

103年度臺東縣「推動心理健康 網試辦計畫成果發表會」

臺東縣衛生局 醫政科
衛生稽查員 王珮樺



前言

- 失業、轉業
 - 經濟壓力
 - 婚姻危機
 - 親子關係緊張
-
- 因應社會變遷與大眾對心理健康的重視及需求，強化本縣衛生局行政角色，整合本縣精神醫療資源及公司部門來共同推動心理健康服務。
 - 結合各項衛政、醫療（東區精神醫療網及3家責任醫院）、社政、勞政、教育、消防、警政及民間資源，落實心理健康促進工作。



心理健康網工作 (1)

(一) 成立推動小組-1

- 9月12日召開臺東縣心理健康促進推動小組第一次會議

會議內容：

- 1、介紹計畫緣起
- 2、邀請江弘基老師論述心理健康促進概念及國際間心理健康促進執行情形
- 3、召集實務及學術專家取得共識



心理健康網工作 (2)

(一) 成立推動小組-2

- 12月19日召開臺東縣心理健康促進推動小組第二次會議

會議內容：

- 1、本縣執行103年度推動心理健康網試辦計畫之成果
- 2、討論104年度執行方向或族群



心理健康網工作 (3)

(二) 召開聯繫會-1

- 9月23日召開臺東縣心理健康促進工作網絡第一次會議

會議內容：

- 1、介紹計畫緣起
- 2、報告計畫內容，包含試辦場域及試辦族群
- 3、與網絡單位間取得共識，未來將持續推動心理健康促進業務



心理健康網工作 (4)

(二)召開聯繫會-2

- 12月19日召開臺東縣心理健康促進工作網絡第二次會議

會議內容：

- 1、本縣執行103年度推動心理健康網試辦計畫之成果
- 2、討論104年度執行方向或族群



心理健康網工作 (5)

(三)心理健康促進研習活動-1

● 打造心校園：3場次

- ✓ 對象-高中、國中及國小輔導老師及一般老師
- ✓ 日期-9月24日、10月1日及10月8日

研習內容：

- 1、引導孩童正向思考
- 2、如何協助孩童衝突管理及壓力適應
- 3、增進與孩童間夥伴關係建立

期望：以一般老師及認輔教師為種子，執行兒童心理健康促進業務

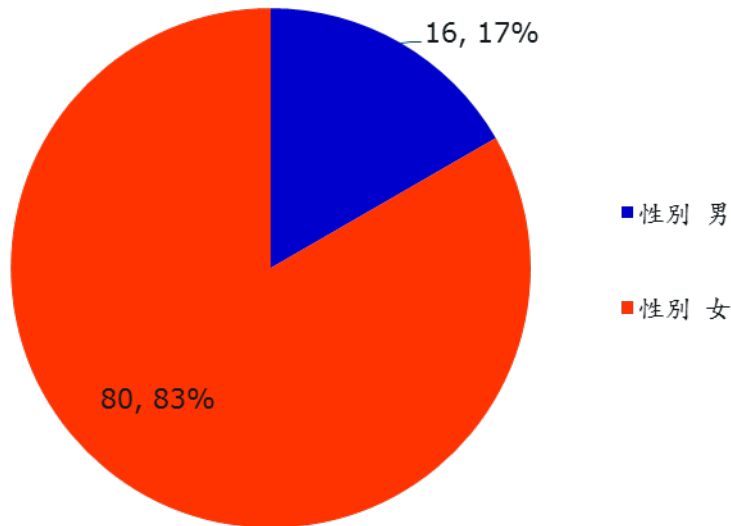


心理健康網工作 (6)

