

教育部 110 年度補助大專校院辦理輔導工作計畫 「依戀理論經典共讀會」輔導人員專業研習實施計畫

一、計畫依據

- (一) 教育部 109 年 11 月 11 日臺教學（三）字第 1090161111 號。
- (二) 教育部補助辦理學生事務與輔導工作原則。
- (三) 教育部補（捐）助及委辦經費核撥結報作業要點。

二、計畫目標

- (一) 提升參與人員的學生輔導與諮商理論專業知能。
- (二) 透過從理論到實務的討論，提升參與人員的輔導與諮商實務效能。
- (三) 依「醫事人員執業登記及繼續教育辦法」第十三條規定，提供諮商輔導專業人員專業課程繼續教育積分。
- (四) 依「學生輔導法」第十四條規定，提供專業輔導人員、輔導教師在職進修課程。

三、主辦學校：國立臺東專科學校

四、承辦單位：諮商輔導組

五、研習日期及時間：110 年 8 月 16 日~9 月 27 日，下午 1 點 30 分至 4 點 30 分。

六、研習地點：國立臺東專科學校誠樸校區。因應新冠疫情，本活動將採 google meet 線上讀書會方式進行。

七、參加人員及人數

- (一) 南區大專校院專業輔導人員、高中職輔導教師及臺東區、花蓮區、屏東區諮商心理師。
- (二) 每場次 10 人，預計 60 人次。

八、研習課程

- (一) 研習內容與設計詳見附件一。
- (二) 參與人員將獲贈一本依戀理論三部曲 1：依附書籍，每本原價 690 元。
- (三) 由於該書籍內容博大精深，將於第一次課程由講師導讀，並與成員討論後，精選需閱讀討論的章節，以符合參與人員的輔導與諮商專業發展需求。

(四) 本研習採共讀讀書會形式進行，參與人員需分組認領本書章節，於課前閱讀該章節，於課程中分享該章節心得並提出一個問題。共讀讀書會不只是一場學習、閱讀書籍的過程，透過提問激發人們思考，創造出無限多種的想像，激發共思與共創的空間。

九、講師簡介

姓	名 翁士恒
最 高 學 歷	英國國立愛丁堡大學諮詢與心理治療學研究所博士
服 务 單 位 及 職 稱	國立東華大學諮詢與臨床心理學系助理教授
專 長	歐陸現象學哲學與客體關係理論心理治療，曾是兒科臨床心理師。 現任國立東華大學諮詢與臨床心理學系助理教授，主責授課心理衡鑑、診斷與心理治療。
研 究 領 域	早期療育、兒科心理師訓練、心理治療、社區心理學、現象學心理學、動物輔助治療與生態治療。

十、預期成效：

(一) 量化成效指標

- 1、預計辦理 4 場次，出席率達 70%。
- 2、每次課後填寫滿意度問卷調查表（如附件二），滿意度達 70%以上。

(二) 質化成效指標

- 1、透過閱讀本書與團體討論，提升參與人員對依戀理論與親密關係、人際關係的專業知能。
- 2、透過講師帶領與團體討論的相互學習，提升與會人員從依戀理論延伸相關實務應用效能，以增進其個案諮詢輔導的品質。

十一、報名方式：

- (一) 線上報名，並於本校網站公布並以 email 通知錄取名單。
- (二) 預計依報名時間先後依序錄取 10 名，報名序號 11 以後為候補名單。

十二、其他說明

(一) 全程參與者，由主辦單位協助申請下列研習時數

- 1、諮詢心理師繼續教育積分認證
- 2、高中職輔導教師：全國教師進修網研習時數

- (二) 參加人員請學校准予公差假。
- (三) 本研習不提供住宿與交通接送。
- (四) 完成報名手續後，若因故無法參加，請於活動前一周以 email 告知，以便主辦單位通知候補名額遞補。
- (五) 如因不可抗拒之因素（如天災、颱風或重大意外等）以致活動延期或無法辦理時，將以 email 通知參與人員。
- (六) 為落實環保，請自行攜帶環保餐具及環保杯。
- (七) 為因應新冠肺炎疫情，敬請參與人員確實遵守中央流行疫情指揮中心發布之防疫措施，並於活動期間全程配戴口罩、配合體溫測量、填寫傳染病防疫評估表（TOCC）及保持適當社交距離，如有身體不適應避免出席，以維護參與人員之安全與健康。
- (八) 本計畫核可後，若有未盡事宜，得依照實際情況修訂之。

十三、聯絡人及聯絡方式

聯絡人：王云緒 心理師

電 話：089-226389 分機 2277

電 郵：leanne@ntc.edu.tw

地 址：95045 臺東市正氣北路 911 號

十四、經費表：如附件

【附件一】

(一) 書籍說明：

書名 依戀理論三部曲 1：依附
【心理學革命性經典鉅著，繁體中文版首度面市】

約翰·鮑比(John Bowlby, 1907—1990)

英國精神病學家、心理學家，母愛剝奪實驗和依戀理論創始人，最著名的理論為他在 1950 年代所提出的依戀理論(attachment theory)。

作者 早年在劍橋大學攻讀醫學和心理學，主要從事兒童和家庭精神病方面的醫療、教學和臨床研究。他系統性的研究了母愛剝奪對人格發展的不良影響，提出了兒童對母親的依戀理論。而後，依戀理論也經由他的學生安斯沃思 (Mary Ainsworth) 研究證實，並且延伸到成年的戀愛關係中，成為了近代最知名、運用領域最廣的心理學理論。

