




心花朵朵開

~輔導融入各領域教學社群
~研習回饋

113.03.20



請夥伴們分享參與社群課程活動中
印象最深刻的活動，
或者是最有感觸的課程

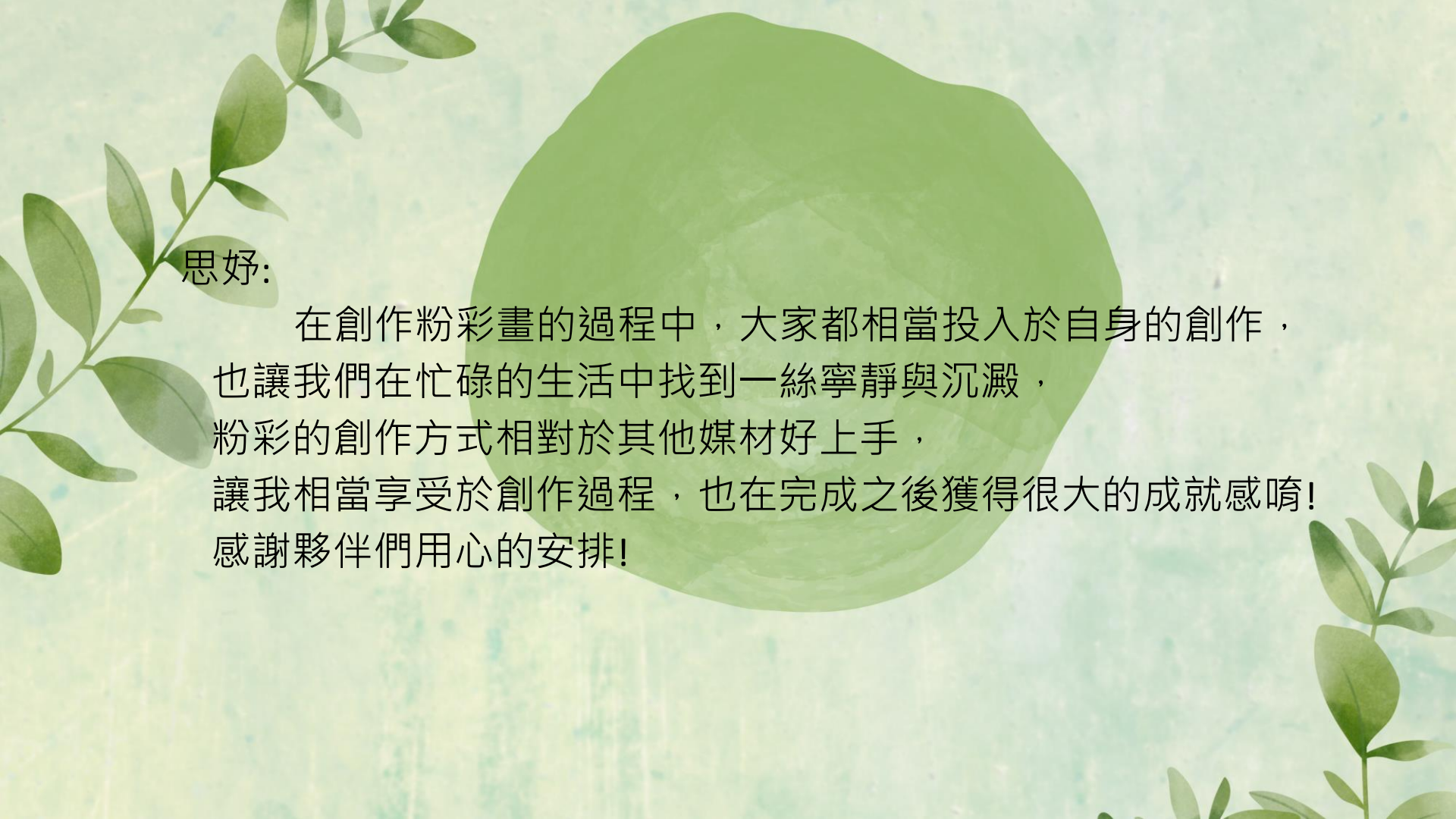


A decorative background featuring various colorful hearts and leaves in shades of green, blue, yellow, pink, and orange, scattered across a light-colored surface.

- 曼育:


印象最深刻的課程是畫粉彩畫，是我一直想嘗試的繪畫方式，課程中老師逐步引導我們繪製屬於自己的一棵樹，繪畫過程中，慢慢心靈沉澱下來，在忙碌的生活中喘息片刻。

桌遊課程，透過老師的介紹認識不同的桌遊玩法，甚至化身玩家投入其中，也增加老師們之間的交流。



思妤:

在創作粉彩畫的過程中，大家都相當投入於自身的創作，也讓我們在忙碌的生活中找到一絲寧靜與沉澱，粉彩的創作方式相對於其他媒材好上手，讓我相當享受於創作過程，也在完成之後獲得很大的成就感唷！感謝夥伴們用心的安排！



碧珊
很喜歡潘柏鈞老師的芳療課程。
心靈需要被療癒，
身體需要被傾聽。
藉此課程，
瞭解自己一直被忽略的最深層，
也才能透過瞭解，
去「理解自己」，
讓自己繼續在生命中.....
持續勇敢每一天。



