

110 年度教育部補助臺南大學特殊教育中心辦理

「我的眼想懂你的心：從神經心理學談壓力與焦慮之成因與處遇」

研習實施計畫

一、依據

教育部 110 年 1 月 27 日臺教學(四)第 1100003147H 號函補助大學校院特殊教育中心輔導工作計畫。

二、目的

藉由本次研習，協助參與研習的學員提升正面辨識、紓解壓力、同時學習自我管控情緒的能力，裨於有效幫助身心障礙學生面對課業及生活的焦慮及問題。

三、辦理單位

1. 主辦單位：教育部。
2. 承辦單位：國立臺南大學(特殊教育中心)。

四、時間、地點及參加對象

1. 時間：110 年 7 月 20 日（星期二）09:00～16:20。
2. 地點：國立臺南大學府城校區啟明苑 E308 會議室。
3. 對象：由南澎鑑輔分區大專校院特殊教育輔導人員及本校輔導區(高雄市、澎湖縣、臺南市)各教育階段教師優先錄取，報名未滿名額開放有興趣者報名，依先後次序錄取，合計 40 人。

五、報名方式

1. 請於 110 年 7 月 13 日前教育部全國特殊教育資訊網/研習報名/大專特教研習 (https://special.moe.gov.tw/study.php?unit_type=2) 查詢(關鍵字：登錄單位/臺南大學)及報名；錄取名單將於 7 月 14 日前公布於全國特殊教育資訊網，請上網確認錄取名單。
2. 報名經審核錄取後，因故無法出席時，請於研習開始前 3 天來電告知，以便安排候補者；06-2133111 轉 643、645。

六、注意事項

1. 參加人員請由所屬單位給予公（差）假，差旅費由原單位依規定支給。
2. 為尊重講師，請準時入場，研習開始逾 20 分鐘後恕不予入場。
3. 本研習須簽到、退；全程參加者，將核發 6 小時研習時數，請於研習結束 15 日後至教育部全國特殊教育資訊網檢閱時數。
4. 研習當天敬備午餐。為響應環保，請研習人員自備環保杯、環保筷。
5. 本校受限於校園空間，未能提供停車位，敬請學員自行處理停車問題。
6. 本校區前後校門皆可進出，但為防疫需要，本校採以下措施，造成不便請見諒：
(1)目前本校已採取實名制管控，進入校園前請先以手機掃描校門口的 QRcode，完成資料填寫，並給門口防疫站的值班同仁或警衛確認及量測體溫後，再進入校園。
(2)為維護講座、自身、其他研習人員及現場工作人員健康，請於研習當天佩戴口罩。
7. 考量因突發狀況導致研習需臨時變動，請學員們於活動前一天務必收 E-mail(您留於

全特網之 E-mail) 或至全國特殊教育資訊網原報名介面之/緊急公告/詳閱，以了解研習變動相關最新訊息，如遇颱風豪雨等因素有停班停課之疑慮，請依臺南市政府人事局公告為準。

七、講師簡介

講師：朱瑾伶 諮商心理師

現職：文心樂丞診所特約心理師、耕心診所特約心理師、佳璋診所特約心理師。

學歷：國立高雄師範大學特殊教育博士班、國立台南大學諮商與輔導碩士。

專長：發展遲緩與過動自閉、壓力情緒與創傷治療、自律神經保養與照顧。

八、課程表

「我的眼想懂你的心：從神經心理學談壓力與焦慮之成因與處遇」研習課程表

時 間	主 題	主講人
08：40～09：00	報到、領取研習資料	
09：00～10：30	情緒的生理性發展機制	朱瑾伶 諮商心理師
10：30～10：40	休 息	
10：40～12：10	情緒的生理性樣貌與因應	朱瑾伶 諮商心理師
12：10～13：10	午 餐	
13：10～14：40	促進情緒的調節與彈性 1	朱瑾伶 諮商心理師
14：40～14：50	休 息	
14：50～16：20	促進情緒的調節與彈性 2	朱瑾伶 諮商心理師
16：20～	簽退、繳回饋單 & 賦 歸	

九、交通資訊

研習地點：國立臺南大學府城校區啟明苑 E308 會議室(地址：臺南市中西區樹林街 2 段 33 號)

一、如果您是在臺南火車站：您的選擇有三項

- A. 計程車：車程約 8 分鐘。
- B. 市公車：平日：可搭 0 左線公車於體育公園站下車,沿體育路步行進入本校南側校門。
假日：可搭 88 號觀光巴士至法華寺站下車,沿樹林街二段步行進入本校北側校門。
- C. 徒步：步程約 20 分鐘，可循火車站（前站左轉）－北門路（直行）－東門圓環（直行）－大同路一段－樹林街 二段（右轉）－南大附小一至本校。

二、如果您是在高速公路仁德交流道：您的選擇有二項

- A. 自行開車：車程約 20 分鐘，由仁德交流道下高速公路（往臺南市區）—可循東門路（直行）—東門城（直行）—東門圓環（往左南行）—大同路—樹林街二段（右轉）—南大附小—至本校。
- B. 搭客運車：至東門圓環或火車站，再循第二項之選擇至本校。

三、如果您是在臺南高鐵站：您的選擇有二項

- A. 由 2 號出口處，搭乘[31 號公車]，往市政府高鐵接駁快捷公車，20 分鐘一班；欲到本校「府城校區」者，請在「延平郡王祠站」下車，車程約 25 分鐘。
高鐵臺南站轉乘資訊(最新資訊請隨時連結臺灣高鐵網站確認)
- B. 搭計程車：直達本校，約 20~25 分鐘車程

校內地圖：

