

志工心理關懷之活水人生系列活動

一、目的：

1. 志工服務過程常會面臨許多的挫折與創傷，如被拒絕、重大事故處理等不可預期的事件，為了讓志工順利的面對人生的困境，永續的服務他人、也豐富自己，特在財團法人應柴秀珍女士紀念基金會的贊助下，於大高雄地區內辦理志工心理關懷之活水人生系列活動。
2. 若 貴機構想要推動志工關懷工作，卻苦於經費不足而無法辦理，皆歡迎來申請此系列活動，以減少志工的折損，及協助志工去面對生命的議題，維繫志工正向成長的力量。

二、主辦單位：社團法人高雄市大高雄生命線協會

三、贊助單位：財團法人應柴秀珍女士紀念基金會的贊助

四、實施時間：即日起至 102 年 12 月 31 日止

五、實施地點：由各志工運用單位提供或主辦單位安排

六、費用：免付費

七、活動對象：凡服務於高雄市符合該申請機構之志工身份者，皆可報名參加。

八、課程活動主題：

課程類別	主題
一、心理健康課程 (以機構單位申請，限 40 人以上，每場以 2 小時為限)	1.身心紓壓、愛在服務 (性質：情緒管理與壓力調適)
	2.溝通方程式 (性質：人際溝通與學習)
	3.家是「愛」還是「礙」 (性質：家庭成長的關係)
	4.做自己與別人生命中的天使 (性質：志工自我激勵)
二、心理調適團體及工作坊 (以機構單位申請，團體至多 12 小時，參加人數團體為 6-12 人，工作坊至多 25 人)	1.紓壓團體
	2.樂在溝通團體
	3.家庭關係探索團體(或工作坊)
	4.自我成長團體 (或工作坊)
三、個別心理諮詢 (志工個別申請，預計服務 30 位志工，每位志工每年 3 小時，諮詢地點：本會)	針對主動求助之志工，初步瞭解其困境即評估問題對生活之影響，協助志工釐清目前問題狀況，並提供相關的重要資訊及資源。 ◎ 初談：凡遇有心理困擾或問題而主動求助之志工。 ◎ 心理諮商：凡經由初談過後並評估需再進行心理諮商之志工。

九、報名方式：即日起開始申請，場次、人數有限額滿為止，請填妥服務計畫申請表，利用傳真或 e-mail 進行申請，申請不代表確定開課，本會會依申請先後及資源分配排定場次。

◎報名申請表如附件，欲報名心理個別諮詢者請來電或 e-mail 洽詢。

十、聯絡方式：

地址：820 高雄市岡山區中山南路 71 號 4 樓

電話：(07)6259955 傳真：(07)6259861 聯絡人：洪社工

E-mail：kp1995.ks@msa.hinet.net

社團法人高雄市大高雄生命線協會
『活水人生』志工心理關懷服務計畫申請表

單位名稱			
聯絡人		聯絡電話	
傳真		E - m a i l	
聯絡地址			
參加意願	☐ 有意願 ☐ 待考慮 原因：_____ ☐ 無意願 原因：_____		
課程選擇 (若申請多場請填優先順序)	心理 健康 課程 ☐ 身心紓壓、愛在服務(性質：情緒管理與壓力調適) ☐ 溝通方程式(性質：家庭與人際溝通與學習) ☐ 家是「愛」還是「礙」(性質：家庭關係的成長) ☐ 做自己與別人生命中的天使(性質：志工自我激勵) 【課程至多 2 小時，限 40 人以上】	心理 調適 團體 ☐ 紓壓團體 ☐ 樂在溝通團體 ☐ 家庭關係探索團體(或工作坊) ☐ 自我成長團體(或工作坊) 【團體至多 12 小時，參加人數團體為 6~12 人，工作坊至多 25 人】	
預計參加人數	約 _____人		
預計開課日期	☐ 日期已定【需預留工作日，請選擇 2~3 週以後之適當日期】 優先 1、____月____日時段→ ☐ 早上 ☐ 下午 ☐ 晚上 優先 2、____月____日時段→ ☐ 早上 ☐ 下午 ☐ 晚上 優先 3、____月____日時段→ ☐ 早上 ☐ 下午 ☐ 晚上 ☐ 日期未定		
課程期待	針對申請的課程，本單位對課程期待或曾發生的相關事件：		
備註			

☆ 聯絡人：社團法人高雄市大高雄生命線協會 洪社工

電話：(07) 625-9955 傳真：(07) 625-9861 地址：820 高雄市岡山區中山南路 71 號 4 樓

E-mail：kp1995.ks@msa.hinet.net

☆ 即日起開放各單位申請，場次有限，額滿為止。申請不代表確定開課，本會將依申請先後及資源分配排定場次。請填妥申請表後，以傳真或 E-Mail 方式聯絡我們，並來電確認。謝謝!!

志工心理關懷之活水人生系列活動

自我探索、舒壓團體課程簡章

一、目的：

志工服務過程或許會面臨許多的挫折與創傷，如被拒絕、重大事故處理等不可預期的事件，為了讓志工順利的面對人生的困境，永續的服務他人、也豐富自己，特在財團法人應柴秀珍女士紀念基金會的贊助下，於大高雄地區內辦理志工心理關懷之活水人生系列活動。

二、主辦單位：大高雄生命線協會

三、贊助單位：財團法人應柴秀珍女士紀念基金會

四、活動日期：102 年 5 月 19 日及 102 年 5 月 30 日 9:00~16:00

五、活動地點：高雄市岡山區中山南路 71 號 4 樓（本會岡山會館）

六、費用：免費，但須繳交保證金 200 元（繳費方式請來電洽詢），全程參與者課後無息退還。

七、活動對象：凡服務於高雄市符合該申請機構之志工身份者，皆可報名參加，小團體限額 12 名。

八、課程活動主題：

日期	課程	活動內容	講師
102/5/19(日) 9:00~16:00	一、紓壓團體～ 「壓力 Bye Bye」	1. 協助學員瞭解壓力的來源	鄭喬之 資歷： 屏東教育大學輔諮所研究生 現職： 國小教師
		2. 幫助學員覺察壓力產生時的情緒反應	
		3. 協助學員關心自己承受的壓力狀況	
		4. 幫助學員瞭解各種壓力調適的方法	
102/5/30(四) 9:00~16:00	二、自我探索～ 「與自己的相遇」	1. 關係的建立	
		2. 協助了解自己和家庭、社會關係脈絡與支持系統	
		3. 協助成員當下對自我有更多的覺察	
		4. 覺察自己的非理性思考，學習以正向看待人生	

九、報名方式：即日起開始申請，場次、人數有限額滿為止，請填妥報名表，利用傳真或 e-mail 進行申請，申請不代表確定開課或錄取，本會會依申請先後及資源分配排定場次。

十、聯絡方式：

地址：820 高雄市岡山區中山南路 71 號 4 樓 電話：(07)6259955 傳真：(07)6259861

聯絡人：洪妍永 社工 E-mail：kp1995.ks@msa.hinet.net

✂請剪下傳真(07)6259861 或寄回

活水人生系列活動 報名表

志工姓名		電話	
志願服務所屬單位			
地址			
E-mail			
課程報名	1. ☐ 紓壓團體～『壓力 Bye Bye』 2. ☐ 自我探索～『與自己的相遇』		
備註	為響應環保，請自備環保杯。		