嘉容

輔導社群裡的課程透過操作不同的媒材，
讓我們在忙碌的教學生活中，
身體得以放鬆，
並學習如何以不同的角度與學生溝通，
多樣的桌遊可以運用在不同的教學課程，
增進良好的師生關係，
「說書人」桌遊在觀察圖片內容後，
以簡短的語句表達內容，
增進了觀察能力，
遊戲中充滿了樂趣。



勝吉

芳療的課程很讓人放鬆，
透過味覺引導及自己對內在的檢視，
讓我更認識自己身心靈，
在忙碌的工作中可以掙得片刻安寧與平靜。
也感謝輔導社群惠菁主任的活動安排，
在愉悅、輕鬆的氛圍中大家都獲益良多。



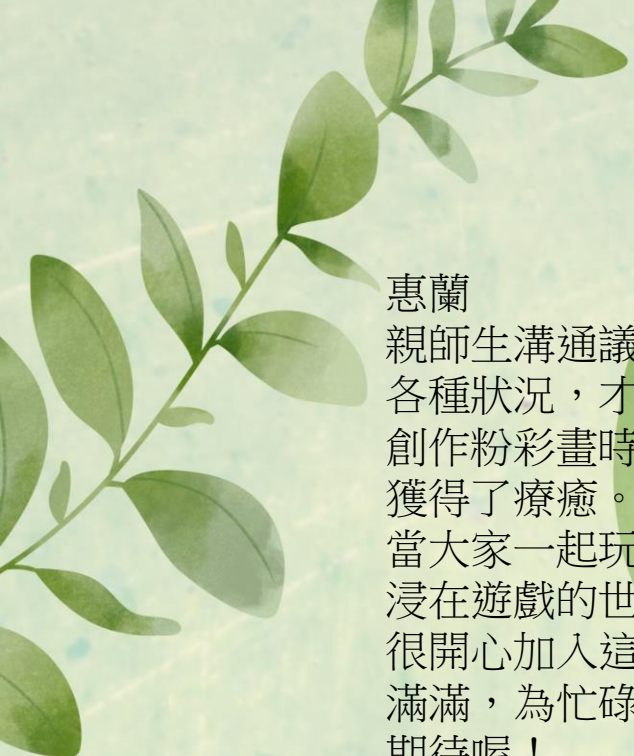
盈慧

進行粉彩創作時，跟隨老師的指令慢慢地放鬆身心畫出心裡的感受，整個過程感覺非常的療癒及放鬆，透過這種紓壓的作畫方式，讓心靈的腳步慢了下來。課程結束後，觀摩大家的作品也可以發現，大家的用色及構圖都有不一樣的巧思，也許一部分也反映了創作者透過畫想要傳達的意義。在班級應用時，也許也可以使用類似的方式，讓學生透過作畫反映內心的情緒狀態。



睿紳:

在透過粉彩畫的過程中，讓大家都透過的粉彩的教學過程中，可以沉澱自我內心的感受，並抒發心中的疲倦。當然人所畫出的圖案間接表現出工作、生活...的壓力。不過創作完，看著自己的成品，發現不同的自我。真的也很謝謝主任安排這一系列的心靈體驗活動，期待下次也能有不同的體驗




惠蘭

親師生溝通議題的線上講座，讓我瞭解在工作現場如何應對各種狀況，才能保護自己，避免踩到法律界線。

創作粉彩畫時，即使缺乏藝術天份，也能樂在其中，身心都獲得了療癒。

當大家一起玩桌遊時，自己彷彿也找回了童心，全心全意沉浸在遊戲的世界裡，有機會也要帶孩子們試試。

很开心加入這個社群，能在無壓力的情況下參與活動並收穫滿滿，為忙碌的日子增添許多色彩，下學期的課程也很令人期待喔！





雅玲

印象深刻之一的課程是粉彩畫-日本和諧粉彩，整個過程很療癒。當下安靜的、緩緩地描繪自己的狀態，將積累已久的情緒宣洩在畫紙上。透過這次的紓壓體驗，可以讓自己繁重的壓力得到釋放，心情輕鬆許多。

印象深刻之二的課程是桌遊，同樣是一個放鬆的時刻，暫時讓你忘卻煩惱，沉浸在遊戲當中，除了能讓自己放鬆心情，開懷大笑，還能增進同事間的情誼。



靜宜

本學年印象最深刻的課程是非常療癒的粉彩畫，以前就一直想嘗試看看利用粉彩作畫，可惜一直沒有機會，剛好可以透過學校的社群活動課程來達成願望，作畫前一樣一樣的物品發下來後，開始好奇每種的工具有什麼神奇的功用，跟著老師的步驟教學，靜下心來後，透過磨粉、塗抹、暈開的作畫過程中達到相當紓壓的效果，除此之外，也得到一幅只屬於自己獨一無二的美麗畫作，非常感謝輔導社群的老師們用心準備課程，也慶幸能學會粉彩畫這項技能，已在蝦皮把粉彩工具放進購物車...好期待接下來的其他課程!