(星期五)上午 8 時 30 分至下午 4 時。

伍、研習地點：忠孝國中。

陸、參加對象：本市國中一般教師(含導師、輔導活動科教師、專輔老師)與行政主管人員，預計 40 人。另因研習內容適切性，本研習專輔老師優先錄取。

柒、報名方式：請至本市學習護照完成報名，研習代號：317210。

捌、研習內容：課程表詳如附件一。

玖、參加研習人員一律公(差)假登記，全程參與者核發 7 小時研習時數。(由於停車位有限，請參加人員儘量共乘，並自備環保杯筷)。

拾、聯絡人：陳總龍主任(06-2670495 分機 151)。

拾壹、經費來源：教育部國民及學前教育署補助 2 萬元，本市自籌款補助 6,000 元，本校自籌 6000 元，合計 3 萬 2,000 元。

拾貳、獎勵：本研習工作人員，依「臺南市高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」辦理獎勵。

【附件一】

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作 生涯輔導團體方案與教材設計研習課程表

日期：115 年 6 月 05 日(星期五)

時間：上午 8 時 30 分至下午 4 時

地點：臺南市忠孝國中

時間	課程內容	主持人/主講人
08：30-08：40	報到、領取資料	輔導室人員
08：40-08：50	長官致詞	教育局長官 承辦國中校長 輔導中心主任
08：50-10：20 (90 分鐘)	<p>課程一:生涯設計新思維—從理論核心到活動實踐</p> <p>這堂課的目標是協助老師們跳脫傳統的「選校選系」框架，重新認識生涯輔導的多元面貌。課程中將帶領老師們：</p> <ul style="list-style-type: none"> 掌握生涯發展的關鍵心法：學習如何將生涯理論轉化為貼近學生生活經驗的輔導語言，讓學生從日常中看見自己的優勢與潛能。 設計引人入勝的生涯活動：透過實用的教案設計工作坊，讓老師們能動手打造出結構完整、流程清晰，且能有效引導學生探索自我與未來的團體方案。 建立生涯輔導的自信：藉由講師的經驗分享與案例解析，幫助老師們突破實務上的困境，並對帶領生涯輔導課程感到更具信心。 	林上能 諮商心理師
10：20-10：30	休息時間	輔導室人員
10：30-12：00 (90 分鐘)	<p>課程二:你的天賦日常—尋常日卡牌實作工作坊</p> <p>這堂課的目標是提供老師們一個具體、有趣且深入的輔導工具，讓學生在輕鬆的互動中探索自己的生涯特質。課程中將帶領老師們：</p> <ul style="list-style-type: none"> 深入理解尋常日卡牌：認識這套卡牌如何從「日常小事」中發掘個人特質與天賦，並學習其兼具科學性與人本關懷的獨特之處。 學會卡牌的實戰運用：透過實際操作體驗，掌握卡牌在個別諮詢與團體活動中的引導技巧，讓老師們能活用媒材，設計出多元的教學活動。 看見學生的天賦與潛能：學習如何運用卡牌，幫助學生覺察自己的興趣、優勢與盲點，並引導他們將這些特質與未來的生涯發展做有意義的連結。 	林上能 諮商心理師
12：00-12：30	用餐	輔導室人員
12：30-13：10	中午休息	輔導室人員

13：10-14：40 (90 分鐘)	深度工作坊 I：從生活到特質 (90 分鐘) <ul style="list-style-type: none"> • 新卡牌的誕生：「生活特質探索卡」的設計理念與輔導定位 • 雙卡牌的共振：實作體驗如何運用兩套卡牌，進行更細緻、更深化的「語脈輔導」，提升對學生內在特質與潛能的理解。 	林上能 諮商心理師
14：40-15：00	休息時間	輔導室人員
15：00-16：00 (60 分鐘)	深度工作坊 II：從生活到特質 (60 分鐘) <ul style="list-style-type: none"> • 專輔實戰應用：探討新卡牌在個別諮詢、小型團體或輔導課中，如何針對特殊議題（如轉組、生涯迷惘、職重復能等）發揮深化效用。 	林上能 諮商心理師
16：00	賦 歸	輔導室人員

