

113 年「讓愛延續 2024」青少年心理健康校園巡迴講座 執行計畫

壹、活動緣起

在這資訊發達時代影響下，造就這世代的青少年資訊來源混雜，不論是負面的、正面的，資訊都一併吸收，致使認知及價值觀混淆。然而，青少年時期正是處於對自我探索與自我定位的一個階段，其身心方面也因進入青春期的階段，對於男女間互動及親密關係也逐漸好奇，因此，給予青少年有能力辨別資訊對錯是講座的重要方向。同時，也希望藉由適時的心理健康校園主題講座，能夠讓青少年在這條自我探索的路上有所助益。

此活動延續 112 年度「讓愛延續 2023」記者會，讓「張老師」透過入校演講發揮一定的影響力，提倡身心靈健康的重要性。使「讓愛延續」這句口號化為行動，期望透過 100 場次的活動，將「讓愛延續」的精神繼續下去。

貳、活動目標

- 一、藉由台中張老師的講師團隊，透過雙向講座的方式和學生有更近距離地接觸。
- 二、將開放給中部一般學校申請，場次分配如：國小 50 場次、國中 40 場次、高中 10 場次，共計 100 場次。
- 三、透過講座辦理，讓更多青少年可以認識「張老師」基金會「1980 輔導專線」服務。

參、活動內容

- 一、活動目的：
 - (一)強化青少年身心靈健康發展。
 - (二)協助青少年提升自我適應能力，強化自我概念及心理健康發展。
 - (三)提供青少年求助管道，學習社會資源的運用。
- 二、指導單位：中國青年救國團、財團法人「張老師」基金會。
- 三、主辦單位：財團法人「張老師」基金會台中分事務所。
- 四、協辦單位：龍寶建設股份有限公司、新業建設股份有限公司、根園建設股份有限公司、欣中天然氣股份有限公司、惠友建設股份有限公司、麗明營造股份有限公司、味丹企業股份有限公司、寶島光學科技股份有限公司、陸府建設股份有限公司。
- 五、活動時間：113 年 2-11 月，共計 100 場次。
- 六、活動對象：申請之學校學生。
- 七、活動地點：台中市內申請單位之場地。
- 八、活動方式：邀請台中「張老師」講師團隊至校園演講，透過活潑多元又專業的方式讓青少年可以正視身心靈健康的重要性。
- 九、活動流程：講座每場次以 1 小時為主。

| 時間 | 流程 | 內容 |
|-------|-------|---------------|
| 5 分鐘 | 開場 | 說明辦理活動目的的重要性。 |
| 40 分鐘 | 專題演講 | 講師講授身心靈相關主題。 |
| 10 分鐘 | 提問與回應 | 有獎徵答發送宣導品。 |
| 5 分鐘 | 問卷填答 | 填寫問卷並統一收回。 |

十、活動主題：

1. 擁抱青春-人際互動(人際溝通及相處之道)
2. 歌舞青春-情感議題(性別議題、身體界線、安全性行為)
3. 青春日記-生命教育(生命教育、自殺防治、憂鬱防治)
4. 青春酸甘甜-情緒感受(情緒/壓力紓解、情緒處理及照顧)
5. 無限青春網-網路世界(網路交友、網路霸凌)
6. 無禁青春-校園安全(性騷擾、反毒宣導，法律宣導等)

十一、申請流程：使用線上申請，完成後需至信箱確認回覆，每校該年度僅能申請 1 場次。

十二、申請時間：113 年 2 月 29 日（四）前，額滿為止。

十三、聯絡人：楊警華先生，電話：04-22033050 分機 123，信箱 s220209@cyc.tw。

【進入以下網址，進行線上申請】

<https://forms.gle/4kMeqAgJ5yZA9PqE8>

【掃描以下 QR Code，進行線上申請】

