

114 年度早療跨專業實務運用研習

【專業人員情緒辨識及自我照顧專題】

正念療法淺談與體驗

「臺中市兒童發展啟蒙資源中心」致力於提昇專業人員極早期療育的專業知能與實務，期待專業人員對此議題有更深入的理解和運用，學習與家庭合作，共同成為嬰幼兒發展及成長的守護者。

早療專業人員面對療育工作時，在高壓與講求效能的工作場域與生活中，我們往往會忽略了自己，而將焦點放在照顧他人的需求上，長期下來可能造成自我身心耗損；此次研習藉由諮商心理師之專業，帶領早療專業人員覺察情緒辨識及自我照顧的方法，並了解當自己或身邊的夥伴出現情緒耗竭時，如何給予支持及陪伴，期待在服務別人的過程中，亦能看到自我的需要，讓生活及工作取得雙向平衡。

一、主辦單位：臺中市政府社會局

二、承辦單位：臺中市兒童發展啟蒙資源中心(財團法人瑪利亞社會福利基金會承辦)

三、研習日期：114 年 6 月 28 日(六) 上午 9 點至 12 點

四、地點：臺中市南屯區東興路一段 450 號(台中市愛心家園 3 樓視聽室)

五、講師：賴秀銀 諮商心理師

現任：國立中興大學健康及諮商中心/諮商心理師

學經歷：國立嘉義大學 輔導與諮商學系碩士

社團法人正念助人學會/副理事長

仁伊心理治療所/諮商心理師

慈光社區心理諮商所/諮商心理師

南華大學生死學系/講師

六、報名：

1. 研習招收對象：

早療專業人員(物理治療師、職能治療師、語言治療師)

2. 名額：50 人次

3. 一律採線上報名：

- 報名並非代表錄取：將以 E-mail 通知錄取名單，請務必留下正確信箱郵址，以免錯失錄取機會。
- 因名額有限，各職種名額將平均分配，若有興趣請盡早報名。
- 報名網址：114 年 4 月 10 日(四)起，於臺中市社會局「兒童發展資源網」開放報名，搜尋最新消息--「正念療法淺談與體驗」場次，點入進行報名或至右下方掃描 QR code。

4. 聯絡資訊：週二至週六 8:00-12:00/13:00-17:00 (04)2202-2226 林小姐

七、流程：

時間	主題	主講人
8:50~9:00	臺中市兒童發展平台資源介紹	臺中市兒童發展啟蒙資源中心
9:00~10:00	認識何謂正念?	賴秀銀 諮商心理師
10:00~11:00	西方正念療法發展的簡要介紹	
11:00~12:00	正念療法的實務練習與體驗/資源簡介	

八、注意事項：

1. 承辦單位擁有本場研習事項之調整或更動權利，敬請以行前通知內容作為最後依準。
2. 全程參與者，依專業提供物理治療師、職能治療師、語言治療師繼續教育學分(申請中)，惟實際通過與否以相關單位審核結果為主。如需紙本研習證明，請事先告知；未提前告知者，恕不補發。
3. 錄取者當天缺席將影響下次報名研習之資格，請三天前以來電方式取消。



委託  瑪利亞社會福利基金會 辦理
Maria Social Welfare Foundation



線上報名：