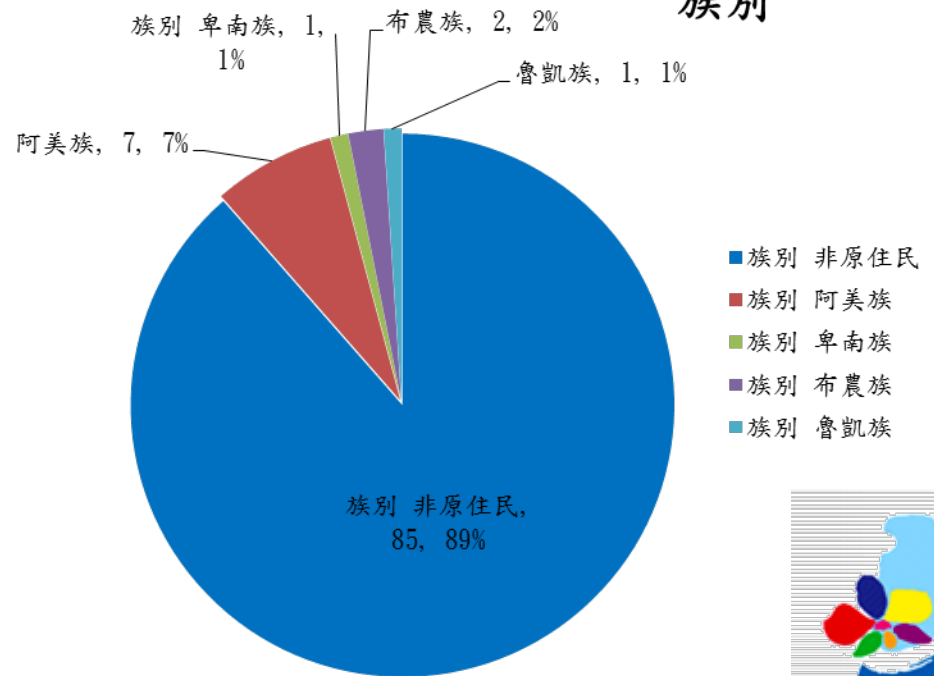
(三) 心理健康促進研習活動-2

成果分析：

性別



族別

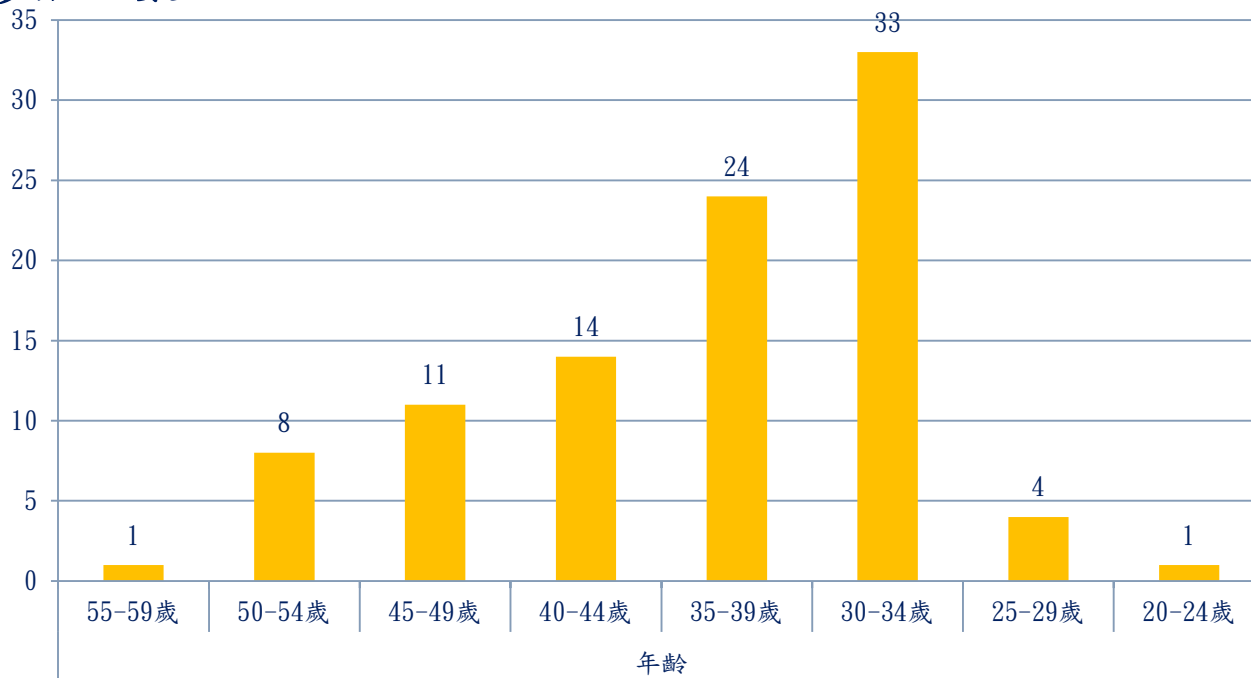


心理健康網工作 (7)

