

# 臺北市政府衛生局

## 113年度校園第一線專業人員兒少心理健康知能培訓 簡章(8月至10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，盼透過研習課程增進校園導師、科任教師及專輔教師認識兒童青少年常見之發展性精神疾患及後疫情時代兒少心理健康促進知能，協助及早辨識個案並加以輔導，並針對高危機、高關懷兒少提供相關轉介資源。

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、一般教師、認輔教師、輔導老師，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112、113學年度初任教師參加)。

三、課程類型：分為**初階知能線上講座**、**進階實務工作坊**及**連續性系列課程**。

初階知能講座藉由專業講師授課分享，提升教師對於兒童青少年常見之發展性精神疾患之認識，協助及早辨識個案並加以輔導、轉介，報名對象以需要增進基礎輔導知能之導師、教師及輔導教師為主；進階實務工作坊將透過分組討論、個案研討、實務技巧演練等方式，將專業知能實際運用於教學及輔導現場，報名對象須具備基礎輔導相關知能(如歷年有報名過同類型主題之課程)，於實務上有需要透過個案研討進行增能之專任輔導教師、認輔教師、導師等為主。

今年新增**連續性系列課程**，將從輔導理論的知識概念到實務應用的經驗技巧進行分享，期能讓教師完整學習並深化輔導知能及應用。

四、本課程請各級學校**薦派**教師參加，本府各局處薦派相關業務同仁參訓並**惠予公假**，本課程採自由報名方式。

五、報名費用及人數：全額免費，初階知能講座每場次限80人，進階實務工作坊每場次限45人。

## 六、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 <b>臺北市教師在職研習網站</b> 報名( <a href="https://insc.tp.edu.tw">https://insc.tp.edu.tw</a> )，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 曾韻心 研究教師 電話：02-2861-6942轉215 電子信箱：bd4555@gov.taipei
本府各局處 兒少相關業 務同仁	請於 <b>113/7/19(五)</b> 前，免備文以 <b>電子郵件</b> 傳送報名表至承辦人信箱( <a href="mailto:bq0259@gov.taipei">bq0259@gov.taipei</a> )。	臺北市社區心理衛生中心 劉欣怡 心理輔導員 電話：02-3393-6779轉35 電子信箱：bq0259@gov.taipei

## 七、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 教研中心外辦教室**(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**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。

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、課程表：

場次	課程類型	辦理方式	日期	時間	課程	講師
1	連續性系列課程 (DBT)	實體	8/13 (二)	9:00-12:00	DBT(辯證行為治療)應用於青少年情緒障礙及反覆自傷 part1	陳淑欽 臨床心理師 馬偕自殺防治中心
				13:30-16:30		
2			8/14 (三)	9:00-12:00 13:30-16:30	DBT(辯證行為治療)應用於青少年情緒障礙及反覆自傷 part2	
3	知能講座	線上	10/17 (四)	9:00-12:00	校園性別事件的輔導知能與實務分享	郭雅真 講師
4	進階實務工作坊	實體	9/4(三)	9:00-12:00	協助特殊兒少家長之實務分享 (親師溝通)	廖怡玲 心理師
5			9/25(三)	9:00-12:00	談兒少網路成癮	賴柔吟 醫師
6			9/26(四)	13:30-16:30	這不是你的錯—性侵害防治戲劇教育	高仔貞 講師
7			10/7(一)	13:30-16:30	友善旁觀者計畫—反霸凌戲劇教育	高仔貞 講師
8			10/22(二)	9:00-12:00	校園意外事件之減壓團體實務技巧	楊國如 老師

註：

1. 今年度課程因配合本局衛生教育推廣，將規劃課程前後學習成效知能簡易測驗，並以匿名方式進行整體學習效果分析，敬請學員配合完成線上填答作業。
2. 進階實務工作坊將透過分組討論、個案提報研討、實務技巧演練等方式進行，視課程安排可能會請教師們事前準備相關個案輔導資料以利討論學習，敬請斟酌研習需求後報名。
3. 連續性系列課程簡介詳如附件，8/13、8/14為 DBT(辯證行為治療)的概念課程，建議教師兩堂課皆全程參與。

## 附件

### DBT(辯證行為治療)課程簡介

日期	2024/8/13、14(二、三) 9:00-16:30
課程名稱	DBT(辯證行為治療)應用於青少年情緒障礙及反覆自傷
何謂 DBT	<p>辯證行為治療(Dialectical Behavioral Therapy, DBT)為第三波認知行為治療中的一員，是針對重複自殺／傷個案發展的治療模式，也被延伸使用在其他複雜性問題的個案身上。這些治療模式依循 CBT 實證為基礎(evidence based practice, EBP)的精神在研究當中顯出相當的療效。</p> <p>治療重複自殺／自傷個案會面臨相當多的困境，個案高度自殺危機狀態常常與高度情緒脆弱度有關，而延伸出的衝動反應常常帶出多元複雜的問題，治療者在治療中因承受很高的壓力也很容易做出無效反應，或者提前終止治療，為了因應這些困境，DBT 以「問題解決」作為改變策略，並以「了了分明(Mindfulness)」為接納策略，幫助個案及治療師練習用智慧心 (wise mind)觀察環境及自我內在反應，而不急著做出回應；並使用辯證策略幫助個案及治療師在困境的拉扯中取得平衡，找出最合適當下情境的解決方案。幫助個案過一個值得活 (worth living)的生活。</p>
課程目標	透過本課程，希望幫助學員了解 DBT 的基本概念，包括：DBT 的核心技巧（了了分明，mindfulness）、邊緣型人格的生物社會理論（包括情緒脆弱性、以及無效環境的概念）、治療架構（例：治療的假設、四個治療模組、治療階段以及治療目標階層、辯證概念介紹）

全文詳參：[辯證行為治療師\(DBT therapist\)的訓練簡介\(105年發表 陳淑欽\)](#)