臺南市 115 年度「友善校園」學生事務與輔導工作 產業介紹與實際參訪研習實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部 115 年度「友善校園」學生事務與輔導工作計畫。
- 二、臺南市 115 年度「友善校園」學生事務與輔導工作計畫。

貳、目的：

- 一、增進輔導人員對國家與產業發展趨勢、產業結構變遷及人力需求的瞭解。
- 二、協助輔導人員瞭解業界對於就業力的培育及產業用人需求標準，以因應未來職涯發展之變遷。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：臺南市政府教育局
- 三、承辦單位：臺南市立西港國中

肆、時間：115年6月17日(星期三)上午8時30分至下午4時30分

伍、地點：西港國中、胡麻產業聚落、白埕物所、慶安宮、允成製麵廠、蘭草工坊

陸、對象：本市國中一般教師(含導師、輔導活動科教師、專輔老師)與行政主管人員，預計 40 人。

柒、報名：請於 6 月 8 日前至本市學習護照完成報名，研習代號：316649。

捌、研習內容：詳如附件。

玖、參加研習人員請惠予公(差)假登記，全程參與者核發 6 小時研習時數。(由於停車位有限，請參加人員儘量共乘，並自備環保杯筷)。

拾、聯絡人：詹佩儒組長(06-7952071 分機 114)。

拾壹、經費：由本市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫項下支應。

拾貳、獎勵：本研習工作人員，依「臺南市高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」辦理獎勵。

**【附件】 臺南市 115 年度「友善校園」學生事務與輔導工作
產業介紹與實際參訪研習流程表**

日期：115 年 6 月 17 日(星期三)

時間：上午 8 時 30 分至下午 4 時 30 分

地點：西港國中、胡麻產業聚落、白埕物所、慶安宮、允成製麵廠、藺草工坊

時間	課程內容	主持人/主講人
08：30-08：50	報到、領取資料	西港國中輔導室人員
08：50-09：20	教育局長官、承辦國中校長致詞	教育局長官 承辦國中校長 輔諮中心主任
09：20-10：20	認識西港胡麻產業 、在地其他相關產業與在地文化	白埕物所 杜碩庭 在地青年
10：20-10：30	搭車前往參訪地點	西港國中輔導室人員
10：30-12：00	實地走訪白埕物所、慶安宮	白埕物所 杜碩庭 在地青年
12：00-12：05	搭車回西港國中	西港國中輔導室人員
12：05-13：00	午餐與休息	西港國中 視聽教室
13：00-13：10	搭車前往參訪地點	西港國中輔導室人員
13：10-14：10	實地走訪胡麻產業聚落	白埕物所 杜碩庭 在地青年
14：10-14：15	搭車前往參訪地點	西港國中輔導室人員
14：15-15：05	實地走訪允成製麵廠	白埕物所 杜碩庭 在地青年
15：05-15：10	搭車前往參訪地點	西港國中輔導室人員
15：10-16：00	實地走訪藺草工坊	白埕物所 杜碩庭 在地青年
16：00-16：10	搭車回西港國中	西港國中輔導室人員
16：10-16：30	綜合討論及賦歸	教育局長官 承辦國中校長 輔諮中心主任

