

財團法人第一社會福利基金會

培力身心障礙福利機構嚴重情緒行為正向支持服務模式計畫

「工作人員的情緒調節與管理」培訓試辦報名簡章

115 年第一社會福利基金會持續承接衛福部社家署委託辦理「培力身心障礙福利機構嚴重情緒行為正向支持服務模式計畫」，提供身障福利機構轉介申請行為輔導服務，及辦理正向行為支持相關培訓課程。

在機構服務現場，工作人員自身的情緒調節是非常重要的課題，照顧團隊要先能安頓、穩定自身狀態，才得以具備量能支持情緒行為高需求的服務對象；因此第一社福持續建置的正向行為支持進階培訓架構中，包含了工作人員自我照顧的相關課程，

我們將於 115 年 9 月嘗試辦理該機構工作人員的情緒調節與管理 課程，邀請有意願參與並給予完整課程回饋的機構工作人員參加，屆時需要協助提供關於課程架構、大綱、內容、時數、進行方式，及是否有益於機構照顧人員等具體回饋，以讓我們後續能將該課程調整得更為完備，符合機構照顧團隊的需要，並推廣成為機構辦理的員工自我照顧課程之一。

一、辦理單位

(一)指導單位：衛生福利部社會及家庭署

(二)主辦單位：財團法人第一社會福利基金會

二、培訓時間：115 年 09 月 14 日(星期一) 13:30-17:00

三、培訓對象、參訓名額與條件：

(一)培訓對象：邀請機構主管派訓，推派中階以上或資深照顧團隊工作人員，以協助課程回饋，使後續課程調整更為符合機構人員的需求。

(二)參訓名額與條件：

■ 須能夠針對試辦課程提出具體回饋與建議之身心障礙福利機構工作人員。

■ 總培訓人數至多 40 人，並依報名順序進行錄取。

四、培訓費用：免費。

五、報名時間與方式：

(一)即日起開放報名，8/26(三)23:59 截止報名，並於 8/28(五)

寄發錄取通知，請提供經常使用的 e-mail 信箱，並留意收件。

(二)請填寫 google 表單：<https://forms.gle/bXMWTKRK8btKJmwC9>



報名或掃報名連結 QR code。

(三)如有疑問，請來電或來信洽詢培訓聯絡人：江行為輔導員。

■信箱：yitingch@diy1.org.tw（請優先以 email 聯繫，回覆較即時）

■電話：(02)2242-9928#12

六、培訓課程內容與講師簡介：詳見【附件一】

七、培訓地點：交通方式詳見【附件二】

第一家園 7 樓研習教室(台北市信義路五段 150 巷 316 號)

八、培訓參加注意事項：

(一)研習證明

- 全程參加者將於課程結束一周內發予電子研習證明，未全程參與者，恕不發給研習證明，而發出之電子研習證明恕不補發。
- 上課遲到、早退超過 15 分鐘者，該堂課視為未全程參與。
- 若課程結束一周內未收到研習證明，請於課程結束兩周內來信/來電告知。

(二)停課標準：如培訓日期遭逢不可抗力因素(如颱風、疫情等)，研習場地所在地宣布停止上班，本會原則上取消課程。

(三)課程和講師異動：本會有權因應需要或不得已，調整更換部分課程主題或講師。

(四)當天請務必出席，如不克出席，請提前來電或 mail 通知培訓聯絡人以利候補或更正名單。

(五)場地維護：請協助愛護培訓場地和器材設備，嚴禁製造髒亂，或進行與培訓無關之活動。蓄意破壞場地設備者，應負賠償責任。

(六)環保行動：響應環保愛地球，研習現場不提供紙杯，敬請自備環保杯。



【附件一】

※ 培訓內容及課程時間表 9/14(一)

時間	課程名稱	課程大綱	學習目標
13:30-16:30	工作人員的情緒調節與管理	1. 認識情緒壓力的累積與慈悲疲倦 2. 覺察情緒壓力拼圖 3. 自我情緒調適或自我觀照的方法	1-1. 認識身心反應，及與情緒壓力的關聯。 1-2. 運用壓力檢核表認識與覺察身心壓力反應。 1-3. 學習與理解慈悲疲倦的影響。 2-1. 覺察個人情緒壓力的來源與累積。 2-2. 覺察與意識情緒壓力的全貌與發展。 3-1. 引導學員體驗正念活動。 3-2. 認識自我調適與情緒自我關照的方法，進行體驗或演練。 3-3. 整理自己情緒爆表前的因應策略以及後續自我關照之長期策略。
16:30-17:00	填寫完整課程回饋內容		

※ 講師簡介

講師姓名	現職	學經歷/專長
羅子琦	旭立伴侶與家庭諮商所 諮商心理師	➤ 學歷 ■ 文化大學心輔系碩士班畢 ■ 朝陽科技大學幼兒保育學系畢 ➤ 經歷 ■ 合作單位 友善職場協會/兒福聯盟/家扶大同早療中心/天使心基金會/桃園家庭教育中心/基隆南光醫院社工室/唯美特科學美容等合作 ■ 天使心家族社會福利基金會關懷部主管 ■ 國立台北教育大學專任心理師 ■ 淡江大學專任心理師 ➤ 專長 ■ 伴侶與家庭會談 ■ 原生家庭影響與家庭系統動力 ■ 壓力情緒與調適 ■ 職場適應 ■ 創傷與危機處理 ■ 憂鬱與情緒 ■ 失落議題 ■ 親職教養



【附件二】培訓地點交通資訊：

第一家園 7 樓研習教室

地址：台北市信義路五段 150 巷 316 號 7 樓（現場聯絡電話：0905-816-002 江輔導員）

交通方式：

捷運-【信義紅線象山站】2 號象山公園出口，步行約 10~15 分鐘。

公車- 藍 5、1、22、32、37、38、226、266、288, 於「吳興國小站」下車。

※本會場地位於巷弄內，轉搭公車者，請依地圖指示，從松仁路和莊敬路口(松仁路 215 巷)進入；或自【信義紅線象山站】2 號出口，經象山公園，沿信義路五段 150 巷進入。

