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：

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-家長篇	懶人包-學生篇

（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	

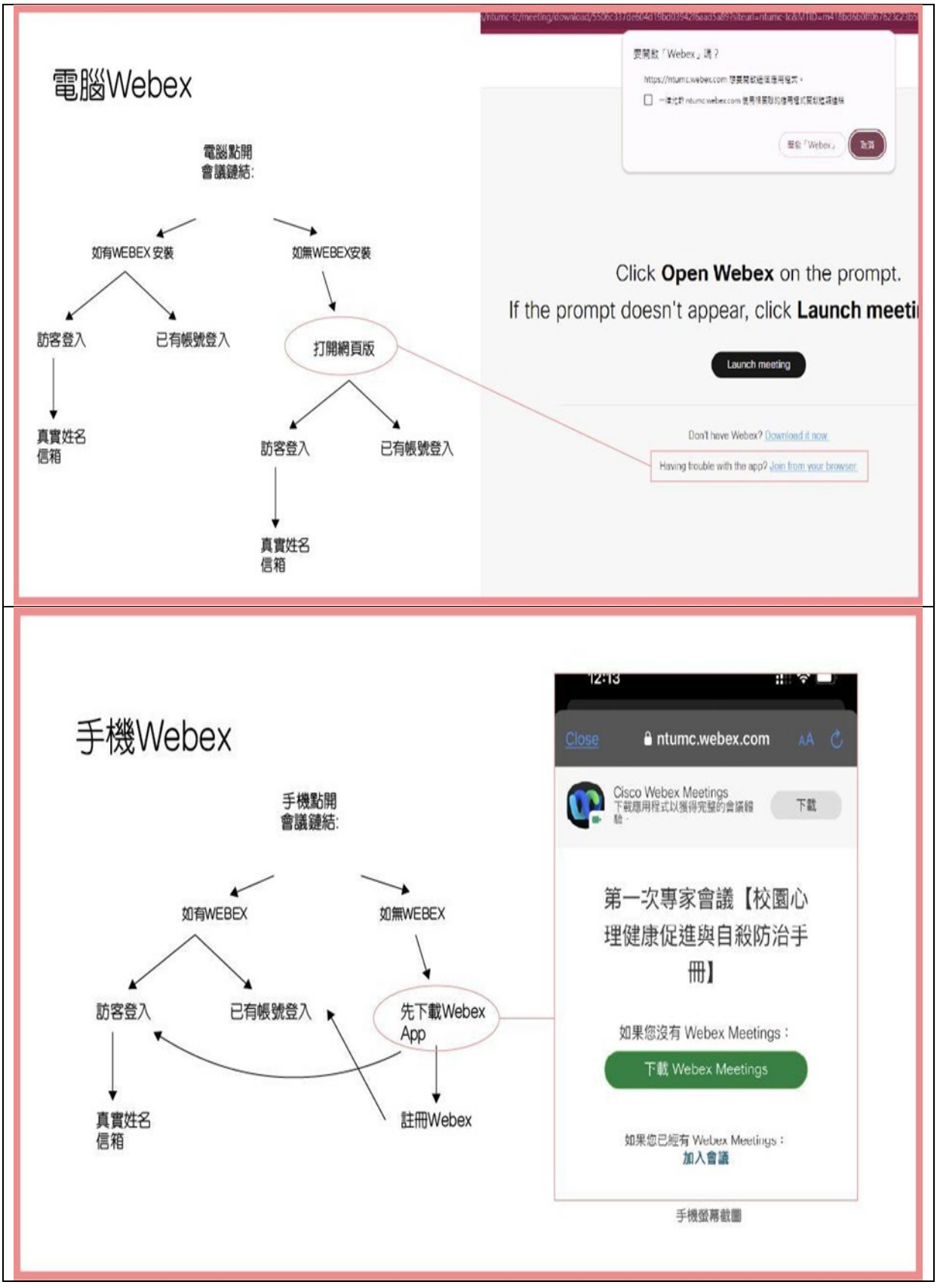
（二）**第 2 場：應對青春風暴的知易行難：溝通技巧演練**

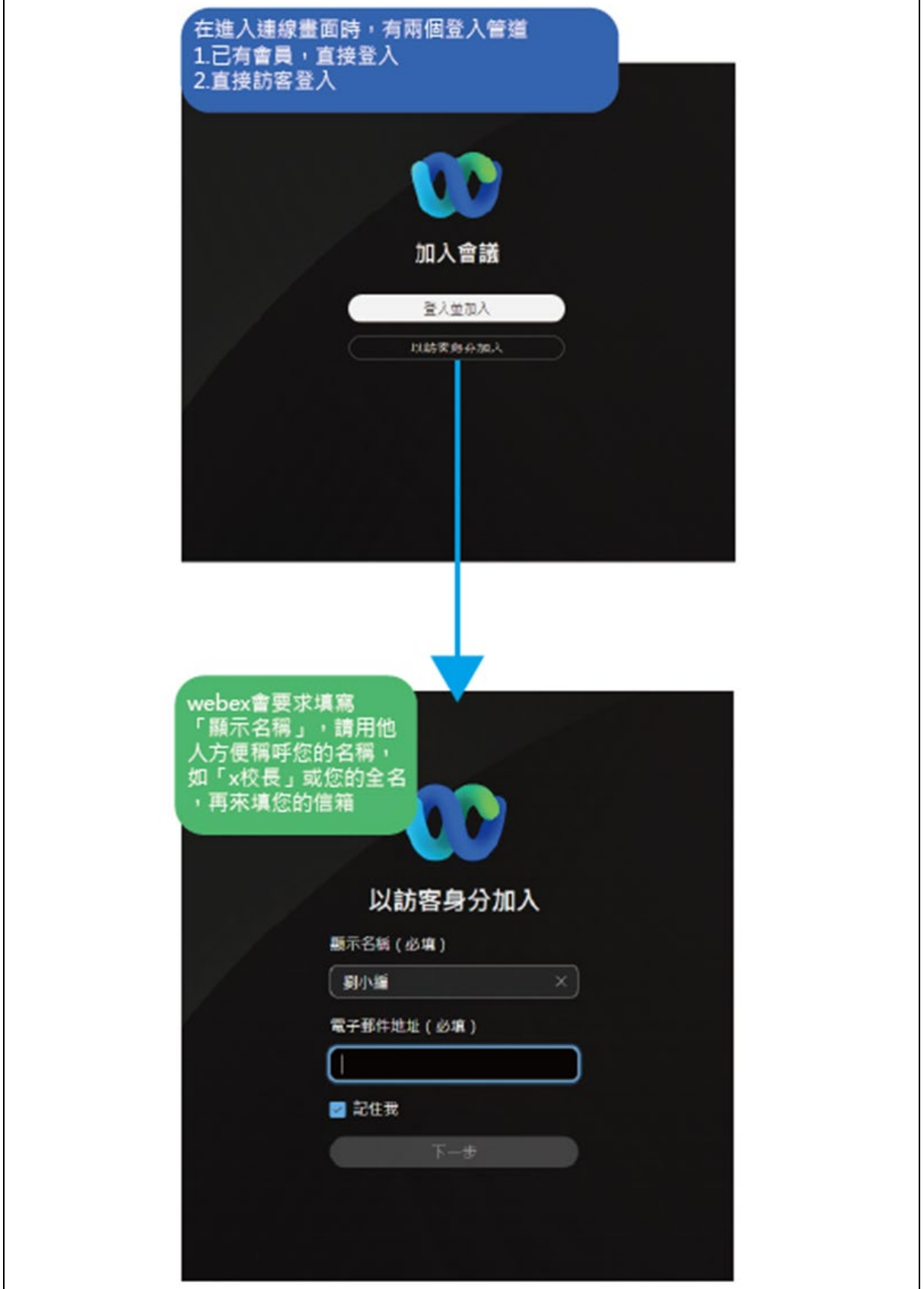
時間	活動流程	主講者
8:30-9:00 （5 分）	線上簽到	
9:00-9:05 （5 分）	長官致詞	教育部代表
9:05-9:55 （50 分）	親子心情溫度關懷與溝通 暨教育部校園心理健康促進與自殺防治 手冊「家長篇」簡介	吳佳儀
9:55-10:45 （50 分）	家庭關係與心理健康：案例討論	劉欣怡
10:45-10:55 （10 分）	休息	
10:55-11:45 （50 分）	與網路新世代之溝通演練	劉欣怡
11:45-11:55 （10 分）	Q &A	吳佳儀
11:55-12:00 （5 分）	總結/回饋表單填寫	

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


電腦Webex
電腦點開
會議鏈結:
如有WEBEX安裝
如無WEBEX安裝
訪客登入
已有帳號登入
打開網頁版
真實姓名
信箱
訪客登入
已有帳號登入
真實姓名
信箱
Click Open Webex on the prompt.
If the prompt doesn't appear, click Launch meeti
Launch meeting
Don't have Webex? Download it now
Having trouble with the app? Join from your browser
手機Webex
手機點開
會議鏈結:
如有WEBEX
如無WEBEX
訪客登入
已有帳號登入
先下載Webex
App
真實姓名
信箱
註冊Webex
12:13
Close
ntumc.webex.com
AA
Cisco Webex Meetings
下載
第一次專家會議【校園心理健康促進與自殺防治手冊】
如果您沒有 Webex Meetings：
下載 Webex Meetings
如果您已經有 Webex Meetings：
加入會議
手機螢幕截圖


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
加入會議
登入並加入
以訪客身分加入
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
以訪客身分加入
顯示名稱（必填）
劉小姐
電子郵件地址（必填）
記住我
下一步


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
Layout
Slido (Polling and Q&A)
Back to Apps
All Hands 09/2020
Polls
Q&A
Create your polls
Engage your audience with live polls, surveys, and quizzes
Multiple choice
Word cloud
Quiz
Rating
Open text
Ranking
SHN7-16-GREAT WALL
Mute
Stop video
Share
Record
Apps
webex
by CISCO