



人本教育學程

一次滿足您的教學需求、自我成長需求、生涯規劃需求！

「如果，我從小受的教育完全是另外一套，那我現在會長成什麼樣子呢？若我小時候，能有這樣被對待的機會，能遇見這樣啟發思想、打破制式教育的老師，一切，會有多麼的不一樣。」曾參加過《人本教育學程》的學員這麼說。

參與課程的現職教師們，也總是說，在《人本教育學程》裡很有充電的感覺，很能跳脫平日那些「不得已」，進入更有自主性的教案與教學法、管教方式的討論和思辨；在那些討論裡，覺得自己活了起來，更可以當真正的自己，面對學生時，也不再那樣的煩擾。

這次，人本教育學程規劃的三大區塊【教學的哲學與實務】及【森林小學教育實習】，將同時滿足您的教學需求、自我成長需求及生涯規劃需求！

一、教學的哲學與實務

- 1.線上工作坊 A：帶一片森林回家~理念教育的哲學與實務
- 2.線上工作坊 B：跟網路搶小孩~新時代中的教師影響力
- 3.實體溝通工作坊：溝通實務之操作與練習

二、森林小學教育實習

很多人非常好奇，人本教育的理想在森小如何實踐？如何維持？會不會因為外在限制而停留在表面功夫？甚至覺得，「像我一樣的校外人士走入森小，一樣會對人本追求的價值有感嗎？」

學員說，踏進森小讓我腦袋瘋狂運轉，不斷思考自己的教育哲學、孩子的狀態跟老師與他們溝通習慣的關聯、這個環境下的小孩未來會長成什麼樣子...等等，透過設計 5-10 分鐘上台試講教案，讓我很直接看到自己的備課邏輯跟森小的差異（距離？）。

完整參加工作坊 A 或 B，皆可於面試後到森林小學現場進行兩階段教育實習，名額有限！機會難得！

(1) 實習方式

- I. 於線上工作坊結束前一週提出實習申請（工作坊 A 為 9/22 前，工作坊 B 為 11/3 前）
- II. 完成任一門線上工作坊，經過面談，才能參與一階實習
- III. 完成一階實習後，經過面談，才能（但非一定要）參與二階實習

(2) 一階實習（免費、無津貼）（每梯以 6 位為限）

可於「9/30-10/3、10/13-10/17、11/17-11/21、11/24-11/28」這四週，任選三個時段，每個時段約 3 小時，接受森小老師的指導與安排，參與森小學科、生活（包括寢室時間）的教學活動。

(3) 二階實習（有 15,000 元實習津貼、含食宿）

於「2026/1/26~1/30+2/2~2/6」共計十天八夜，在森小「招生試讀梯」（地點在森小），進行試教，將一階實習的成果，落實在實際教學裡。試教時，沒有森小老師在旁指導；試教課程內容，將在試讀梯行前會議中，和試讀梯老師共同討論決定。

※ 生涯規劃：完整參加一二階實習者，即具有「應聘森林小學教師」資格，可以直接申請「應聘面談」。

招生對象：老師、家長、對教育有興趣者。

上課方式 / 地點：

- 線上工作坊 A 及 B：cisco webex meetings
- 實體溝通工作坊：台北市羅斯福路三段 277 號 7 樓

費用：免費參加

名額：線上工作坊 A 及 B—各 200 位，溝通工作坊—30 位

線上報名：

線上工作坊 A：<https://go.hef.org.tw/7zq99u>

線上工作坊 B：<https://go.hef.org.tw/7zq99z>

實體溝通工作坊：<https://go.hef.org.tw/7zq99v>



主辦單位：人本教育文教基金會

協辦單位：台北大學師資培育中心

工作坊 A. 帶一片森林回家～理念教育的哲學與實務

「人即目的，不是工具」，是人本主義的重要思想哲學，落實到教育現場，是什麼意思？又該如呈現？在以人為本的基礎上，知識如何傳遞？人應如何調整心智到可以跟知識呼應，以便掌握知識，讓學習者有共鳴？

形式	課名	講者	日期與時間
課前影片	人本教育的理想與實踐	史 英 / 人本教育基金會 執行董事	於 9/19 前觀看完畢
	知道、如何知道、為何需要知道？—兼談兒童的認知發展	林青蘭 / 森林小學校務主任	
	人本兒童觀—重新看待小孩	謝淑美 / 森林小學生活主任	
線上	1.陪孩子長大的方法～與孩子溝通的方法與練習	謝淑美 / 森林小學生活主任	9/20 (六) 9:30-11:30
	2.二十一世紀人類的挑戰～理念教育能解嗎？	史 英 / 人本教育基金會 執行董事	9/20(六) 13:00-15:00
	3.從思想控制的歷史，談教育要面對的處境	楊 翠 / 東華華文文學系 系主任	9/20(六) 15:30-17:30
	4.陪孩子長大的方法～與孩子談話的思想準備	謝淑美 / 森林小學生活主任	9/21 (日) 9:30-11:30
	5.教學的起手式～問個「好」問題 以語文教學為例	何淑真 / 森林小學教學主任	9/21(日) 13:00-15:00
	6.為什麼森林小學的『校訓』是愛、誠實、尊重、與公義～兼談理念教育的實踐	林青蘭 / 森林小學校務主任	9/21(六) 15:30-17:30
	7.教案的設計與實作	何淑真 / 森林小學教學主任 江承芳 / 森林小學教師	9/27(六) 9:00-12:00
	8.通過教學，獲得解放～教師實務座談會 如何裝備自己，備課，放下舊包袱，成就自己的新學習 如何面對小孩，信心與勇氣	主持： 林青蘭 / 森林小學校務主任 與談： 周長誼 / 台南市光榮實小 教師 吳仲堯 / 宜蘭縣員山國小 教師 陳彥潔 / 森林小學教師	9/27(六) 13:30-15:30

