

屏東縣政府 函

地址：900219屏東縣屏東市自由路527號
聯絡人：白叔幼
聯絡電話：087320415#3635
傳真：08-7322450
電子信箱：a252166@oa.pthg.gov.tw

受文者：屏東縣立光春國民中學

發文日期：中華民國114年4月16日

發文字號：屏府教學字第1145066496號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如主旨（376530000A114506649600-1. pdf、376530000A114506649600-2. pdf、
376530000A114506649600-3. pdf、376530000A114506649600-4. pdf、
376530000A114506649600-5. pdf）

主旨：函轉114年「校園心理健康促進與自殺防治教育推廣計畫」之高級中等以下學校校長、教師及家長工作坊議程，請轉知所屬相關人員踴躍報名參加，並於時限內完成報名，請查照。

說明：

一、依據教育部國民及學前教育署114年4月10日臺教國署學字第1140034902號函辦理。

二、為促進教師、學生及家長共同關注學生心理健康相關議題，教育部已編製校園心理健康促進與自殺防治手冊，內容介紹心理健康與自殺防治基本概念，以提升教師及學生家長因應學生心理健康問題知能。

三、旨揭推廣計畫委由國立臺灣大學辦理，各場次資訊如下（詳參附件）：

（一）高級中等學校校長工作坊1場：

1、辦理日期：114年8月13日（星期三），9時至12時。

電子
文
時

6

2、參加對象：高級中等學校校長150名。

3、報名連結：<https://reurl.cc/1Kj7n8>。

(二)高級中等以下學校教師工作坊：

1、青春風暴的理解與溝通(南區)：114年7月15日(星期二)9時至12時30分。

2、參加對象：各縣市高級中等以下學校教師150名。

3、報名連結：<https://reurl.cc/1Kj7n8>(南區)。

(三)國民中學及國民小學校長工作坊：

1、辦理日期：114年8月15日(星期五)，9時至12時。

2、參加對象：全國國民國民中學及國民小學校長(包括候用校長200名)。

3、報名連結：<https://reurl.cc/W0aM2e>。

(四)家長工作坊2場：

1、辦理日期：

(1)探索少年維特的煩惱：辨識青少年憂鬱症：114年7月5日(星期六)上午9時至12時。

(2)面對青春風暴的知易行難：溝通技巧演練：114年7月19日(星期六)上午9時至12時。

2、參加對象：學生家長為主(教育相關人員為輔)各場400名。

3、報名連結：<https://reurl.cc/qGz25p>。

四、核予參加之教師公(差)假登記。

五、工作坊相關事項聯絡人：國立臺灣大學護理學系吳佳儀教授計畫團隊；聯絡電話：(02)2312-3456分機288430；電子郵件：ntunursing214@gmail.com。

正本：各高國中、各國小、屏東縣長治鄉德協國民小學、屏東縣家長會長協會、社團法人屏東縣家長協會

副本：本府教育處學生事務科



裝

訂

線



114年教育部校園心理健康促進與自殺防治教育推廣計畫

高級中等學校校長工作坊議程

- 一、活動名稱：許一個校園心理健康的未來。
- 二、日期：114年8月13日(星期三)上午9時至12時。
- 三、主辦機關：教育部。
- 四、承辦學校：國立臺灣大學。
- 五、協辦機構：社團法人臺灣憂鬱症防治協會。
- 六、活動連結：Webex平臺（連結將提供報名成功者，請事先下載軟體，安裝方式詳附件）。
- 七、參加對象：高級中等學校校長150名。
- 八、報名方式：
 - (一) 本計畫報名採網路報名，請於114年5月29日(星期四)下午5時前完成報名，報名網址：<https://reurl.cc/1Kj7n8>。
 - (二) 錄取名單將於114年6月9日(星期一)下午5時前以電子郵件通知，如報名後不克出席，請於114年6月16日(星期一)下午5時前以電子郵件向計畫團隊聯繫取消(NTUNursing214@gmail.com)。
 - (三) 行前通知於114年7月30日(星期三)下午5時以電子郵件寄發。
- 九、其他：
 - (一) 計畫相關事項聯繫方式：國立臺灣大學護理學系吳佳儀教授團隊；聯絡電話：(02)2312-3456分機288430；電子郵件：ntunursing214@gmail.com。
 - (二) 請學校惠予參加人員公(差)假登記。
 - (三) 完整參加者將取得教師研習時數。

(四)課前閱讀：請至教育部「學生自我傷害防治專區」事先閱讀「校園心理健康促進與自殺防治手冊」，以利討論進行。教育部資源連結如下：

<u>學生自我傷害防治專區</u>	<u>校園心理健康促進與自殺防治手冊</u>	<u>懶人包-教師篇</u>	<u>懶人包-學生篇</u>
			

十、活動簡介：

兒童及青少年心理健康及自殺防治為我國重要議題，教育部於111年推出「校園心理健康促進與自殺防治手冊」，手冊內容提供校園推動心理健康教育，並提供實務指引及相關資源。

