

# 臺北市 111 年度公私立高級中學友善校園學生事務與輔導工作 學生自我傷害防治進階輔導知能研習實施計畫

## 一、依據

- (一)教育部 111 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。
- (二)臺北市 111 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫。
- (三)臺北市 111 年度公私立高級中學學生輔導工作執行小組工作計畫。

## 二、目的

- (一)提升教師對學生自我傷害危機之辨識能力，探討憂鬱及自我傷害的辨識、介入與輔導策略、增進防治自我傷害與危機處理實務經驗。
- (二)深化教師心理衛生暨生命教育知能，落實自我傷害防治初級預防之推動。

## 三、辦理單位

- (一)指導單位：教育部。
- (二)主辦單位：臺北市政府教育局。
- (三)承辦單位：臺北市立松山高級商業家事職業學校。

四、研習時間：111 年 10 月 28 日（週五）9 時 00 分至 16 時 00 分。

五、研習地點：臺北市立松山高級商業家事職業學校(臺北市信義區松山路 655 號)  
綜合大樓 2 樓視聽中心。

## 六、參加對象：

- (一)臺北市高中學生輔導工作執行小組全體成員。
- (二)臺北市公私立高中職輔導教師。
- (三)臺北市立松山高級商業家事職業學校全體教師。
- (四)臺北市公私立高中職對此主題有興趣之教師。

## 七、研習主題、時間與內容

### (一)課程內容

心智化，一種理解自己與他人的能力；是一種學習來的成就，是一個人出生後，在與照顧者不斷互動所建立起來的依附系統中，逐漸發展成熟而來的能力；人類是唯一有成熟心智化能力的物種，但每個人的發展成熟度不一，因情境不同一個人所展現的心智化程度也不同。受損的心智化能力，使人無法解讀自我與他人的情緒、認知、行為，更妨礙心理健康；「成功心智化」則不僅增進當事人對自我與他人的覺察，也促使治療師能更深度同理，達到「由外觀己，由內察人」的境界。

心智化的功夫，就在於體會在自己與他人表面行為後面的需要、情感、意圖、欲求、目標、目的、理由等心理意涵。心智化為本治療模式，強調在建立起恰當的依附關係後，透過「善體人意」的同理功夫，讓當事人認識自己、瞭解自己，然後得以探索自己、發展自己，使當事人在其中感受到再撫育經驗，並使自體(self)得以發展，也促進對自身、他人、及人際關係的心智化思考，促使個人的心智化能力得以昌盛發展，達到治療目標。

心智化導向心理治療，奠基于心智化為本心理治療(Mentalization-based Therapy)，但更強調透過生活化的演化心理學與神經科學發現，以闡明心理治療工作的助人策略與技巧。同時，特別強調在心理治療中，協助案當事人辨識來自生命之初的慣用行為模式，在會

談室中展現的語言、非語言溝通方式；並透過此時此地的同理性互動，調節當事人的情感，重塑當事人的記憶；以養成當事人「從心所欲，不踰矩。」的人生態度與體驗「天人合一」的生命歷程。

## (二)課程大綱

| 時間          | 課程主題                                   | 主持/主講   |
|-------------|--|---------|
| 8:30-9:00   | 報到                                     | 松山家商輔導室 |
| 9:00-12:00  | 1. 同理、依附與心智化<br>2. 心智化導向治療入門           | 周勵志醫師   |
| 12:00-13:00 | 午餐休息時間                                 | 松山家商輔導室 |
| 13:00-16:00 | 1. 邊緣型人格障礙評估與鑑別診斷<br>2. 邊緣型人格障礙介入及輔導策略 | 周勵志醫師   |

### 八、講座師資：周勵志醫師

經歷：資深精神科專科醫師、向日葵協會創會理事長、哈佛大學訪問學者、臺灣心理治療學會常務理事、中華團體心理治療學會理事

專長：精神醫學、心智化導向心理治療、邊緣型人格障礙、神經科學、心身醫學、兩性關係

九、報名方式：請於 111 年 09 月 30 日（週五）17 時前，逕至臺北市教師在職研習網（<http://insc.tp.edu.tw>）登錄報名並完成薦派手續。參加人員給予公假並核予研習時數 6 小時。

十、聯絡人：臺北市立松山家商輔導室張藝馨主任或幹事許曉玲，電話：(02)2726-1118 分機 700(主任)、711(幹事)。

十一、經費：所需經費由教育部 111 年度友善校園學生事務與輔導工作專款補助經費及臺北市政府教育局 111 年度推動生命教育預算相關經費項下支應。

十二、本計畫奉核後實施，修正時亦同。