

『家連家-家屬教育團體』



要開始上課囉!

兇猛的冠狀病毒阻擋我們所預定第一梯次的家屬教育課程，然台灣防疫成功，緊繃的疫情已趨緩，我們可以來安心學習囉~

依據統計得知，照顧精神障礙者的負擔與壓力遠大於照顧其他疾病患者，許多照顧者因長期照顧的壓力，產生情緒且免疫功能下降，這顯示照顧者的身心壓力亟需被關懷與紓解，據研究指出，若照顧者有正確的疾病知識、良好的照顧方法、正確的溝通技巧與充足的社區資源，不但可以幫助患者早日康復回歸社區、融入社會，還可以提升照顧者自身生活品質，家屬才不致疲於奔命。

- 一、指導單位：衛生福利部社會及家庭署、高雄市政府社會局
- 二、主辦單位：社團法人高雄市築夢關懷協會
- 三、協辦單位：高雄醫學大學附設中和紀念醫院精神科
- 四、活動地點：高醫醫技大樓4樓-日間病房討論室（十全一路建昌藥局正對面）
- 五、活動時間：109.09.05~109.12.05 每週六 上午09:00~12:00 共12堂課
- 六、參加對象：思覺失調症、躁鬱症、憂鬱症等患者的家屬或主要照顧者。
- 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
 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

社團法人高雄市築夢關懷協會

109年度「家連家—手牽手心心相應」

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	9月5日(六)上午 09:00~12:00	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 蕭瓊華理事長 暨全體理監事
2	9月12日(六)上午 09:00~12:00	精神疾病的認識	認識精神病是腦部疾病之一，分辨精神病的的基本成因與症狀，發現問題並交流分享。	張秀桃社工師 蕭瓊華理事長
3	9月19日(六)上午 09:00~12:00	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，發現問題並交流分享。	高秀蘭 柯碧雲
4	9月26日(六)上午 09:00~12:00 (補上班)	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，解開對藥物的心結，發現問題並交流分享。	專科醫師 張明順
10/3中秋連假，10/10雙十連假				
5	10月17日(六)上午 09:00~12:00	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，發現問題並交流分享。	陳玉英 陳東富
6	10月24日(六)上午 09:00~12:00	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，發現問題並交流分享，發現問題並交流分享。	蕭瓊華 謝勝忠
7	10月31日(六)上午 09:00~12:00	康復的疑惑 與希望	重新定義康復，了解何謂康復，發現問題並交流分享。	柯碧雲 林清烈
8	11月7日(六)上午 09:00~12:00	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，發現問題並交流分享。	陳東富 陳玉英
9	11月14日(六)上午 09:00~12:00	學以致用 講座	靈活運用所學，以提昇生活品質，發現問題並交流分享。	林清烈 高秀蘭
10	11月21日(六)上午 09:00~12:00	發現想望 與掌握優勢	透過團體動力歷程，增權賦能，學習自我覺察，來強化照顧者問題解決能力，達到團體共享、凝聚認同力量。	張秀桃社工師
11	11月28日(六)上午 09:00~12:00	發現想望 與掌握優勢	透過團體動力歷程，增權賦能，學習自我覺察，來強化照顧者問題解決能力，達到團體共享、凝聚認同力量。	張秀桃社工師
12	12月5日(六)上午 09:00~12:00	發現想望 與掌握優勢	透過團體動力歷程，增權賦能，學習自我覺察，來強化照顧者問題解決能力，達到團體共享、凝聚認同力量。	張秀桃社工師