今年委請臺灣大學規劃校長、教師、家長工作坊等多場活動暨短影音與廣播節目，協助全國各級學校教職員工生及家長更了解最新策略與知能。

本場次為今年首場校長工作坊，期協助校長理解學生心理健康問題及教師需求，以增加校園學生的支持網絡與安全環境。

十一、參考資料：

(一)聽見校園心聲音:心的旋律(心情溫度計互動網)：

<https://www.voicefromtheheart.com.tw/>。

(二)少年Pi的情緒聲音探索記(5分鐘短片說明)：

<https://pse.is/5g6xke>。

(三)Gather Town情緒教育線上遊戲(體驗網址)：

<https://reurl.cc/6vybbV>。

十二、工作坊議程：

時間	內容	主講者/主持人
8:30-9:00	線上簽到	
9:00-9:10 (10分鐘)	長官致詞	教育部代表
9:10-10:00 (50分鐘)	建立心理健康保護性校園	吳佳儀
10:00-10:50 (50分鐘)	實務經驗分享及討論	陳大魁/吳佳儀
10:00-10:50 (10分鐘)	休息	
11:00-11:50 (50分鐘)	線上分組討論： 校園自殺防治策略反思	吳佳儀
11:50-12:00 (10分鐘)	總結/回饋表單填寫	

講師：

吳佳儀教授 國立臺灣大學醫學院護理學系教授

陳大魁校長 桃園市立新屋高級中等學校校長

十三、 附件：



在進入連線畫面時，有兩個登入管道
1.已有會員，直接登入
2.直接訪客登入

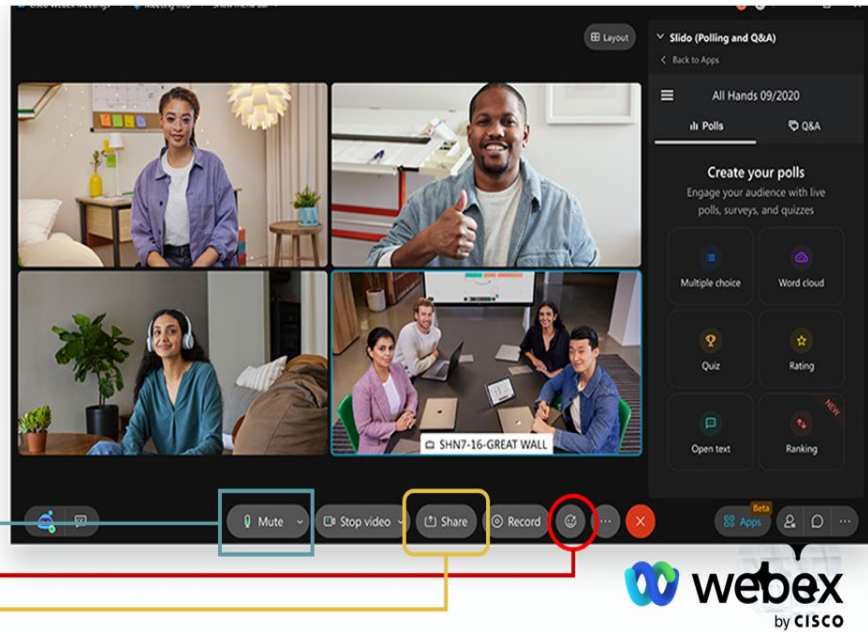
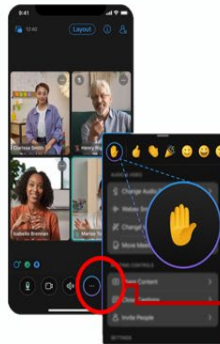


webex會要求填寫
「顯示名稱」，請用他人
方便稱呼您的名稱，
如「x校長」或您的全名
，再來填您的信箱

A screenshot of the Webex 'Join as Guest' form. At the top center is the Webex logo. Below the logo is the title '以訪客身分加入' (Join as Guest). Underneath the title are two labels: '顯示名稱 (必填)' (Display Name (required)) and '電子郵件地址 (必填)' (Email address (required)). Below the first label is a text input field containing '劉小媛' and a close button (X). Below the second label is an empty text input field. At the bottom left is a checkbox labeled '記住我' (Remember me) which is checked. At the bottom center is a button labeled '下一步' (Next).

分組討論教學

- 輪流發言...發言/靜音鍵
- 拍手、舉手...動作鍵
- 螢幕分享



114年教育部校園心理健康促進與自殺防治教育推廣計畫

高級中等以下學校教師工作坊議程(北區)

一、活動名稱：青春風暴的理解與溝通。

二、日期：114年7月18日(星期五)上午9時至12時30分。

三、主辦機關：教育部。

四、承辦學校：國立臺灣大學。

五、協辦單位：新北市政府教育局、新北市立永平高級中學、社團法人臺灣憂鬱症防治協會、Stand by YOU 探索心教育協會。

六、活動地點：新北市立永平高級中學(新北市永和區永平路205號)。

七、參加對象：新北市、基隆市、臺北市、桃園市、新竹縣、新竹市、苗栗縣、臺中市、南投縣、彰化縣、宜蘭縣高級中等以下學校教師150名。

八、報名方式：

(一)本計畫報名採網路報名，請於114年5月29日(星期四)下午5點前完成報名，報名網址：<https://forms.gle/SjHQi2XNTDxT6BPF6>。本活動派有去程及回程專車，請於報名時勾選交通方式。

(二)錄取名單將於114年6月9日(星期一)下午5時前以電子郵件通知，如報名後不克出席，請於114年6月16日(星期一)下午5時前以電子郵件向計畫團隊聯繫取消(ntunursing214@gmail.com)。

(三)行前通知於114年7月4日(星期五)下午5點前以電子郵件通知。

九、其他：

(一)計畫相關事項聯繫方式：國立臺灣大學護理學系吳佳儀教授團隊；聯絡電話：(02)2312-3456分機288430；電子郵件：ntunursing214@gmail.com。