工作坊 B. 跟網路搶小孩～新時代中的教師影響力

現今的網路時代，對孩子帶來的最大傷害是「喪失意義感」，在任何課堂上，老師都可以針對「意義感」下功夫，試著把小孩從這樣的困境中「搶」回來，並協助孩子發展批判思考能力。

形式	課名	講者	日期與時間
課前 影片	教與學的原理	史 英 / 人本教育基金會 執行董事	於 10/31 前觀看完畢
	主題、合科跨領域的教學設計	何淑真 / 森林小學教學主任	
	孩子的生活教育	謝淑美 / 森林小學生活主任	
線上	1. 破解抖音腦！召喚孩子的意義感	謝淑美 / 森林小學生活主任	11/1 (六) 9:30-11:30
	2. 教育的挑戰～意義世界的重整，意義感、犬儒主義、失敗主義	史 英 / 人本教育基金會 執行董事	11/1 (六) 13:00-15:00
	3. 覺察與洞識～數學想想，超越演算法	邱曉芬 / 人本想想研發中心 主任、數學想想國教學長	11/1 (六) 15:30-17:30
	4. 科學精神 vs. 網路騙術～數理科教案	廖韋絜 / 森林小學教師	11/2 (日) 9:30-11:30
	5. 深度理解，破解話術～語文課教案	何淑真 / 森林小學教學主任	11/2 (日) 13:00-15:00
	6. 面對疏離，創造性連結～從佛洛姆愛的藝術談起	江思妤 / 人本基金會森林育 主任	11/2 (日) 15:30-17:30
	7. 探討人類心智運作的秘密	謝伯讓 / 台大心理系教授	11/8 (六) 9:30-11:30-
	8. 快樂的教師，自然的影響力～重建自我圖像	林青蘭 / 森林小學校務主任	11/8 (六) 13:00- 15:00

實體溝通工作坊～溝通實務之操作與練習

溝通是建立在對人的了解，除了看見需求、覺察慣性，更要檢視自我信念及價值，而最重要的，疼惜生命才是溝通的真諦。這個工作坊將結合觀點論述、課前作業及課堂實做，讓學員理論及實務兼具。

形式	課名	講師	日期
實體	溝通，拓展對人的認識	林青蘭 / 森林小學校務主任	12/7 (日) 9:30-11:30
	溝通，從聆聽開始		12/7 (日) 13:00-15:00
	溝通，絆腳石的覺察	陳雅萍 / 人本基金會教育中心主任	12/14 (日) 9:30-11:30
	溝通，疼惜生命才是基礎	謝淑美 / 森林小學生活主任	12/14 (日) 13:00-15:00
	溝通，我訊息如何表達		12/14 (日) 15:30-17:30

1. 溝通，拓展對人的認識

好的溝通是建立在「了解」的基礎之上，不只了解對方，也包含了解自己，更必須要有對人的了解。所以，我們會從人本心理學的角度認識「人」及其「需求」。

2. 溝通，從聆聽開始

人的詮釋機制會決定我們聽到什麼，這涉及對信念的自我覺察，以及對價值觀差異的接納，因此除了去除聆聽的障礙，更要能掌握積極聆聽的積極意義。

3. 溝通，絆腳石的覺察

人會有一些說話的慣性，以至於難以覺察語言對人的影響（包含對自己），特別是負面語言的破壞性。溝通，從好好說話開始，好話是先說給自己聽，穩住自己的同時，也照顧了對方。

4. 溝通，疼惜生命才是基礎

世界上有兩種溝通，一種是沒有愛的，一種是為了愛的；沒有愛的溝通，叫做談判，為了愛的溝通，其實不只是溝通，而且是愛的傳達。在愛的基礎上，我們不只疼惜對方，也疼惜自己。

5. 溝通，我訊息如何表達

溝通時，雙方無論需求衝突或者價值觀衝突，都必須練習如實表達，一致性的應對姿態是促進關係的關鍵，它是內心所想與外在表達相符的溝通模式。當人們能如實認識並接納這樣的自己，會有更多信心為自己發聲，也更能接受彼此之間表達不同情緒與需求。