

# 114 年度臺北市專任專業輔導人員推展各級學校輔導工作專案 「深植關係-從課堂到花園的班級體驗與多肉之旅」實施計畫

## 一、依據

- (一) 臺北市友善校園學生事務與輔導工作計畫
- (二) 臺北市學生輔導諮商中心年度工作計畫
- (三) 臺北市專任專業輔導人員推展各級學校輔導工作專案補助實施計畫

## 二、目標

- (一) 讓學生在自然的互動中，逐漸學會情緒管理和衝突解決的技巧，幫助學生建立自信心，找到歸屬感、成就感，並能有效處理人際關係。
- (二) 藉由園藝治療與多肉植物栽培的創作幫助學生在心理、情緒和社交方面獲得全面的成長，也促進他們的人際關係。

## 三、辦理單位

- (一) 指導單位：臺北市政府教育局
- (二) 主辦單位：臺北市學生輔導諮商中心
- (三) 協辦單位：臺北市立百齡高中
- (四) 合辦學校：臺北市立成淵高中、臺北市立中山女中

## 四、實施內容

### (一) 班級體驗教育：

- 1. 方式：運用簡易且可攜式的器材（固定或非固定）或無需道具的情境，設計結構性或創意性的體驗活動。藉由情境引導，讓學生透過肢體、口語或非口語的互動，學習情緒管理、建立自我價值、加強團隊合作與溝通信任，以及培養服務協助能力。每場活動結束後，團體帶領者、專輔人員與學校輔導團隊即時進行討論與回饋，針對學生表現和團體過程進行評估。
- 2. 講師：陳美含（就是晴天有限公司講師）、蕭勝耀（就是晴天有限公司講師）

### (二) 園藝治療：

- 1. 方式：以小組進行，由個案與輔導教師或主責專輔人員共同參與，透過多肉植物組盆或版畫創作，讓個案在手作過程中放鬆心情，並透過師生互動增進彼此關係。活動中，師長引導個案分享感受，促進情緒表達與抒發。
- 2. 講師：謝春瑜（喬爺多肉講師）、向宏治（喬爺多肉講師）

## 五、服務對象

以大北區之中山區、大同區、士林區為主，包含小學、國中、高中/職之二與三級輔導個案為主要服務對象。

- (一) 班級體驗教育：優先開放臺北市專任輔導人員服務的三級個案班級參與，名額未滿時開放學校輔導教師服務的二級個案班級。參與者包含二、三級輔導個案、班級學生、班級導師及班級輔導教師。
- (二) 園藝治療：分為國小場與國高中場，優先開放三級個案參與，名額未滿時開放二級個案參與。參與者包含二、三級輔導個案、班級輔導教師及專任輔導人員。

## 六、辦理期間

- (一) 班級體驗教育：114 年 3 月至 11 月，每場 3 小時，共 5 場。(視各校申請時間進行安排與調整)
- (二) 園藝治療：114 年 3 月至 11 月，國小與國高中各 1 場，每場 3 小時，共 2 場。(視各校申請時間進行安排與調整)

## 七、預計運用之輔導媒材

- (一) 班級體驗教育：團體課程大綱及器材媒介，將根據學員活動狀況進行適時調整。

活動名稱	活動目標	媒材
相見歡	1. 協助參與者集中注意力。 2. 建立帶領者與參與者兼得互動與默契。 3. 打破團體中既有的小圈子，促使人際關係較弱的參與者融入團體。	軟棒
起立行不行	1. 進行分組，觀察參與者的個別議題。 2. 透過小組競賽與團隊任務，促進參與者的同理心與成就感。 3. 建立參與者間的信任感。 4. 促進參與者間的溝通、討論與合作。 5. 培養參與者的挫折容忍力。	
極速撲克	1. 進行分組，觀察參與者的個別議題。 2. 透過小組競賽與團隊任務，促進參與者的同理心與成就感。	撲克牌 計時器
勇渡硫酸河	1. 執行分組或全班共同任務，增進團隊意識與互動。 2. 促進團隊討論與合作，提升自我表達能力。 3. 培養挫折容忍度及衝突解決能力。 4. 增強自信心與成就感。	墊子 報紙 長繩 封箱膠
骨牌效應	1. 進行分組，觀察參與者的個別議題。 2. 透過小組競賽與團隊任務，促進參與者的同理心與成就感。	
修復計算機	1. 進行分組，觀察參與者的個別議題。 2. 透過小組競賽與團隊任務，促進參與者的同理心與成就感。	數字牌 計時器 扁帶
搶救雷恩大兵	1. 建立參與者間的信任感。 2. 強化參與者間合作與分工能力。 3. 培養參與者的情緒管理及自信心。	布偶 扁帶封 箱膠
內省及反思	分享與反思。	學習單 筆

### (二) 園藝治療

結合十二種創作技巧，包含立體構圖、木器彩繪、蝶古巴特拼貼、立體彩繪技法、陶盆剖半、陶盆裝置、陶盆彩繪、仿舊彩繪技法、迷你水龍頭裝置、鋁線把手藝術、立體物件鑲嵌、多肉組盆，將多肉植物製作成獨特且精美的盆栽或版畫作品。

### 1. 版畫內容

時間	活動內容
0830-0900	報到時間
0900-0930	相見歡、多肉植物、介紹材料工具及使用
0930-1010	構圖、蝶谷巴特拼貼技巧說明、實作
1010-1040	立體彩繪、仿舊彩繪技巧說明、實作
1040-1110	陶盆剖半、裝置技術、鋁線把手藝術教學、立體物件鑲嵌
1110-1130	多肉組盆、作品完成
1130-1200	分享與回饋團體

### 2. 多肉組盆內容

時間	活動內容
1300-1330	報到時間
1330-1400	相見歡、多肉植物種類、養護、相關器材介紹
1400-1430	ppt 解說多肉故事、認識多肉、多肉選擇與組盆技巧
1430-1600	實作多肉組盆
1600-1630	分享與回饋團體

八、本計畫經核准報局核定後實施，修正時亦同