(二)請學校惠予參加人員公(差)假登記。

(三)完整參加者將取得教師研習時數(需完整填寫報名資料)。

(四)課前閱讀：請參加人員事先至教育部「學生自我傷害防治專區」閱讀「校園心理健康促進與自殺防治手冊」、教師篇「摺頁」及「懶人包」，教育部資源連結如下：

<u>學生自我傷害防治 專區</u>	<u>校園心理健康促進 與自殺防治手冊</u>	<u>懶人包-教師篇</u>	<u>懶人包-學生篇</u>
			

十、活動簡介：

近年來兒童青少年心理健康及自殺問題漸受重視，自殺已成為15至24歲年齡層的第二大死因。因應友善校園推動、校安環境建置、學生特殊教育需求增加之趨勢，教育部於2022年推出「校園心理健康促進與自殺防治手冊」，手冊內容可提供校園全面推動心理健康教育、預防自殺風險，並提供實務指引及相關資源。今年教育部委請臺大吳佳儀教授團隊規劃校長、教師、家長工作坊等多場活動暨短影音與廣播節目，協助學校相關人員更了解最新策略與知能。本次教師工作坊將依據手冊內容，討論如何因應學生心理健康問題以防範自殺，鼓勵老師們發揮創意將手冊中有關的教材導入課程。歡迎關注此議題的老師們一起來報名！

十一、工作坊議程：

時間	內容	主講者	小組助教
9:00-9:20 (20分鐘)	報到		
9:20-9:30	長官致詞	教育部代表	
9:30-10:20 (50分鐘)	第一節： 理解青春風暴：情緒辨識與症狀因應 分組討論(一)交流+Slido分享	鄭淑心 職能治療師	劉欣怡 洪靜雯 吳若璇
10:20-10:30	休息		
10:30-11:20 (50分鐘)	第二節： 與情緒風暴青少年溝通：案例討論與 演練 分組討論(二)交流+Slido分享	林家安 執行長	劉欣怡 洪靜雯 吳若璇
11:20-11:35	休息		
11:35-12:25 (50分鐘)	第三節： 教師心理健康守門人：標準步驟及未 來規劃 分組討論(三)交流+Slido分享	吳佳儀 教授	劉欣怡 洪靜雯 吳若璇
12:25-12:30	QA、總結	填寫回饋單	
12:30	賦歸		

講師：

吳佳儀 國立臺灣大學醫學院護理學系所教授/台灣自殺防治學會常務理事/社團法人臺灣憂鬱症防治協會監事

鄭淑心 臺北市立啟聰學校職能治療師/社團法人臺灣憂鬱症防治協會理事

林家安 Stand by YOU 探索心教育協會理事長/時習教育團隊執行長/社團法人臺灣憂鬱症防治協會理事

十二、交通資訊：

(一)接駁車：

1. 去程集合地點：臺北車站1樓大廳南一門郵局，8:40準時出發。



2. 回程集合地點：新北市立永平高級中學，12:50準時出發。

(二)自行前往：

公共運輸－搭捷運

1. 頂溪站下車，二號出口右轉，至仁愛路步行直走約十二分鐘，遇永平路左轉即可抵達永平高中。
2. 頂溪站2號出口後左側公車站牌，可搭永和市接駁車(約10-20分鐘一班)，或搭706公車(約5-10分鐘一班)過兩站後在永平高中站下車。
3. 搭計程車約七十至八十元。

公共運輸－搭公車

永平高中站

1. 從台北出發(經中正橋)：搭 706、243、297 公車抵達。
2. 從新店方向出發：搭綠 2 公車抵達。
3. 從中、永和方向：搭綠 2 或 243、297、275 公車抵達。
4. 從三峽、板橋、土城方向出發：搭 706、275 公車抵達。

樂華夜市站

搭 227、1505、250、214、304、5 及台北客運 57，下車後左轉永平路步行 10 分鐘可抵達永平高中。

捷運頂溪站

搭 5、51、57、214、227、214、242、248、249、250、262、297、304、624、706 下車後轉仁愛路步行 12 分鐘，再左轉永平路即抵達永平高中。

外縣市開車

1. 從臺北市或國道中山高開車到永和，走建國高架路由和平東路下 → 右轉和平東路一段 → 和平西路 → 到重慶南路口左轉上中正橋 → 下橋直走到第二個紅路燈 → 右轉仁愛路 → 過幾個紅綠燈看到第二個 7-11 → 左轉永平路 → 抵達校門口
2. 開車走北二高（南下北上均相同）：靠最右側車道下中和交流道 → 直走到第二個紅綠燈右轉連城路 → 直走到盡頭 → 自然會接上中山路 → 直走經永貞路口紅綠燈（看到麥當勞）→ 靠最左側車道 → 看到永平路左轉 → 即可抵達。

114年教育部校園心理健康促進與自殺防治教育推廣計畫

高級中等以下學校教師工作坊議程(南區)

一、活動名稱：青春風暴的理解與溝通。

二、日期：114年7月15日(星期二)上午9時至12時30分。

三、主辦機關：教育部。

四、承辦學校：國立臺灣大學。

五、協辦學校及機構：國立嘉義女子高級中學、社團法人臺灣憂鬱症防治協會。

六、活動地點：國立嘉義女子高級中學五樓國際會議廳(嘉義市西區垂楊路243號)。

七、參加對象：雲林縣、嘉義縣、嘉義市、臺南市、高雄市、屏東縣、臺東縣、花蓮縣、澎湖縣、金門縣、連江縣高級中等以下學校教師150名。

八、報名方式：

(一)本計畫報名採網路報名，請於114年5月29日(星期四)下午5點前完成報名，報名網址：<https://forms.gle/PxNxnoqU5T3iTwLt8>。本活動派有去程及回程專車，請於報名時勾選交通方式。

