

# 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(3月至7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70人，進階實務工作坊每場次限30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：02-8258-3043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>113/2/21(三)</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:b82847@gov.taipei">b82847@gov.taipei</a> )。	臺北市社區心理衛生中心 王苕薰 心理輔導員 電話：02-2821-2060轉209 電子信箱： <a href="mailto:b82847@gov.taipei">b82847@gov.taipei</a>

## 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	初階知能講座	線上	3/6 (三)	14:00-17:00	談網路成癮的輔導策略 與親師溝通	柯慧貞 教授 中亞聯大網路成癮 防治中心主任
2			5/20 (一)	14:00-17:00	有校歸不得的孩子- 與拒學生及家長的實務工作	楊舒涵 諮商心理師
3	進階實務工作坊	實體	3/20 (三)	13:30-16:30	校園危機個案處遇 (國小層級)	楊國如 國立台灣師 範大學教育心理輔導 系兼任講師
4			3/27 (三)	14:00-17:00	選擇性緘默症的認識、 輔導與班級經營策略	興德國小 鄧文老師 協同：林少浚心理師
5			4/12 (五)	14:00-17:00	注意力不足過動症 之班級經營及個案輔導	李筱蓉 臨床心理師
6			5/3 (五)	14:00-17:00	青少年憂鬱及情緒困擾	張祐誠 諮商心理師
7			5/8 (三)	14:00-17:00	與孩子談情緒，從 SEL 的學習地 圖增進心理韌性 (含教案設計)	李筱蓉 臨床心理師
8			5/14 (二)	9:00-12:00	自閉症兒少輔導處遇方針	王加恩 臨床心理師
9	連續性 系列課程 (心智化 理論)	線上	6/3 (一)	14:00-17:00	編織心智的脈絡—談學校中的心 智化(理論基礎篇)	楊舒涵 諮商心理師  譯有《心智化：依附 關係·情感調節·自 我發展》一書。
10			6/17 (一)	14:00-17:00	編織心智的脈絡—談學校中的心 智化(實務應用篇)	
11			7/8 (一)	13:30-16:30	學會與現實遊玩— 心智化取向遊戲治療(國小)	
12			7/15 (一)	13:30-16:30	轉大人的故事—談以心智化為基 礎的青少年治療工作(國高中)	

- 註：
- 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。
  - 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。
  - 連續性系列課程的簡介詳參如附件，6/3、6/17為心智化理論的概念課程，建議教師兩堂課皆全程參與，7/8、7/15的課程為心智化理論的實務應用，教師可依服務年齡層斟酌研習需求後報名。

## 附件

### 心智化系列課程簡介

日期	2024/6/3、6/17(一) 14:00-17:00
課程名稱	編織心智的脈絡—談學校中的心智化
課程簡介	<p>心智化理論是源於精神分析，結合認知心理學與發展心理學的新興理論，目前已經普遍應用於國外的各種機構與學校教育系統方案中，且運用於邊緣性人格的治療、親職諮詢、團體方案、青少年校園暴力、自殺與自傷高風險族群等，是一股新的趨勢。</p> <p>心智化的概念既簡單卻又複雜，它鼓勵大家在遇到困難時去維持「想」事情的能力，但我們都知道，真的要能「想」事情並非簡單的一件事。</p> <p>每個人天生被賦予的基因和性格特質，某種程度上已「預鑄」出了個人心智藍圖，但所謂的自我概念、內心的主觀現實與真實世界的區別、以及理解和同理他人的能力，卻是需要經過漫長的學習才能「長」出來的，而「開竅」的關鍵鈕，往往在於孩子與周遭成人的依附關係和情緒互動。</p> <p>➤ 透過本次講座，期待大家能一起學到：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 什麼是「心智化(mentalization)」？這個概念可以如何應用在校園的現場實務當中？</li><li>2. 為什麼有時候面對他人就是這麼難，讓人「當機」在現場，理智斷線？</li><li>3. 究竟該如何提升孩子的情緒調節與反思自身的能力？</li><li>4. 而怎樣的思考與覺察可以幫助現場的你與學生及其家庭一起「維持心智在線」？又，好好想事情到底是怎樣的一種感受？</li></ol>
課程目標	<ol style="list-style-type: none"><li>(1)幫助老師了解何謂「心智化」的概念。</li><li>(2)理解所謂的心智化能力發展不良是怎麼一回事，以及創傷對心智化的影響。</li><li>(3)認識心智化能力與依附的關係。</li><li>(4)以心智化的角度來理解機構的系統合作。</li></ol>

