



# 『家連家 心連心』

## 家屬團體教育開班囉!

透過教育讓家屬可以瞭解精神疾病，增加照顧者疾病照顧能力，以及從團體過程中互相學習，並得到心理支持的力量。期望教導家屬自我照顧，維護自身權益、參與反污名化活動，除此之外，與其他家屬間心情發洩，相互支持才是更重要的，家屬間也能共同連結成為好朋友，並持續互相支持與鼓勵，瞭解自己並不孤單。

- 一、主辦單位：社團法人高雄市築夢關懷協會
- 二、協辦單位：高雄醫學大學附設中和紀念醫院精神科
- 三、指導單位：中華社會福利聯合勸募協會
- 四、活動地點：高醫醫技大樓4樓 日間病房討論室
- 五、活動時間：108.08.31 ~ 11/16 每週六 上午09:30 ~ 11:30 共9堂課程
- 六、參加對象：思覺失調症、躁鬱症、憂鬱症等患者的主要照顧者。
- 七、報名期間：即日起至額滿為止，名額10~12人（名額有限，額滿為止）。
- 八、費用：全程免費並附送最新全套教材。
- 九、報名方式：
  1. 至本會或傳送E-mail: [dreammakingass@gmail.com](mailto:dreammakingass@gmail.com)
  2. 報名前請先致電本協會詢問報名狀況。
  3. 報名專線:(07)553-8560、553-7971
  4. 本會地址:高雄市鼓山區中華一路310號3F



# 108 年度 「家連家、心連心」家屬教育團體

## 課程時間與內容

上課地點:高醫精神科四樓日間病房討論室

活動日期/堂次		課程主題	課程內容	講師/領導者 協同領導者
1	08月31日(六)上午 09:30~11:30	課程說明會	1.照顧者自我介紹 2.學員自我介紹 3.理監事介紹	張秀桃 張明順理事長 暨全體理監事
2	9月07日(六)上午 09:30~11:30	精神疾病的認識	認識精神病是腦部疾病之一， 分辨精神病的基本成因與症狀。	張秀桃 柯碧雲
3	9月21日(六)上午 09:30~11:30	誰能明白我-溝通技巧	用「我-語句」和「反映式回應」兩種溝通方式的基本應用技巧，降低溝通障礙。	蕭瓊華 宋志成
<b>09/14 中秋連假——停課一次</b>				
4	9月28日(六)上午 09:30~11:30	認識精神科藥物	了解精神疾病藥物的基本類別、作用及副作用。	精神科醫師 蕭瓊華
<b>10/05 雙十國慶補班——停課一次 10/12 雙十國慶連假——停課一次</b>				
5	10月19日(六)上午 09:30~11:30	危機處理	學習辨識危機、處理危機，讓危險降到最低。如何面對與處理不幸事件的發生。	陳玉英 高秀蘭
6	10月26日(六)上午 09:30~11:30	善待自己重整生活	認清情緒與壓力的來源，學習善待自己，重整生活。	林清烈 謝勝忠
7	11月02日(六)上午 09:30~11:30	康復的疑惑與希望	重新定義康復，了解何謂康復。	柯碧雲 顏秀霞
8	11月09日(六)上午 09:30~11:30	權益與倡導: 爭取合理對待	了解精神衛生政策，爭取自身的權益，學習倡導的技巧與方法。	陳玉英 張明順
9	11月16日(六)上午 09:30~11:30	學以致用	靈活運用所學，以提昇生活品質。	林清烈 蕭瓊華