(二)錄取名單將於114年6月9日(星期一)下午5時前以電子郵件通知，如報名後不克出席，請於114年6月16日(星期一)下午5時前以電子郵件向計畫團隊聯繫取消(ntunursing214@gmail.com)。

(三)行前通知將於114年7月4日(星期五)下午5點前以電子郵件通知。

九、其他：

(一)計畫相關事項聯繫方式：國立臺灣大學護理學系吳佳儀教授團隊；聯絡電話：(02)2312-3456分機288430；電子郵件：ntunursing214@gmail.com。

(二)請學校惠予參加人員公(差)假登記。

(三)完整參加者將取得教師研習時數(需完整填寫報名資料)。

(四)課前閱讀：請參加人員事先至教育部「[學生自我傷害防治專區](#)」閱讀「[校園心理健康促進與自殺防治手冊](#)」、教師篇「摺頁」及「懶人包」，教育部資源連結如下：

學生自我傷害防治 專區	校園心理健康促進 與自殺防治手冊	懶人包-教師篇	懶人包-學生篇
			

十、活動簡介：

兒童及青少年心理健康及自殺防治為我國重要議題，教育部於111年推出「校園心理健康促進與自殺防治手冊」，手冊內容提供校園推動心理健康教育，並提供實務指引及相關資源。

教育部委請國立臺灣大學團隊連續第3年執行推廣計畫，規劃校長、教師、家長工作坊等多場活動暨短影音與廣播節目，協助學校相關人員更了解最新策略與知能。本次教師工作坊將依據手冊內容，討論如何因應學生心理健康問題以防範自殺，鼓勵老師們發揮創意將手冊中有關的教材導入課程。歡迎關注此議題的老師們一起來報名！

十一、工作坊議程：

時間	內容	主講者	小組助教
9:00-9:20	報到		
9:20-9:30	長官致詞	教育部代表	
9:30-10:20 (50分鐘)	第一節： 理解青春風暴：情緒辨識與症狀 因應 分組討論(一)交流+Slido分享	鄭淑心 職能治療師	劉欣怡 洪靜雯 吳若璇
10:20-10:30	休息		
10:30-11:20 (50分鐘)	第二節： 與情緒風暴青少年溝通：案例討 論與演練 分組討論(二)交流+Slido分享	陳穎彥 心理師	劉欣怡 洪靜雯 吳若璇
11:20-11:35	休息		
11:35-12:25 (50分鐘)	第三節： 教師心理健康守門人：標準步驟 及未來規劃 分組討論(三)交流+Slido分享	吳佳儀 教授	劉欣怡 洪靜雯 吳若璇
12:25-12:30	QA、填寫回饋單、總結		
12:30	賦歸		

講師：

吳佳儀 國立臺灣大學醫學院護理學系教授/台灣自殺防治學會常務理事/臺灣憂鬱症防治協會監事

鄭淑心 臺北市立啟聰學校職能治療師/臺灣憂鬱症防治協會理事

陳穎彥 嘉義市陽明醫院臨床心理師

十二、交通資訊：

(一) 接駁車：

1. 去程：高鐵嘉義站3號出口集合，08:30準時出發。



2. 回程：國立嘉義女子中學集合，12:50準時出發。

(二) 自行前往：

嘉女附近交通便利，有 2 個公車停靠站，供參考。



一、「文化路口」站下車：

101、102、7211、7301、7302、7304、7305、7308、7309、7311、7312、7313、7314、7315、7316、7317、7318、7319、7321、7322、7323、101A、102A、7201A、7202B、7203A、7204A、7205A、7208B、7212A、7213B、7217A、7217B、7301A、7304A、7304B、7305A、7311A、7312A、7312B、7313A、7315A、7316A、7318A、7319A、7319C、7319D、7319E、7319F、7319G、7319H、7320B、7321A、7321B、7322A、7323A、7323B、7323C、7323D、7324H、7325A、7327P、台灣好行光林我嘉線(黃線)、趣淘 3 路、縣府 5 路