日期	2024/7/8(一) 13:30-16:30
課程名稱	學會與現實遊玩—心智化取向遊戲治療
課程簡介	<p>心智化可說是人類文明的原動力，也可以說是家庭贈與孩子最好的禮物，能基於心智狀態去解讀與想像他人與自身內在經驗的能力，無形之間也形塑了人類的文明與各式各樣的合作關係，讓我們可以去愛，工作與遊玩。然而這樣的能力並非總是能夠一帆風順，特別是在親密又緊繃的親子關係之中，心智化的能力往往會面臨到崩解的可能。且我們也毫不意外的發現，心智化的能力並非與生俱來，而是需要家庭的細心培養才能達到令人滿意的發展程度，穩定地在生活的各個層面上發揮作用。</p> <p>在心智化兒童心理治療(以下簡稱為 MBT-C)的模式中，兒童的個別治療將會與親職諮詢雙軌並行。與兒童的工作將以每周一次的遊戲治療來進行，並輔以家長親職諮詢；在評估期時，也會以家庭會談的方式與家庭討論出治療目標與架構，並在有共識的情況下讓專業工作者與家庭攜手並進，一方面透過遊戲治療促進孩子的心智化能力、情緒調節及語言表達；另一方面，在親職諮詢中則是著重提升父母的反思功能，協助家長了解孩子行為底下的內在故事，強化家長對於親職關係的心智化能力，同時也能了解到自身行為對於孩子情緒的影響。</p> <p>本次課程將會說明以<b>心智化為基礎的兒童心理治療模式</b>可如何於現場進行運用，以及理論背後的思維與架構。MBT-C 不只借鑒了傳統的心理動力學原則，並納入依附理論與其他發展及心智化的相關實證研究，而作為實務工作者的我們，也可以在 MBT-C 清晰且具體的理論模型中，了解心智化的基本概念，以及可在工作上如何運用這樣的概念促進親子關係，更可以依工作場域的實際情形，調整 MBT-C 的架構以符合工作上的實際需要。</p>
課程目標	<p>(1)簡介 MBT-C 的理論、架構與目標</p> <p>(2)說明 MBT-C 當中專業工作者的立場</p> <p>(3)談如何以心智化的概念來評估兒童與家庭</p> <p>(4)討論 MBT-C 中與家長及兒童工作的實際技巧</p>

日期	2024/7/15(一) 13:30-16:30
課程名稱	轉大人的故事—談以心智化為基礎的青少年治療工作
課程簡介	<p>長期以來我們都已知道，青春期是一個以心理動盪、衝動、情緒劇烈且快速波動並更容易出現適應性崩潰為特徵的發展時期。與這些說法一致的是，實證研究表明，青春期在尋求冒險、追求新鮮事物與對刺激的渴望都會有所增加，同時也會更加關注於由同儕所主導的社交互動，而與父母的衝突也會變得更大。除此之外，外在壓力的升高，包含學業與人際，以及荷爾蒙所造成的生理與大腦之改變，都讓青春期注定成為精神病理的高敏感期。</p> <p>上述轉變所帶來的發展之代價似乎讓一些年輕人與其家庭背負了沉重的負擔。儘管大多數青少年在正常的人際與內在衝突、困惑、痛苦及自我表徵的不穩定當中成長，但並非所有的孩子都可以克服這樣的難關。在此之背景之下，心智化的能力能作為核心，讓一個統整的「什麼是我」的概念得以出現與鞏固，進而增加孩子適應困境時的韌性。</p> <p>本次課程將會介紹以<b>心智化為基礎的青少年心理治療(MBT-A)</b>，MBT-A以每周一次的工作為架構，輔以親職諮詢，嘗試幫助處於高風險當中的青少年得以了解自己、自身所處的困境，並在這些混亂的風暴中透過實務工作者的協助，一起對自身的狀態有所「心智化」，找到實際且合宜的因應之道。同時一方面，實務工作者也會協助家長了解青少年的心理需求，建立合作關係，以協助青少年減緩情緒上的壓力，並回到正規的發展軌道。</p>
課程目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>(1)談青春期的大腦與心智化之發展</li> <li>(2)說明 MBT-A 的架構與目標</li> <li>(3)介紹可用與青少年工作的心智化之技巧</li> <li>(4)了解如何與青少年的家長合作，一同支持青少年的成長</li> </ol>