

115年度臺北市公私立高中輔導工作小組專業研習

「AI 世代青少年心理健康與校園輔導工作 -數位壓力辨識、情緒支持與助人者自我照顧」

一、依據

- (一)教育部115年度「友善校園」學生事務與輔導工作總計畫。
- (二)臺北市115年度「友善校園」學生事務與輔導工作總計畫。
- (三)中華民國115年5月18日北市明高輔字第11560044841號。
- (四)本校115學年度第1學期學生輔導工作實施計畫。

二、目的

- (一)協助教師理解 AI 世代青少年心理健康樣貌，提升對數位使用、睡眠失衡、情緒疲勞、焦慮與校園適應困擾之辨識與因應能力。
- (二)增進教師對助人工作情緒勞動與壓力反應之覺察，建立支持學生與維持自身身心平衡之實務策略。

三、辦理單位

- (一)主辦單位：臺北市政府教育局
- (二)承辦單位：臺北市立松山工農

四、實施內容

- (一)日期：115年10月22日(星期四)。
- (二)研習人數與對象：名額25名，依下列研習對象順序及報名先後錄取，額滿為止。
- (三)研習對象與錄取順序：
 - 1. 本校教師。
 - 2. 本市公私立高中職專任輔導教師、輔導組長、主任。
 - 3. 本市公私立國中專任輔導教師、綜合活動領域輔導專長老師、組長、主任。
 - 4. 本市對此研習主題有興趣的教師。
- (四)研習地點：松山工農大同樓3樓團體輔導室(臺北市信義區忠孝東路5段236巷15號)。
※本校停車空間有限，恕不提供停車位，請多搭乘大眾運輸工具抵達研習場地。
- (五)李吳澤講師簡歷：
 - 1. 國立臺北教育大學心理與諮商學系碩士班畢業。
 - 2. 現任 心曦/心晨心理諮商所 諮商心理師(諮心字第002088號)。

3. 專業訓練：

(1)系統取向家族治療專業培訓

(2)EFT 情緒取向 個體治療專業訓練、伴侶、家族治療專業訓練 初階/進階 完訓。

(3)大專校院校園性侵害性騷擾或性霸凌行為人防治教育專業人員培訓

(六)課程內容

時間	主題	內容	地 點	講師
09:15-09:30		報到	松山工農 大同樓3樓 團體輔導室	李吳澤 諮商心理師
09:30-12:30	AI 世代青少年心理健康與校園輔導工作（一）： 數位壓力辨識與心理健康樣貌			
12:30-13:00		用餐		
13:00-16:00	AI 世代青少年心理健康與校園輔導工作（二）： 情緒支持與助人者自我照顧			
16:00		賦歸		

五、報名方式

(一) 各校參加研習人員請於115年10月2日(五)前逕至臺北市教師在職研習網

(<http://insc.tp.edu.tw>)登錄並完成薦派手續。

(二) 有任何報名問題請電洽松山工農(2722-6616)，找輔導室余曉涵主任(721)或李

苓如小姐(722)；亦可致電輔導室專線：2758-0398。

六、研習核章：全程參加研習人員核予6小時研習時數。

七、研習經費：由教育局專款項下支應。

八、本計畫奉教育局核定後實施，修正時亦同。

115年度臺北市立松山高級工農職業學校
臺北市公私立高中輔導工作小組-專業研習經費明細表

科目	款項節	單位	數量	單價	預算數	說明
	名稱及目級別					
臺北市 115年度臺北市公私立高中輔導工作小組-專業研習經費					21,000	
服務費用					12,000	外聘心理醫生、專家學者2,000元/節 (每節至少50分鐘)
	講座鐘點費	節	6	2000	12,000	
材料及用品費					7,200	
	辦公(事務)用品	批	1	3,000	3,000	教學媒材、文具紙張、墨水及碳粉、資料夾等
	誤餐費	人次	35	120	4,200	(25學員餐費+10位工作人員)*1場
其他					1,800	
	其他	式	1	1,800	1,800	雜支、場地清潔、布置、茶水、其他雜支等雜項支出

承辦人

單位主管

會計主任

校長