二、「崇文國小」站下車

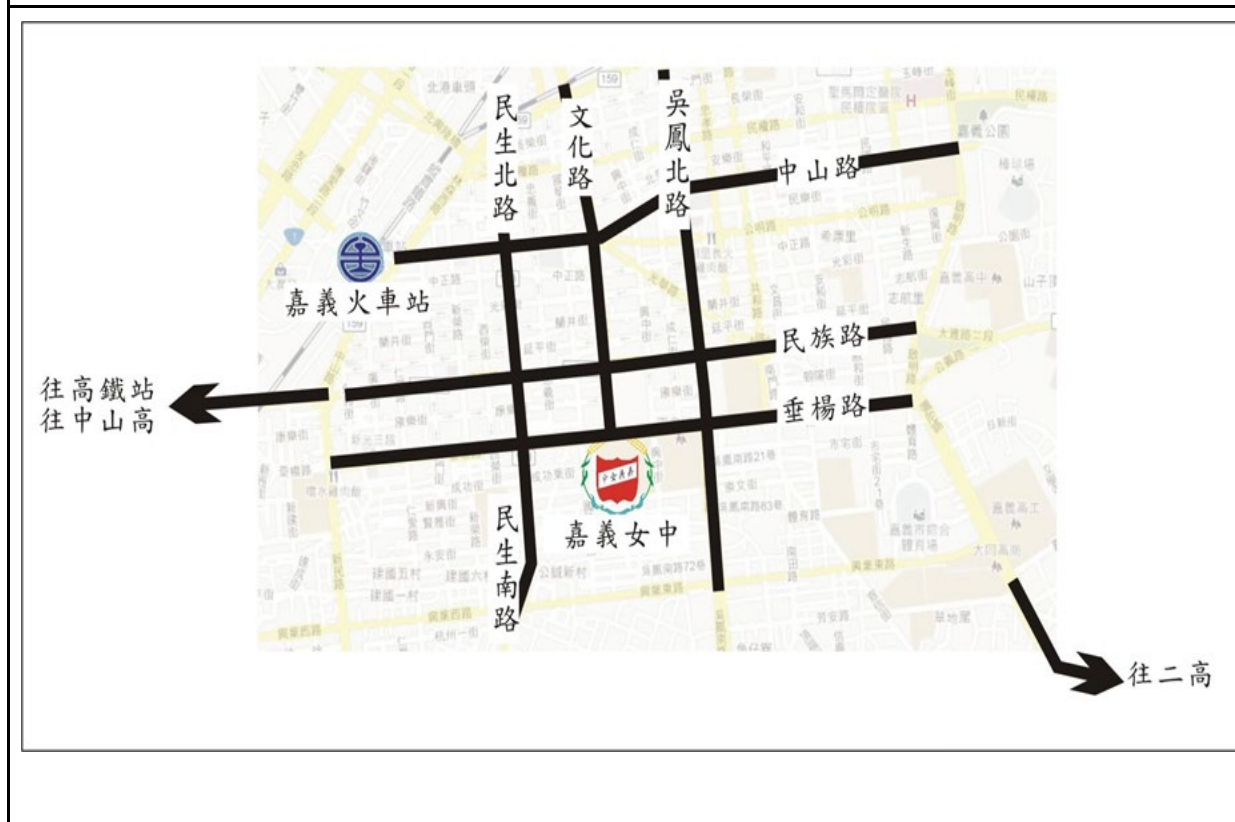
7210、7214、7215、7216、7301、7302、7314、7322、7210A、7301A、7322A、幸福番路 1 路、樂活 2 路

三、上述路線及動態時刻到站查詢網址：

<https://reurl.cc/EgxYgA>



四、嘉義女中週邊地圖



十三、場地資訊：



114年教育部校園心理健康促進與自殺防治教育推廣計畫

國民中學及國民小學校長工作坊議程

- 一、活動名稱：共創校園心健康。
- 二、日期：114年8月15日(星期五)上午9時至12時。
- 三、主辦機關：教育部。
- 四、承辦學校：國立臺灣大學。
- 五、協辦單位：社團法人臺灣憂鬱症防治協會。
- 六、活動連結：Webex平臺（連結將提供報名成功者，請事先下載軟體，安裝方式詳附件）。
- 七、參加對象：全國國民中學及國民小學校長(包括候用校長)200名。
- 八、報名方式：
 - (一) 本計畫報名採網路報名，請於114年5月29日(星期四)下午5時前完成報名，報名網址：<https://reurl.cc/W0aM2e>。
 - (二) 錄取名單將於114年6月9日(星期一)下午5時前以電子郵件通知，如報名後不克出席，請於114年6月16日(星期一)下午5時前以電子郵件向計畫團隊聯繫取消(ntunursing214@gmail.com)。
 - (三) 行前通知於114年7月30日(星期三)下午5時以電子郵件寄發。
- 九、其他：
 - (一) 計畫相關事項聯繫方式：國立臺灣大學護理學系吳佳儀教授團隊；聯絡電話：(02)2312-3456分機288430；電子郵件：ntunursing214@gmail.com。
 - (二) 請學校惠予參加人員公(差)假登記。
 - (三) 完整參加者將取得教師研習時數。
 - (四) 課前閱讀：請至教育部「學生自我傷害防治專區」事先閱讀「校園心理健康促進與自殺防治手冊」，以利討論進行。教育部資源連結如下：

<u>學生自我傷害防治 專區</u>	<u>校園心理健康促進與 自殺防治手冊</u>	<u>懶人包-教師篇</u>	<u>懶人包-學生篇</u>
			

十、活動簡介：

兒童及青少年心理健康及自殺防治為我國重要議題，教育部於111年推出「校園心理健康促進與自殺防治手冊」，手冊內容提供校園推動心理健康教育，並提供實務指引及相關資源。

今年委請臺灣大學規劃校長、教師、家長工作坊等多場活動暨短影音與廣播節目，協助全國各級學校教職員工生及家長更了解最新策略與知能。本場次為今年首場國中小校長工作坊，期協助校長理解學生心理健康問題及教師需求，以增加校園學生的支持網絡與安全環境。