(三)心理健康促進研習活動-3

成果分析：

參加人數



心理健康網工作 (8)

(三)心理健康促進研習活動-4

成果分析：

1. 對主題安排滿意及非常滿意計95.7%
2. 對時間安排與控制滿意及非常滿意計90%
3. 對主講者講述內容滿意及非常滿意計96.6%
4. 對講述內容感到有幫助滿意及非常滿意計93%
5. 對打造心校園活動滿意及非常滿意計94.7%



心理健康網工作 (9)

(三)心理健康促進研習活動-5

回饋：

1. 希望能常辦理類似課程，講師教授技巧與方法受益良多。
2. 職場上許多老師也需要心靈輔導，可以多舉辦類似研習。
3. 內容貼近教育現場，很實用。
4. 明確的正向思考引導實務技巧，提供無輔導背景的教師亦能初步協助學生。
5. 講師專業，內容豐富，課程深淺適中，受益匪淺。



心理健康網工作 (10)

(三)心理健康促進研習活動-6

● 打造心職場：8場次

- ✓ 對象-警察人員、消防人員及法務部矯正署技能訓練所員工
- ✓ 日期-9月25日、10月24日、10月31日、11月5日、11月12日、12月11日、12月15日、12月25日

研習內容：

- 1、人生角色轉換及適應
- 2、職場壓力源因應能力
- 3、預防職業倦怠

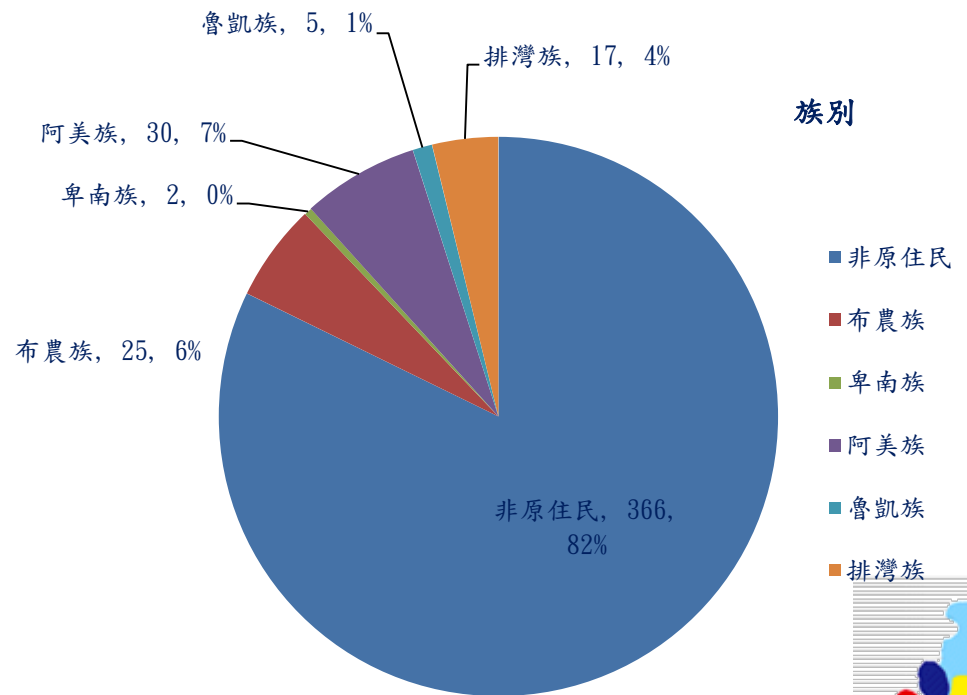
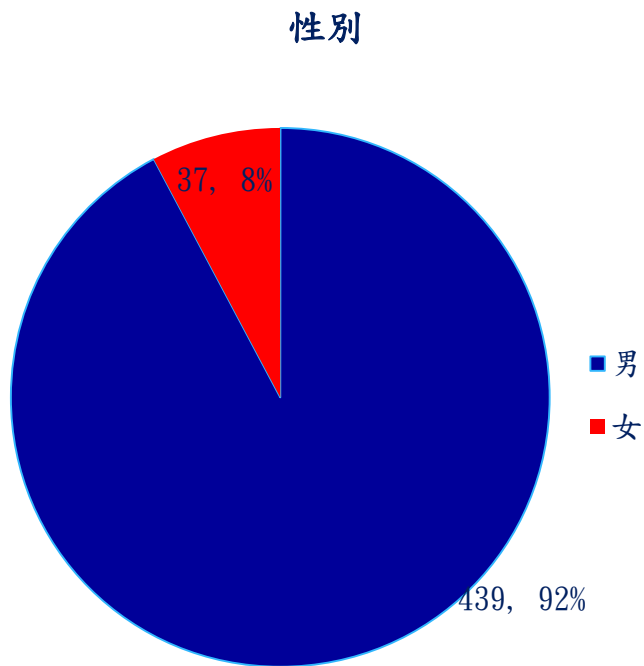
期望：以一部分高壓職場員工為種子，調解自身及同仁因應生活上各種壓力，間接推動職場心理健康促進工作