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作

產業介紹與實際參訪研習講師、課程介紹

講師介紹	講題	內容大綱(依實際狀況填寫)
單位名稱/杜碩庭在地青年 經歷： 款款影像 攝影師 玩弄市集 發起人	一、認識西港胡麻產業、在地其他相關產業與在地文化	分享西港的產業現況，文化內涵。
	二、參訪白埤物所	位於西港商業街的老三合院，是青年聚集地，也會不定期舉辦藝文、展覽、手作等活動。
	三、參訪慶安宮	國定重要民俗無形文化資產「台灣第一香,西港刈香」的舉辦廟宇，是在地信仰中心，更是地方藝術與文化的匯聚所；一樓除了是祭拜之所，亦有許多國寶大師的作品，二樓則有藝陣文物館。今年更是入選臺南宮廟博物館之一，是西港區最指標之處所。
	四、參訪胡麻產業聚落	由西港區農會營運,園區內有胡麻嫂故事館、胡麻嫂擔露館、穀倉餐廳、麻油間、原料處理室、DIY 教室、肥料間等設施。可以說只要來這一趟，基本可以瞭解臺灣胡麻產業相關知識。
	五、參訪允成製麵館	關廟麵第三代，從關廟嫁來西港的好媳婦在西港落地生根，也將關廟麵持續的發揚光大，其生產的日曬麵，是使用溫室場域來施行日曬製程，讓食物的品質更為安全衛生。
	六、參訪藺草工坊	西港擁有臺灣僅存的藺草草蓆工廠，但藺草草蓆的使用日漸稀少，於是公所便號召社區媽媽來一同推廣在地的藺草產業，將其轉化為各式各樣的文創產品以及手作體驗課程。

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作 生涯輔導基本知能研習實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。
- 二、臺南市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。

貳、目標：

- 一、協助教師瞭解生涯規劃的意義及重要性、探索生涯信念、釐清生涯常見的迷思與價值觀。
- 二、在課程中設計體驗課程，讓教師探索自己的生涯歷程，透過實務分享及討論，協助教師進行適性輔導工作。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：臺南市政府教育局
- 三、承辦單位：臺南市鹽水國中

肆、辦理日期：115年6月18日(星期四)上午8時30分至下午4時。

伍、研習地點：臺南市鹽水國中

陸、參加對象：本市國中一般教師(含導師、輔導活動科教師、專輔老師)與行政主管人員，預計 30 人。

柒、報名方式：請至本市學習護照報名，研習代號：309691。

捌、研習內容：課程表詳如附件。

玖、參加研習人員一律公(差)假登記，全程參與者核發 7 小時之研習時數，其往返差旅費由原服務單位按相關規定報支。(由於停車位有限，請參加人員儘量共乘，並自備環保杯筷)。

拾、聯絡人：鹽水國中蔡瓊蘭組長(6521075、6521146 分機 55)。

拾壹、經費來源：由本市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫項下支應。

拾貳、獎勵：本研習工作人員依「臺南市高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」辦理獎勵。

【附件】

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作 生涯輔導基本知能研習課程表

日期：115 年 6 月 18 日(星期四)

時間：上午 8 時 30 分至下午 4 時

地點：臺南市鹽水國中視聽教室

時間	課程內容	主持人/主講人
08：30-08：50	報到、領取資料	輔導室人員
08：50-09：00	長官致詞	教育局長官 承辦國中校長 輔導中心主任
09：00-10：30 (90 分鐘)	用遊戲化談關係	王雅涵諮商師
10：30-10：40	休息時間	輔導室人員
10：40-12：10 (90 分鐘)	用遊戲化談合作	王雅涵諮商師
12：10-13：30	用餐及午休	輔導室人員
13：30-15：00 (90 分鐘)	用遊戲化談自我價值	王雅涵諮商師
15：00-15：10	休息時間	輔導室人員
15：10-16：00 (50 分鐘)	創意激發與延伸	王雅涵諮商師
16：00	賦歸	

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作 生涯輔導與諮商技術研習實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。
- 二、臺南市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。

貳、目標：

- 一、協助輔導人員瞭解生涯諮詢的技術與方法，因應學生、家長、或其他教師諮詢。
- 二、增進輔導人員瞭解諮商理論與概念、並熟練諮商技術運用於生涯個別諮商與團體輔導。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 二、主辦單位：臺南市政府教育局
- 三、承辦單位：臺南市新東國中

