

# 115 年度臺南市青少年福利服務中心 青少年育樂活動

刪除「失敗」紀錄的 180 分鐘瘋狂腳本

-探索體驗教育計劃書

主辦單位：臺南市政府社會局

承辦單位：臺南市青少年福利服務中心

聯絡人：涂菀茜 中心主任

聯絡電話：06-2981200

電子信箱：[tnywscservice@gmail.com](mailto:tnywscservice@gmail.com)

## 壹、活動目的

研究報告指出現在 Z 世代的青少年對於失敗容忍度低，容易因課業壓力感到心有餘而力不足。青少年在高壓與不確定世代，缺乏安全場域練習挑戰與合作，在自信上與團隊合作容易因為遇到困難而退縮。因此，期待藉由課程建立青少年心理韌性與團隊協作能力。

## 貳、主辦單位：臺南市政府社會局

## 參、承辦單位：臺南市青少年福利服務中心

## 肆、活動資訊

- 一、活動日期：115 年 3 月 14 日（星期六）
- 二、活動時間：下午 1：30~4：30（共 3 小時）
- 三、活動地點：贏地創新育成基地（臺南市新營區民治路 38 號）
- 四、對象：臺南市 12 歲至未滿 19 歲之青少年
- 五、參加名額：30 人
- 六、報名方式：
  - （一）報名請至臺南市青少年福利服務中心 linktree 網頁  
(<https://pse.is/8jzm94>)/活動報名，進行線上報名，如報名後不確定是否完成報名，可來電洽詢。
  - （二）恕不接受活動當天現場報名。
  - （三）報名時間：2 月 12 日（星期四）起至 3 月 10 日（星期二）或報名額滿為止。
  - （四）洽詢電話：06-2981200。
- 七、課程費用：免費（為避免資源浪費，若報名成功之青少年欲取消報名，務必來電告知，使更多人享有參與福利，感謝您的配合！）

## 伍、講師介紹

| 講師        | 經歷                                                                                                |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 王瑞舟(捲毛)老師 | 臺灣教育訓練人才發展中心-培訓顧問<br>采風戶外探索教育中心-講師<br>瘋戶外有限公司-企業教育訓練講師<br>精湛學習事業有限公司-講師<br>社團法人高雄市服務與學習發展協會-創會理事長 |

## 陸、活動內容

| 時間                     | 活動名稱         | 課程內容                                               |
|------------------------|--------------|----------------------------------------------------|
| 13:30-14:00<br>(30 分鐘) | 啟動學習<br>暖身活動 | 學習模式及心態建立<br>團隊運作從參與開始<br>團隊意識建立                   |
| 14:00-15:00<br>(60 分鐘) | 大圈繞小圈        | 學習團隊默契培養<br>團隊分析問題並達成共識<br>如何有效完成目標                |
| 15:00-16:00<br>(60 分鐘) | 修復計算機        | 團隊溝通與協調<br>標準流程&成功模式的建立<br>每個個體對團隊關係及影響<br>團隊溝通與協調 |
| 16:00-16:30<br>(30 分鐘) | 團隊同心圓        | 學習總結回顧                                             |

## 柒、預期效益

- 一、建立高張力默契：透過繩索任務，讓青少年學會將生命安全交託夥伴，建立深層信任。
- 二、精煉溝通戰術：在解謎挑戰中，練習精準的資訊傳遞與有效傾聽，提升溝通技巧。
- 三、心理韌性培育：面對困難關卡時，學習如何調整心態，將失敗轉化為團隊共好的養分

## 捌、場地交通

- 一、場地：贏地創新育成基地
- 二、地址：730007 臺南市新營區民治路 38 號