人際關係心理學經典——依戀理論

解開你的不安全感源頭、迎向健康的人際聯結

每一個孩子出生時，都會自然而然的對母親有著強烈依附傾向，這是必經的生理現象，一旦失去了母親角色，孩子的悲傷與痛苦，將會影響到他們未來的心理狀態。他們對於母親的離開感到焦慮，從一開始不斷的用哭泣、發脾氣表達自己的抗議，並且時時刻刻關注母親回來的訊號；接著，孩子變得退縮、失去活力，感到深深的絕望；最後，當孩子無法再次忍受分離經驗，他不再讓自己依附任何人，轉而將注意力轉向物體（糖、玩具）。

簡介 童年時期的一切經歷建構了我們，安全的依附關係讓我們能夠有勇氣探索新事物而不陷入失去照顧者的焦慮，這樣的聯結與安全感，是兒童發展心智與興趣的重要基礎。然而，忽略幼兒時期的心理安全時，多數人卻要在成年時期，付出更多代價重新建立自己的安全感。

依戀理論創始者——約翰·鮑比的革命性經典著作《依戀理論三部曲》，探索著兒童與父母的依附關係，以及失去主要依附角色的嚴重性。我們在鮑比的研究當中，看見的不只是影響近代心理學最著名的理論，還有孩子失去與母親聯結時是如何絕望與悲傷。最終，我們或許會在這樣的 research 中發現，自己的不安全感，其實都來自於童年的不安全感。

【Part 1 創造不同以往的精神分析理論】

- 第一章 由一個觀點衍生、發展完整的理論基礎
- 第二章 母嬰關係中，尚待解釋的觀察

【Part 2 本能行為與依附行為的關聯與研究】

- 第三章 本能行為——傳統理論的替代模型
- 第四章 進化適應性中的人類環境
- 第五章 行為系統所調節的本能行為
- 第六章 本能行為的因果關係
- 第七章 感受、情緒的評價歷程與選擇
- 第八章 本能行為的功能
- 第九章 生命週期中的行為改變
- 第十章 本能理論的研究與發展

目錄

【Part 3 依附行為：母親與孩子最原始的聯結】

- 第十一章 依附行為，是兒童與母親的聯結
- 第十二章 依附行為的本質與功能
- 第十三章 依附行為的控制系統觀點

【Part 4 人類依附行為的個體發生學】

- 第十四章 依附行為的開始——新生兒的依附行為發展
- 第十五章 依附行為如何聚焦在一個對象上
- 第十六章 依附的模式和其影響因素
- 第十七章 複雜化的依附行為組織與其發展

【Part5 依戀理論的舊議題和新發現】

- 第十八章 穩定的依附關係模式以及其變化
 - 第十九章 反對、誤解依戀理論的聲音，以及我的澄清
-

(二) 共讀讀書會課程：

日期	時間	內容	主持人
第一場	13：30-16：30	◆團隊相見歡 ◆本書導讀簡介 ◆分組認領與凝聚共識 ◆問題與討論	翁士恒
第二場	13：30-16：30	◆學員分享該章節心得與提問 ◆講師導讀與回應 ◆共享與共創：從知識到實務	翁士恒
第三場	13：30-16：30	◆學員分享該章節心得與提問 ◆講師導讀與回應 ◆共享與共創：從知識到實務	翁士恒
第四場	13：30-16：30	◆團體歷程回顧 ◆成長與展望	翁士恒

【附件二】

國立臺東專科學校活動問卷調查表

活動名稱：

活動日期：

活動時間：

活動地點：

親愛的與會人員您好：

首先感謝您熱情參與本次活動，為了能讓下一場活動更貼近及符合您的需求，因此期盼您提出寶貴之意見，協助填寫此份問卷，以作為日後舉辦相關活動之改進方向與參考依據！

本問卷採不記名方式，問卷分析結果僅作為本校未來舉辦活動之參考依據，請您安心填寫，再次感謝您的參與！

敬祝 身體健康 萬事如意

諮詢輔導中心 敬上

一、基本資料

地區別：高雄區 屏東區 臺東區 花蓮區 其他 _____

身分別：大專校院專業輔導人員 高中職輔導教師 諮詢心理師 其他 _____

二、活動滿意度

(請依：5=非常同意、4=同意、3=無意見、2=不同意、1=非常不同意，將 1~5 數字填入下方問題中)

A. 活動內容規劃	分數	C. 學員自我幫助	分數
1. 活動所欲達成之目標明確		1. 活動內容有增進諮詢輔導專業知能	
2. 活動時數安排		2. 活動內容有增進我對依戀理論的理解	
3. 活動內容規劃與個人需求之契合		3. 活動內容有助我將理論運用於實務工作	
4. 活動辦理方式		4. 活動內容有增進個案諮詢輔導效能	
5. 整體而言，此活動提供之資料有參考價值		5. 整體而言，此活動對我有實質的助益	
B. 活動辦理情形	分數	D. 服務品質	分數
1. 活動內容有充實的教材設計		1. 活動前的聯繫	
2. 講師授課內容表達清晰、容易瞭解		2. 場地空間感受	
3. 講師與學員有互動及回應		3. 活動教學設備	
4. 講師引導團體討論與良好學員互動		4. 活動工作人員的服務與態度	
5. 整體而言，我滿意該活動的教材教學設計		5. 整體而言，我對此活動的整體滿意度	

三、活動心得：