十一、參考資料：

(一)聽見校園心聲音專頁：

<https://www.facebook.com/ntunursingmental/>。

(二)聽見校園心聲音:心的旋律（心情溫度計互動網）：

<https://www.voicefromtheheart.com.tw/>。

(三)少年Pi的情緒聲音探索記（5分鐘短片說明）：

<https://pse.is/5g6xke>。

(四)Gather Town情緒教育線上遊戲(體驗網址)：

<https://reurl.cc/6vybbV>。

十二、工作坊議程：

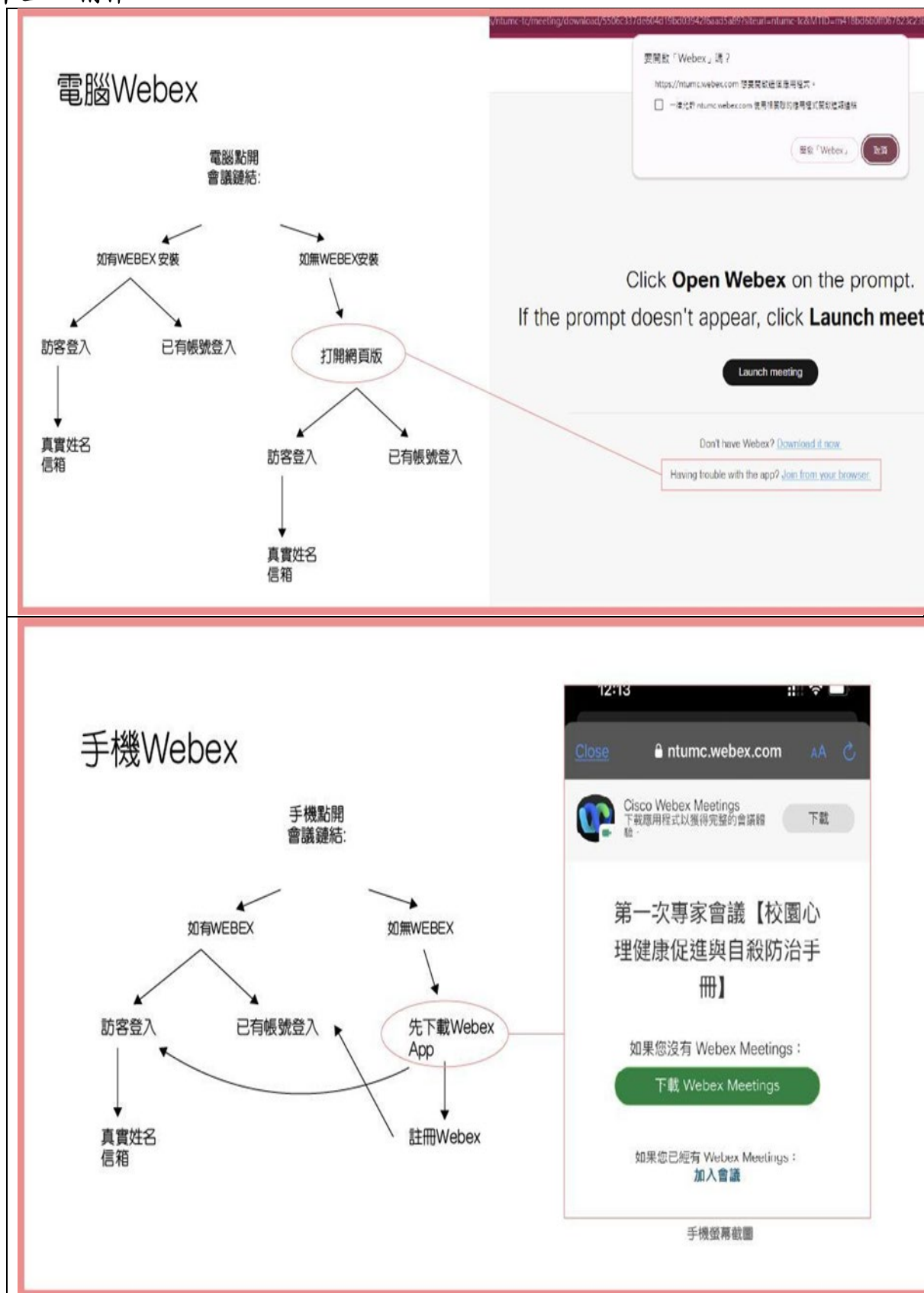
時間	內容	主講者/主持人
8:30-9:00	線上簽到	
9:00-9:10 (10分鐘)	長官致詞	教育部代表
9:10-10:00 (50分鐘)	建立心理健康保護性校園	吳佳儀
10:00-10:50 (50分鐘)	實務經驗分享及討論	林松金/吳佳儀
10:00-10:50 (10分鐘)	休息	
11:00-11:50 (50分鐘)	線上分組討論： 校園自殺防治策略反思	吳佳儀
11:50-12:00 (10分鐘)	總結/回饋表單填寫	