肆、辦理日期：115 年 6 月 22 日(星期一)下午 1 時 30 分至 5 時 40 分。

伍、研習地點：新東國中 1F 圖書館教學區。

陸、參加對象：本市國中一般教師(含導師、輔導活動科教師、專輔老師)與行政主管人員，預計 60 人。

柒、報名方式：請至本市學習護照報名，研習代號：309283。

捌、研習內容：課程表詳如附件。

玖、參加研習人員一律公(差)假登記，全程參與者核 4 小時之研習時數，其往返差旅費由原服務單位按相關規定報支。(由於停車位有限，請參加人員儘量共乘，並自備環保杯筷)。

拾、聯絡人：姜義芳組長(06-6322954 分機 2403)。

拾壹、經費來源：由本市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫項下支應。

拾貳、獎勵：本研習工作人員，依「臺南市高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」辦理獎勵。

【附件】

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作 生涯輔導與諮商技術研習課程表

日期：115 年 6 月 22 日(星期一)

時間：下午 1 時 30 分至 5 時 40 分

地點：臺南市新東國中 1F 圖書館教學區

時間	課程內容	主持人/主講人
13：10-13：30	報到、領取資料	輔導室人員
13：30-13：40	長官致詞	教育局長官 承辦國中校長 輔諮中心主任
13：40-15：10 (90 分鐘)	講題一： 從阿德勒心理學到生涯建構論 尋嘗日常生活興趣探索卡的操作與解讀	NCDA CDM 林上能諮商心理師
15：10-15：30	休息時間	輔導室人員
15：30-17：00 (90 分鐘)	講題二： 尋嘗日常生活特質探索卡的操作與運用 從興趣到特質的生活／生涯輔導策略	NCDA CDM 林上能諮商心理師
17：00-17：40	綜合討論	教育局長官 承辦國中校長 輔諮中心主任
17：40	賦歸	

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作

生涯輔導與諮商技術研習講師、課程介紹

講師介紹	講題	內容大綱
<p><u>學歷：</u> 政大教育系教育心理與輔導組博士</p> <p><u>現職：</u> 師大心輔系、清大心諮系 兼任助理教授 點亮心燈心理諮商所諮商心理師</p> <p><u>專業組織：</u> 諮商心理師公會全國聯合會、台灣輔導與諮商學會常務理事 臺灣阿德勒心理學會第四屆常務監事 臺北市諮商心理師公會第七屆副理事長</p> <p><u>專業認證：</u> 國際生涯發展學會認證諮詢師 CDA、講師 CDI、總教練 CDM 中等學校輔導科、生涯規劃科教師證 北美與臺灣阿德勒心理學會親師諮詢、生涯、婚姻伴侶等多項認證 全球生涯教育品質評估認證國際職業策略規劃師培訓師 SCPS 台灣輔導與諮商學會認證諮商心理、學校輔導諮商督導</p>	<p>一、從阿德勒心理學到生涯建構論</p>	<p>1、阿德勒心理學與生涯建構論概覽：生涯風格評估 2、近年研究趨勢與尋嘗日研發歷程簡介</p>
	<p>二、尋嘗日生活興趣探索卡的操作與解讀</p>	<p>1、生活興趣探索卡的標準操作程序及十二類型介紹 2、「生涯風格」在個諮、團體、班輔中的運用策略</p>
	<p>三、尋嘗日生活特質探索卡的操作與運用</p>	<p>1、生活特質探索卡的標準操作程序與相關玩法 2、「使用的心理學」在個諮、團體、班輔中的運用策略</p>
	<p>四、從興趣到特質的生活／生涯輔導策略</p>	<p>1、從生涯風格進行適性輔導 2、從特質談生活／生涯適應 3、經典案例賞析研討</p>

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作 產業環境與發展趨勢研習實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。
- 二、臺南市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。

