

# 新北市中平國中112學年度第一學期備課 活動成果

活動名稱	青少年族群自殺防治 與心理衛生		活動地點	4樓會議室
活動時間	112年8月29日		活動對象	全校教師
活動目的	1.認識憂鬱自傷及如何處遇學生 2.增進教師輔導學生專業知能 3.學習照顧好自己的身心靈			
成果照片				
				
	講師分享青少年問題行為背後心理原因：教師專心聆聽、拍照筆記			
成果照片				
				
	講師清楚的解說，老師有感的分享			

## 成果照片



致贈感謝狀，會後與講師請益

## 簽呈

簽

日期：中華民國 112 年 08 月 16 日星期五  
單位：輔導處

承辦人：莊貴珍  
電話：02-29908092 ext. 841

附件：

主旨：檢陳本處室辦理 112 學年度八月份暑假備課課程，外聘講師到校宣導青少年族群自殺防治與心理衛生等相關事宜，請核示。

說明：

- 一、依據：112 學年度學生輔導工作實施計畫
- 二、目的：(一) 認識憂鬱自傷及如何處遇學生  
(二) 增進教師輔導學生專業知能  
(三) 懂得照顧好自己的身心靈

三、時間：112 年 08 月 29 日(二) 10:00~12:00

四、地點：4 樓會議室

五、講師：臺安醫院 心身醫學科主治醫師陳長聖先生

六、與會人員：全校教職員工

七、經費來源：外聘講師陳長聖醫師所需鐘點費共 4,000 元由本校 112 年預算 531 國民中學教育/510201 業務支出/285 講課鐘點費支應

5139288 備查項目

擬辦：案核可後，請總務處協助安排講師停車位。

承辦單位	會辦單位	決行
	至今尚未有公署確切日期	
	教務主任：莊貴珍	
	會計主任：莊貴珍	
	總務主任：莊貴珍	
	出納組長：莊貴珍	

## 檢討及分享

### 【執行成果概述】

本次研習邀請到臺安醫院心身醫學科暨精神科的陳長聖醫師，以「當我面對高關懷學生－青少年自殺防治與心理衛生」為主題，從青少年的生理、心理及社會層面的角度，談起青少年在發展階段中常遇見的挑戰與心理議題，讓教師更加深入了解，當面對高關懷學生時，如何用適當的策略同理學生、關懷學生並且協助學生求助、求醫。

### 【效益評估】

1. 瞭解常見青少年心理精神疾病的行為特徵與因應策略，如焦慮症、強迫症、憂鬱症、飲食障礙、網路成癮、精神病等。
2. 以適當的策略「聆聽、同理、不說教」，關懷具有自殺與自傷傾向的學生。
3. 知道如何尋找轉介資源，協助學生求助、求醫，讓社會不同系統成為助力，幫助學生走出陰霾。

### 【檢討與分享】

1. 講師提到的「聆聽、同理、不說教」，讓教師能夠反思自身輔導學生時的言談策略，應以接納不批判的態度傾聽與了解學生的困難。其次，認可學生的情緒並不代表認同其問題行為，讓學生感受到自己被接納、同理，才是輔導的基礎。
2. 在開學前，教師參與青少年心理衛生相關主題的演講，不僅能增進教師自我專業知能，也能團結教師對學生的關懷之情，在未來能夠彼此支援、系統合作，是很充實的一次增能研習。