講師：

吳佳儀教授 國立臺灣大學醫學院護理學系教授

林松金校長 臺北市立實踐國民小學校長

十三、附件：



在進入連線畫面時，有兩個登入管道
1.已有會員，直接登入
2.直接訪客登入

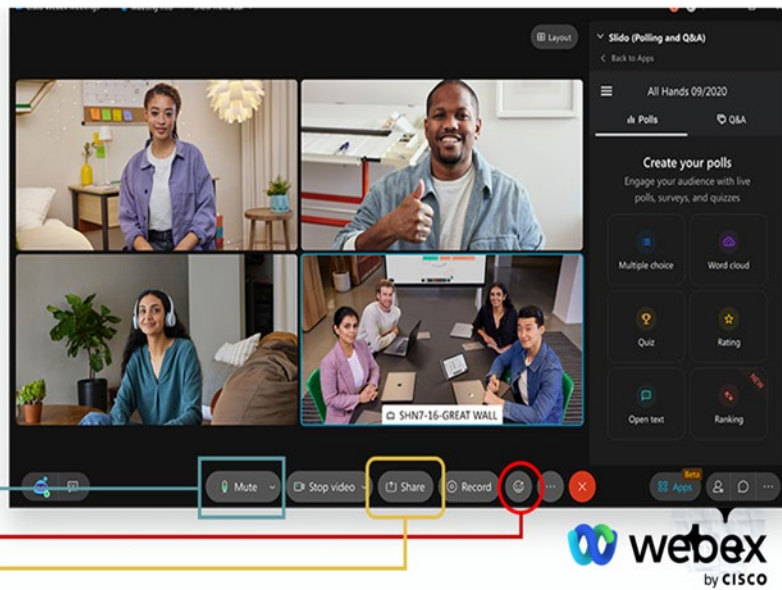


webex會要求填寫
「顯示名稱」，請用他人
方便稱呼您的名稱，
如「x校長」或您的全名
，再來填您的信箱

The image shows the 'Join as a guest' screen. It features the Webex logo and the title '以訪客身分加入' (Join as a guest). Below the title are two required fields: '顯示名稱 (必填)' (Display name) and '電子郵件地址 (必填)' (Email address). The display name field contains the text '劉小樺' and has a clear button (X). The email address field is empty. There is a checkbox labeled '記住我' (Remember me) which is checked. At the bottom is a '下一步' (Next) button.

分組討論教學

- 輪流發言 ...發言/靜音鍵
- 拍手、舉手... 動作鍵
- 螢幕分享



114 年教育部校園心理健康促進與自殺防治教育推廣計畫 家長工作坊議程

一、活動名稱：孩子，我想了解你~親子溝通成長營。

二、時間：

(一) 探索少年維特的煩惱：辨識青少年憂鬱症，
114 年 7 月 5 日(星期六)上午 9 時至 12 時。

(二) 面對青春風暴的知易行難：溝通技巧演練，
114 年 7 月 19 日(星期六)上午 9 時至 12 時。

三、主辦機關：教育部。

四、承辦學校：國立臺灣大學。

五、協辦機構：社團法人臺灣憂鬱症防治協會。

六、活動連結：Webex 平臺（連結將提供報名成功者；請事先下載軟體，安裝方式詳附件）。

七、參加對象：學生家長為主（教育相關人員為輔）各場 400 名。

八、報名方式：

(一) 本計畫報名採網路報名，請於 114 年 4 月 30 日(星期三)下午 5 時前完成報名，報名網址：<https://reurl.cc/qGz25p>。

(二) 錄取名單將於 114 年 5 月 5 日(星期一)下午 5 時前以電子郵件通知，如報名後不克出席，請於 114 年 5 月 12 日(星期一)下午 5 時前逕向承辦學校聯繫取消。

(三) 行前通知將於 114 年 6 月 25 日(星期三)下午 5 時前以電子郵件寄發。

九、活動簡介：

兒童及青少年心理健康及自殺防治為我國重要議題，教育部於 111 年推出「校園心理健康促進與自殺防治手冊」，手冊內容提供校園推動心理健康教育，並提供實務指引及相關資源。

今年教育部委請國立臺灣大學團隊規劃校長、教師、家長工作坊等多場活動暨短影音與廣播節目，協助校園與家園更了解最新策略與知能。本年舉辦 2 場家長工作坊（可同時或分場次報名），讓家長有更深入的探索及討論，並將介紹教育部「校園心理健康促進與自殺防治手冊-家長篇」的核心內容，透過親子溝通技巧分享、「心情溫度」簡易關懷及情境討論，使家長更理解青少年的心理健康需求，歡迎家長們一起參加！

十、其他：

(一) 計畫相關事項聯繫方式：國立臺灣大學護理學系吳佳儀教授團隊；
聯絡電話：(02)2312-3456 分機 288430；

電子郵件：ntunursing214@gmail.com。

(二) 課前閱讀：請事先閱讀教育部「校園心理健康促進與自殺防治手冊」，以利討論進行。

(三) 教育部資源連結：

<u>學生自我傷害防治 專區</u>	<u>校園心理健康促進 與自殺防治手冊</u>	<u>懶人包-家長篇</u>	<u>懶人包-學生篇</u>
			

(四) 參考資料：

- 聽見校園心聲音專頁：
<https://www.facebook.com/ntunursingmental/>。
- 聽見校園心聲音: 心的旋律 (心情溫度計互動網)：
<https://www.voicefromtheheart.com.tw/>。
- 教育部手冊推廣行動方案: 少年 Pi 的情緒聲音探索記 (5 分鐘短片說明)：
<https://pse.is/5g6xke>。
- Gather Town 情緒教育線上遊戲(體驗網址)：
<https://reurl.cc/6vybbV>。

十一、工作坊議程：

(一) 第 1 場：探索少年維特的煩惱：辨識青少年憂鬱症

時間	內容	主講者
8:30-9:00	線上簽到	
9:00-9:05 (5 分)	長官致詞	教育部代表
9:05-9:55 (50 分)	教育部校園心理健康促進與自殺防治手冊「家長篇」簡介	吳佳儀
9:55-10:45 (50 分)	親子有溝沒有通? 給家長的溝通秘笈	劉欣怡
10:45-10:55 (10 分)	休息	
10:55-11:45 (50 分)	早期辨識青少年情緒風暴 親子正念對話	劉欣怡
11:45-11:55 (10 分)	Q &A	吳佳儀
11:55-12:00 (5 分)	總結/回饋表單填寫	

