

映如老師的秘密基地(*´▽`*)~♥

📍📍📍如果你需要找人聊一聊，分享你的生活和心情，你可以：

1.填寫表單小熊信箱

2.直接寫mail給小熊ysles-bear@mail.ysles.tyc.edu.tw

來自輔導室の關心

親愛的員樹林國小小朋友、老師、家長們好：

我是輔導老師-映如老師，最近疫情嚴峻，想關心大家身體、心裡感覺都還好嗎？疫情變化太快，雖然每個人一定都很努力在照顧好自己和我們的孩子，但是疫情的傳播力超乎我們的想像，導致就算已經做了很多自我防護，還是會收到有人確診的消息，不管是當事人還是其他人，心裡都會覺得不好受，每個人都辛苦了！



我確診了...

沒有人想染疫，所以發現時一定很難過、焦慮，還要承受生病的各種身體不舒服。
而且我們也會不斷為別人著想，不能外出或移動，原本的生活作息都被打亂，內外都在都有很大的壓力...

我需要
居隔或停課...



為了保護自己和大家，我不能到學校上課，不能跟平常一樣跟老師、同學互動，除了心情會很難過、寂寞、緊張之外，還需要忍受不舒服的快篩以及對於自己是不是也染疫的擔心...

大家可以看見我們的辛苦和努力，並不吝給予支持和關心，
這些都可以增加繼續堅持下去的力量喔！



我可以控制的事情：

配合防疫政策
維持穩定的作息/學習
注意/調適自己的心情
擴展自己的興趣和喜好

減少或避免：

一直關注別人的行為
煩惱疫情會多嚴重/持續多久
預測疫情/政策的發展

如果我心情真的
很不好...



找些興趣和喜好(在家運動、看書、烹飪、拼圖等)

維持和親友、師長的互動

放鬆練習

找人聊一聊

• 線上小熊信箱(專輔老師線上課表)

• 1925安心專線

• 哎唷喂呀兒童專線0800-003-123

3. 按「前往 Classroom」

Google

登入

使用您的 Google 帳戶

電子郵件地址或電話號碼

y[redacted]r@mail.ysles.tyc.edu.tw

忘記電子郵件地址？

如果這不是你的電腦，請使用訪客模式以私密方式登入。瞭解詳情

建立帳戶

繼續

4. 輸入學生
學校信箱的
帳號密碼

Google Classroom

605熊熊的秘密基地

陳映如

拒絕 加入

Google Classroom

Classroom 有助於課程交流互動、節省時間以及妥善管理。瞭解詳情

員樹林國小小鮑 [redacted]
[redacted]@mail.ysles.tyc.edu...

繼續

如果選擇加入，即表示你同意與課程中的其他人共用聯絡資訊。瞭解詳情

6. 你會看到你的名字，你專屬的秘密基地，
請按「加入」

5. 如果你的帳號密碼
正確，請按「繼續」

605熊熊的秘密基地

這裡是你的班級和名字

訊息串

課堂作業

成員

605熊熊的秘密基地

在我們約定的時間，
你可以按【加入】到我們的會議室

* 只有在我們約定的時間，老師才會上線，
如果你需要其他時間找老師，
你可以留言給我喔～

Meet

加入

最近截至日期的作業

太好了，沒有近期作業繳交的作業！

全部顯示

要在課程中宣布的事項

按這裡你可以留言或提問給陳映如老師

陳映如
上午9:31

嗨～鮑鮑！
這是我們專屬的線上秘密基地，你有什麼想要問陳映如老師的話都可以在這裡留言囉！
旁邊Meet是我們見面的會議室，只有在我跟你約定的時間老師才會上線囉！
如果要改時間或者有其他問題，歡迎留言或者寄信跟老師討論～

老師會在這留言或提問，
你可以按下面來回應↓

新增課程留言...

線上秘密基地的小默契：

1. 我會在約定的時間準時出席，若時間要更動會事前通知老師。
2. 我會妥善保密，未經允許不錄音、截圖及錄影、拍照。
3. 我同意在視訊晤談時不會有第三者在旁邊聆聽或觀看。

注意事項：

1. 此秘密基地是保密的，請遵守保密原則。
2. 約定的時間，映如老師會多等待10分鐘，若你依然沒有出現在視訊會議中，老師就會先掛斷囉！
3. 請確保你和映如老師通話時，是在家中獨立的空間，且用耳機通話，旁邊盡量不要有家人！謝謝！
4. 若想更改見面時間或請假，請提早一天以google classroom聯繫映如老師，或用gmail寫信聯繫，謝謝！

映如老師的mail：irenery25@mail.ysles.tyc.edu.tw

員樹林國小輔導室 遠遠的關心不打烊

現在防疫在家，線上學習很重要，照顧自己的心情也同樣重要喔！

下面兩個網頁是輔導室提供小朋友和家長在家也可以照顧自己的資源和管道，小朋友可以填寫小熊信箱，也可以用自己的帳號去學習吧看看映如老師為你們準備的繪本和影片，家長也可以註冊學習吧，上面有許多可以在辛苦帶孩子過程中助你一臂之力的方法分享喔！



<https://forms.gle/omiguVv2ZGKzmv66>

【小熊信箱】google表單

如有任何問題，可與專輔老師聯繫：
陳映如老師 irenery25@mail.ysles.tyc.edu.tw



登入/註冊【學習吧】

掃描QRcode

或在「加入課程」輸入邀請碼

未使用過也別擔心：搜尋「學習吧」→右上角「註冊」
→以信箱註冊→至信箱收信完成註冊即可囉！

【專輔老師防疫期間陪著你】學習吧

裡面有很多給你們的照顧自己好方法，可以不時進去看看呦～

<https://www.learnmode.net/course/229508?passcode=512890>