心理健康網工作 (11)

(三) 心理健康促進研習活動-7

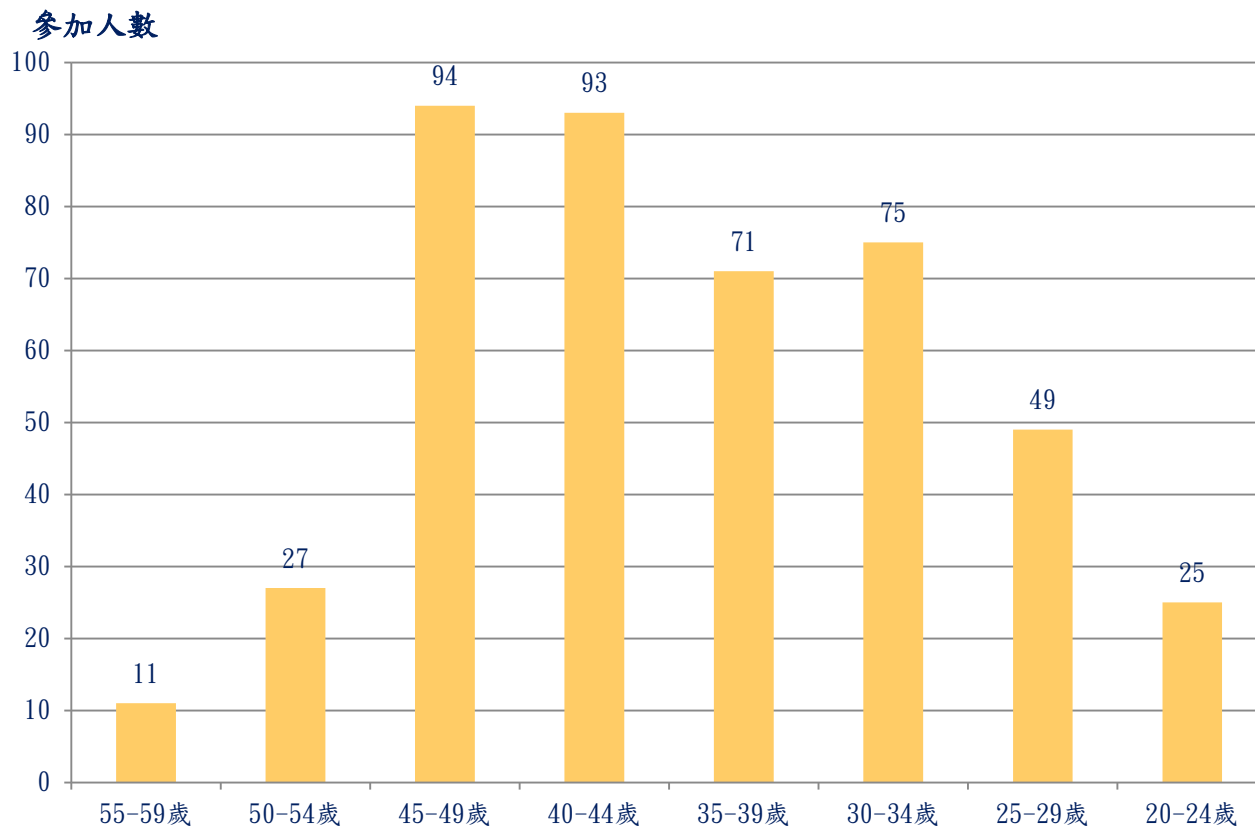
成果分析：



心理健康網工作 (12)

(三)心理健康促進研習活動-8

成果分析：



心理健康網工作 (13)