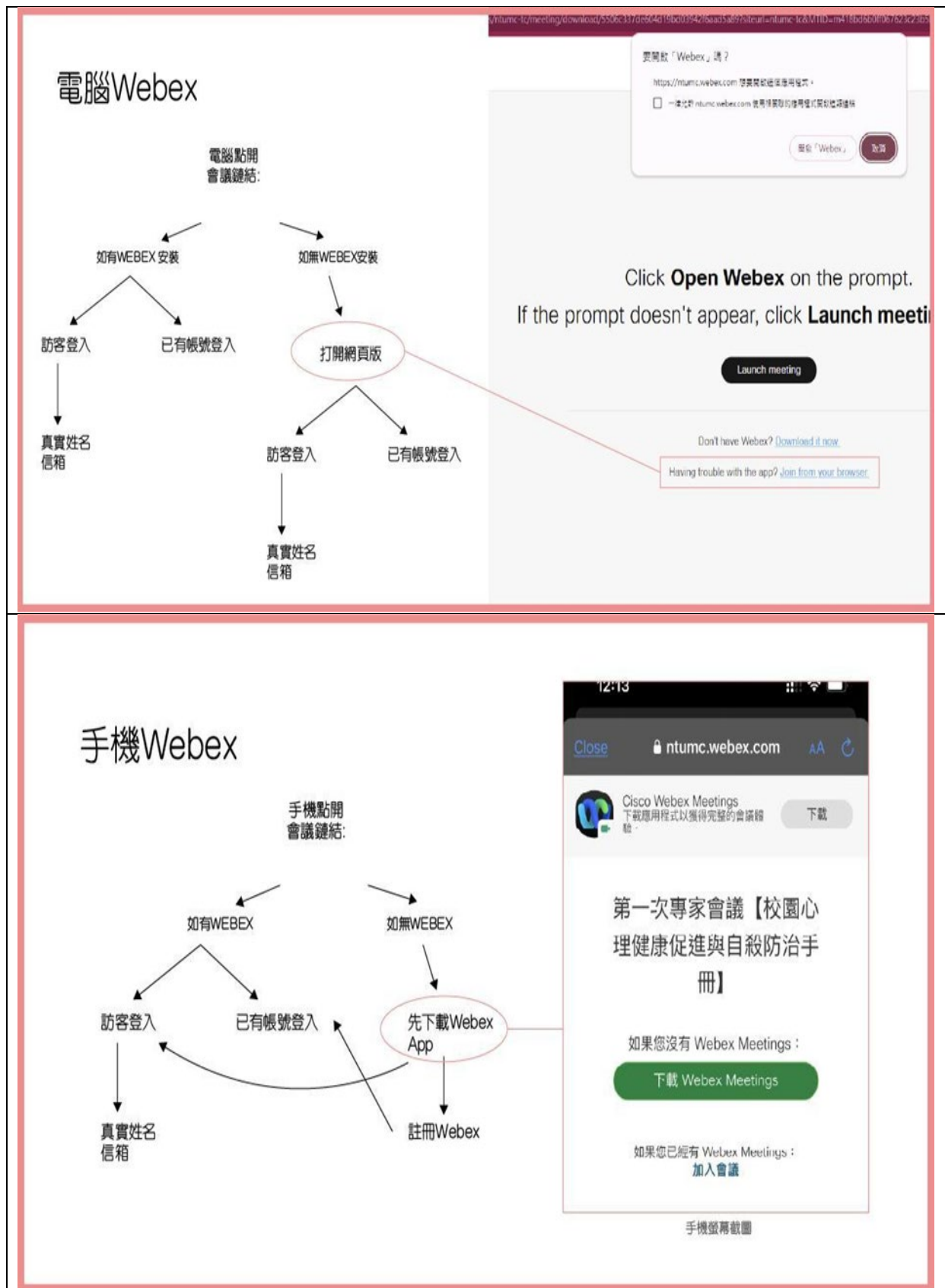
(二) 第 2 場：應對青春風暴的知易行難：溝通技巧演練

時間	活動流程	主講者
8:30-9:00 (5 分)	線上簽到	
9:00-9:05 (5 分)	長官致詞	教育部代表
9:05-9:55 (50 分)	親子心情溫度關懷與溝通 暨教育部校園心理健康促進與自殺防治 手冊「家長篇」簡介	吳佳儀
9:55-10:45 (50 分)	家庭關係與心理健康：案例討論	劉欣怡
10:45-10:55 (10 分)	休息	
10:55-11:45 (50 分)	與網路新世代之溝通演練	劉欣怡
11:45-11:55 (10 分)	Q & A	吳佳儀
11:55-12:00 (5 分)	總結/回饋表單填寫	

講師：

- 吳佳儀 國立臺灣大學醫學院護理學系教授/台灣自殺防治學會常務理事/
臺灣憂鬱症防治協會監事。
- 劉欣怡 國立臺灣大學醫學院護理學系助理教授。

十二、附件



在進入連線畫面時，有兩個登入管道

1. 已有會員，直接登入
2. 直接訪客登入



webex會要求填寫
「顯示名稱」，請用他人方便稱呼您的名稱，
如「x校長」或您的全名，
再來填您的信箱

A screenshot of the Webex 'Join as Guest' form. At the top is the Webex logo. Below it is the title '以訪客身分加入' (Join as a guest). The form has two required fields: '顯示名稱 (必填)' (Display name) with a text input containing '劉小梅' and a clear button 'x'; and '電子郵件地址 (必填)' (Email address) with an empty text input. Below these fields is a checkbox labeled '記住我' (Remember me) which is checked. At the bottom is a '下一步' (Next) button.

分組討論教學

- 輪流發言 ...發言/靜音鍵
- 拍手、舉手... 動作鍵
- 螢幕分享