貳、目標：

透過講座、參訪、座談、職場達人現身說法、職業的一天等課程安排，增進教師瞭解行職業的發展趨勢、產業結構變遷及人力需求等，因應生涯融入班級經營或課程教學之需求。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署。
- 二、主辦單位：臺南市政府教育局。
- 三、承辦單位：臺南市立九份子國民中小學。

肆、辦理日期：115 年 7 月 1 日(星期三)上午 8 時 30 分至下午 4 時。

伍、研習地點：臺南市九份子國中小 2F 階梯教室。

陸、參加對象：本市國中一般教師(含導師、輔導活動科教師、專輔老師)與行政主管人員，預計 60 人。

柒、報名方式：請至本市學習護照報名，研習代號：316278。

捌、研習內容：課程表詳如附件。

玖、參加研習人員一律公(差)假登記，全程參與者核發 6 小時研習時數，其往返差旅費由原服務單位按相關規定報支。(由於停車位有限，請參加人員儘量共乘，並自備環保杯筷)。

拾、聯絡人：九份子國中小黃建松輔導主任 (06-3507779 分機 1150)。

拾壹、經費來源：由本市 115 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫項下支應。

拾貳、獎勵：本研習工作人員，依「臺南市高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」辦理獎勵。

【附件】

臺南市 115 年度【友善校園】學生事務與輔導工作
產業環境與發展趨勢研習課程表

日期：115 年 7 月 1 日(星期三)

時間：上午 8 時 30 分至下午 4 時

地點：臺南市九份子國中小 2F 階梯教室

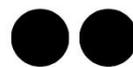
時間	課程內容	主持人/主講人
08：30-08：50	報到、領取資料	輔導室人員
08：50-09：00	長官致詞	教育局長官 九份子國中小校長 輔諮中心主任
09：00-10：30 (90 分鐘)	講題 1： 它聰明你不笨！談 AI 如何應用在教育 場域讓教學倍力、學習有力	陳勇延退休校長
10：30-10：40	休息時間	輔導室人員
10：40-12：10 (90 分鐘)	講題 2： 用 AI 為教師減負增能的輔導與管教策略	陳勇延退休校長
12：10-13：30	午餐與休息	輔導室人員
13：30-15：00 (90 分鐘)	講題 3： 提昇青少年執行功能與行為管理	洪聰敏教授 國立臺灣師範大學體 育與運動科學系研究 講座教授
15：00-15：20	休息時間	輔導室人員
15：20-16：00	綜合座談 線上填寫回饋表	教育局長官 九份子國中小校長 輔諮中心主任
16：00	賦 歸	



臺南市立 | Tainan Municipal

九份子國民中小學

Jiufenzi Elementary and Junior High School



講題 1:

它聰明你不笨！談 AI 如何應用在教育場域讓教學倍力、學習有力

講題 2:

用 AI 為教師減負增能的輔導與管教策略



2026年7月1日



上午8點30分 - 12點20分



九份子國中小2F階梯教室

講座 陳勇延校長

國立新豐高中校長

多場Podcast
專訪

國立興大附中退休校長

超過百場公開演講的
優質講師



資訊科技導入教育情境的應用專家

自己幸福，助人幸福





臺南市立 | Tainan Municipal

九份子國民中小學

Jiufenzi Elementary and Junior High School

講題

提昇青少年 執行功能與 行為管理



講座 洪聰敏教授

美國馬里蘭大學人體運動學系運動心理學哲學博士。

獲選美國國家人體運動學院終身院士。

國立臺灣師範大學體育與運動科學系特聘教授兼樂活EMBA執行長。

『原來大腦可以這樣練』與『衝破慣性』暢銷書作者。

教師、行政人員及家長把握機會報名

超過千場公開演講的
優質講師

暢銷作家

Podcast及教育
廣播專訪

《原來大腦可以這樣練》

《衝破慣性》

2026

7/1 (三)

13:30-15:00

會場 九份子國中小2F階梯教室

