

臺北市政府衛生局

111 年度校園第一線專業人員兒少心理健康知能培訓 簡章(7 月至 12 月)

校園議題隨著世代交替及家庭變遷漸以多元樣貌呈現，相關輔導工作儼然是校園、家庭、社區、醫療共構之多元化系統處遇。現今校園專業輔導人力建置雖已漸趨完整，惟學生問題日益複雜，教學現場之專業輔導人員實為分身乏術，導師及認輔教師亦是校園當前最不可或缺的第一線輔導人員。

本局奠基於實務經驗，盼透過研習課程幫助第一線教師了解如何因應干擾校園生活之學生或家長，並清楚相關資源及與其他單位之合作方式，以減輕導師或認輔教師之工作壓力與心理負擔。

為促進本府各局處兒少相關業務人員對兒童青少年精神疾病及心理健康的認知，俾利兒少相關業務推展與合作，本課程亦邀請各局處提供兒少相關服務之第一線同仁共同參訓，盼提昇各局處同仁對兒少心理健康之敏感度與心理衛生相關資源之運用知能。

- 一、主辦單位：臺北市社區心理衛生中心、臺北市教師研習中心
- 二、參加對象：本市國小、國中、高中職之導師、輔導老師、一般教師、認輔教師，以及本府各局處兒少業務相關人員(本研習各場次歡迎本市 110、111 學年度初任教師參加)。
- 三、本課程請各級學校薦派教師參加，本府各局處至少指派 1-2 位同仁擇期參訓並惠予公假。
- 四、報名費用及人數：全額免費，線上講座每場次限 70 人，實體講座每場次限 50 人，工作坊(視訊/實體)每場次限 20 人。
- 五、報名方法：

報名對象	報名方式	報名洽詢窗口
學校教師	請逕行登入 臺北市教師在職研習網站報名 (https://insc.tp.edu.tw)，並列印報名表經行政程序核准後，再由學校研習承辦人進入系統辦理薦派報名。	臺北市教師研習中心 秦玲美研究教師 電話：02-2861-6942 轉 213 電子信箱： tiec213@gmail.com
本府各局處兒少相關業務同仁	請於 111 年 6 月 30 日(四) 前，免備文以 電子郵件 傳送報名表至承辦人信箱(tina0402@health.gov.tw)。	臺北市社區心理衛生中心 葉亭均 心理輔導員 電話：02-2303-3611 轉 218

六、課程模式

(一) 實體課程(為響應環保請參加者自行攜帶環保杯具)

1. 研習地點：臺北市立新興國中活動中心3樓教研中心外辦班教室(臺北市中山區林森北路511號，捷運蘆洲線，中山國小站2號出口左轉)。研習地點不~~不~~提供停車位，請儘量搭乘大眾交通工具前往。

2. 注意事項

- (1) 課程辦理方式將遵循全國疫情警戒標準，必要時調整為線上進行(請收信並檢視垃圾及廣告信件匣)，相關訊息亦同步公告於臺北市教師在職研習網首頁「最新公告」，開課前請密切注意相關公告。
- (2) 課程當日請依學員編號入座。
- (3) 防疫相關規定(群聚人數，餐食，可否出席…等)依中央疫情指揮中心及臺北市政府教育局規範，做滾動式修正。
- (4) 課程期間為顧及學員健康，請全程佩戴口罩，並配合於校門口處量體溫及手部酒精消毒。若有發燒(額溫 $>37.5^{\circ}\text{C}$ 或耳溫 $>38^{\circ}\text{C}$)、咳嗽等呼吸道症狀，請勿到訓並主動聯繫告知。

(二) 線上課程:會議室連結網址另以電子郵件通知。

七、課程表：

場次	教研中心研習核准文號	日期	時間	課程	課程辦理方式	講師
1	北市研習字第1110606028號	7/12(二)	09:00-16:00	培養兒少心理韌性能力工作坊-含小組討論及分享	線上	潘元健 臨床心理師
2	北市研習字第1110606032號	9/13(二)	09:00-16:00		實體	潘元健 臨床心理師
3	北市研習字第1110606034號	9/22(四)	09:00-12:00	提升危機處理及自我療癒力	實體	楊國如 國立台灣師範大學教育心理輔導系兼任講師
4	北市研習字第1110606037號	10/13(四)	09:00-12:00	如何與兒少談親密關係	線上	郭雅真 諮商心理師
5	北市研習字第1110606035號	10/28(五)	09:00-12:00	兒少自我傷害行為的辨識與處遇(含自殺防治)	線上	陳乃綾 諮商心理師
6	北市研習字第1110606036號	11/1(二)	13:30-16:10	創傷後壓力症候群兒少輔導策略	線上	李筱蓉 臨床心理師
7	北市研習字第1110606039號	11/17(四)	09:00-12:00	如何協助懼學兒少	線上	王意中 臨床心理師
8	北市研習字第1110606040號	11/23(三)	09:00-12:00	目睹家庭暴力兒少之輔導與專業人員心理因應	實體	廖怡玲 臨床心理師

八、各場次錄取及開課相關資訊通知，最晚於開課前 3 天，以電子郵件寄發，請再留意電子郵件及教研網首頁最新公告。

九、培養兒少心理韌性能力工作坊簡介

何謂心理韌性：

心理韌性被認為是個體從逆境、壓力，與創傷之中恢復與適應的能力，心理韌性的提升將有助於個體抵禦生活困境所帶來的影響，並迎接未來生活的挑戰。

本工作坊主要目的為簡介心理韌性的核心觀念，並透過實際演練與小組討論，設計可供運用的心理韌性方案，讓學員對於心理韌性相關概念以及在兒童青少年族群的運用有初步瞭解。

工作坊內容：

09:00-09:50	心理韌性核心觀念簡介
10:00-11:00	心理韌性活動介紹與演練
11:00-12:00	心理韌性方案設計（主題挑選）
12:00-13:00	中午休息
13:00-14:00	心理韌性方案設計（小組討論）
14:00-15:00	心理韌性方案呈現（小組報告）
15:00-16:00	綜合討論與觀念回顧

※此次工作坊含小組分享討論活動，請學員自備視訊及通話裝置，並敬請配合分組討論之進行。