(三)心理健康促進研習活動-9

成果分析：

1. 對主題安排滿意及非常滿意計93.1%
2. 對時間安排與控制滿意及非常滿意計96%
3. 對主講者講述內容滿意及非常滿意計94.6%
4. 對講述內容感到有幫助滿意及非常滿意計92.4%
5. 對打造心職場活動滿意及非常滿意計96.3%



心理健康網工作 (14)

(三)心理健康促進研習活動-10

回饋：

1. 希望能常辦理類似課程，以前沒聽過心理健康促進的課程。
2. 利用繪畫和音樂療法，不同的上課方式，很特別。
3. 能夠找到一個適合自己放鬆的方法，心情愉快最重要。
4. 內容充實請持續辦理。



心理健康網工作 (15)

(四)心理健康網站-1

- 收集本縣心理健康服務資源：心理健康相關團體、各級學校輔導資源及地方民間團體與機構（如基金會、協會、社區發展協會、社區關懷據點、家庭教育中心、社區營造中心）…等各類資源，包含其基本資料（名稱、電話、地址、網址等）及服務內容、方式及收費情形。
- 建置臺東縣心理健康服務網站，將上述相關服務資源應放置於網站內，以地理資訊系統方式呈現。



心理健康網工作 (16)

(四)心理健康網站-2

特色：

- 1、資源以地理資訊方式呈現，利於查詢機構資訊
- 2、互動式、即時性心情溫度計檢測及轉介
- 3、可下載影音或靜態衛教宣導教材



心理健康網工作 (17)

(四) 心理健康網站-3



臺東縣精神衛生網絡單位窗口聯絡人



精神病人照顧



自殺防治業務



心理健康網工作 (18)

(五) 印製衛教單張-1

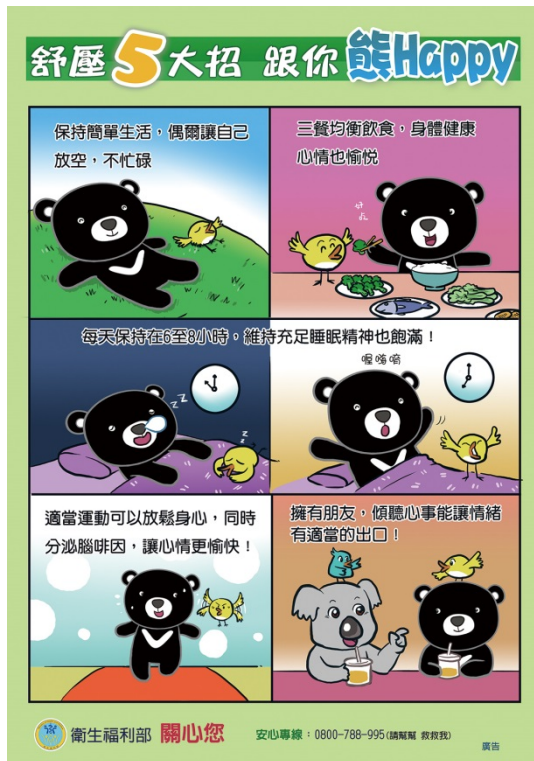
- 找尋本縣主要之心理健康議題，選取適當之衛教資料。



心理健康網工作 (19)

(五) 印製衛教單張-2

- 找尋本縣主要之心理健康議題，選取適當之衛教資料。



心理健康網工作 (20)

(六)建議-1

- 建議前一年度提早告知或擬訂明年度執行政策或策略，延長計畫執行之準備期，能使各縣市政府盡早擬辦各項執行策略，亦能與各網絡工作單位取得共識。
- 各網絡工作單位之中央主管機關皆尚未指示有關心理健康之重要性，雖皆能與本局配合執行各項策略或活動，但其仍處於被動接受之情況，建議中央主管機關能取得心理健康政策之共識。



心理健康網工作 (22)

(六)建議-2

- 建議可研擬較長期之政策規劃與執行策略，並訂定周詳之計畫衡量指標，不僅僅是滿意度調查，俾利未來國家心理健康政策之擬定。
- 心理健康促進層面涵蓋廣泛，又執行策略或宣導主題較具多樣性，雖由各縣市政府主導可因地制宜，建議仍需統一訂定主要範疇、場域、族群或執行方式。



以上簡報，

謝謝聆聽！

