

# 醫療財團法人徐元智先生醫藥基金會亞東紀念醫院

地址：220 新北市板橋區南雅南路二段 21 號

承辦人：陳怡安

電話：02-7728-2171

電子信箱：yadongteenager@gmail.com

受文者：私立穀保家商輔導室

發文日期：中華民國 112 年 7 月 12 日

附件：如說明四

主旨：檢送「亞東紀念醫院精神科：青少年精神和心理健康計畫服務資訊」，本院將於暑假期間舉辦一系列課程/團體，含「PEERS 青少年社交技巧團體」、「焦慮情緒停看聽—人際情緒團體」、「自傷青少年親職團體」、「青少年個別心理治療」，各活動詳細開課日期與報名方法詳如下方說明，歡迎有需求之青少年與家長踴躍報名參加。

說明：

一、本院希望延展精神醫療資源之觸角，提供青少年心理健康更全人、多元的服務。期待藉由引入最新的人際互動訓練模式、個別心理治療、認知行為團體，讓具備心理專業的人員和團隊，提供具特殊需求的青少年多元化和個別化的協助，使其進一步融入人際社群，減輕焦慮恐慌，增加青少年的自我效能，亦能減輕照顧者的負擔。

二、活動報名方式：

(一)「PEERS 青少年社交技巧團體」、「焦慮情緒停看聽—人際情緒團體」、「自傷青少年親職團體」：即日起至 112 年 7 月 31 日止，請親至亞東紀念醫院精神科門診向醫師洽詢報名。

(二)「青少年個別心理治療」：即日起至 2024 年 4 月 31 日止，請親至亞東紀念醫院精神科門診向醫師洽詢報名。

三、報名洽詢窗口：陳怡安諮商心理師(02-7728-2171) 或使用 e-mail：yadongteenager@gmail.com 聯繫。

四、活動簡介與附件：

(一)檢附「PEERS 青少年社交技巧團體」、「焦慮情緒停看聽—人際情緒團體」、「自傷青少年親職團體」活動宣傳單各一份，請協助廣宣，如有任何疑義，請洽承辦人陳怡安諮商心理師，電話：02-7728-2171。

(二)以下簡述四項活動內容，請查照並轉知所屬踴躍報名參加。

## 1. 【PEERS®青少年社交技巧團體】

(1)對象：年齡介 12-19 歲的自閉症青少年(性別不拘)，且須有一位固定照顧者



# PEERS

## 青少年社交技巧團體



圖片來源：shutterstock.com 標準版授權

**招募對象 13-18歲，自閉症青少年及其照顧者**

**時間：2023年暑假（8/5開始）**

**地點：亞東紀念醫院**

**費用：2200元/堂，共14堂**

**報名方式：親至精神科門診向醫師諮詢**



青少年精神和心理健康計畫

可洽詢02-7728-2171



2023年亞東精神科 青少年健康計畫

# 自傷青少年 親職團體課程

## 你的痛，我想了解

- 對象：有照顧「自傷青少年」的家長且願意完整參加四次小團體課程，並協助填寫問卷。
- 課程目標：讓家長對於自傷行為有更多理解。讓家長可以陪伴青少年，共同合作處理困難的自傷行為與不適情緒。
- 報名截止日：2023/07/31(一)
- 第一梯次：08/02、08/09、08/16、08/23。  
每周三晚上19:00-20:30。
- 地點：九樓A區精神科團體治療室

- 報名方法與課程細節：
  - a. 由門診醫師轉介並領取說明單
  - b. 至兒童心理施顯學醫師門診詢問
- 轉介後，會儘速與家長聯絡



青少年精神和心理健康計畫  
可洽詢02-7728-2171





# 焦慮情緒停看聽

## ——人際情緒團體課程



圖中來源：shutterstock.com 繪圖版權

你的小孩在交朋友方面會感到焦慮或缺乏社交技巧嗎？

你的小孩會對於過多事物或情境有不合理且持續的緊張不安嗎？

你的小孩對無法掌握或不可預期的事情會感到強烈的擔憂嗎？

你的小孩會過度在意自身表現或他人想法嗎？

歡迎報名參加青少年團體治療，一起學習情緒辨識與表達，

加強情緒控制與增進問題應對能力吧！

### 團體目標

- 增進情緒覺察
- 理解情緒功能
- 學習如何與焦慮共處
- 練習以認知行為策略處理擔憂及情緒困擾
- 學習合宜的社交技巧、降低人際互動困擾

·時間：預計在112年7月-8月間開課，每周晚間一次，為期十二次

·地點：亞東醫院九樓 團體治療室

·團體帶領者：陳怡安諮商心理師

·招募對象：

1. 年齡介於13-18歲之青少年

2. 有焦慮相關的困擾/疾患

·報名方式：請親至林育如、江惠綾、陳昶醫師門診諮詢報名，團體正式開始將通知成功報名者，招募至額滿為止

