

# 國立屏東大學實施員工心理健康計畫

103年09月25日校長核定實施

## 壹、辦理依據：

參照行政院訂頒之「行政院所屬機關學校教職員工心理健康實施計畫」伍-六規定，特訂定本校實施員工心理健康計畫（以下簡稱本計畫）。

## 貳、實施目標：

落實人性關懷，提升同仁身心靈之發展，以建立健康之心理環境，營造互動良好之組織文化，強化團隊之向心力。

## 參、適用對象：本校教職員工

## 肆、推動單位及分工：

一、諮商中心：負責規劃及承辦員工心理健康諮商輔導等工作。

二、人事室：負責經費簽陳、核銷；支援各項相關活動之行政業務。

## 伍、推動方式：

### 一、發展性預防措施

（一）瞭解同仁需求：藉由網路或書面問卷方式調查同仁需求。

（二）規劃員工心理健康講座、訓練及諮商輔導研習活動：

內容涵蓋自我探索、自我成長、情緒管理、壓力紓解、溝通技巧、人際關係、夫妻溝通、親職教育、領導才能、生涯規劃、終身學習、生命教育、衝突處理、團隊建立等。

（三）提供身、心健康相關資訊，建立諮商輔導資源：

建置本校內部諮商輔導資源網絡，提供相關心理輔導及社會工作之資源網絡及資訊來源，包括心理測驗、心理及社會工作相關書籍資訊、各種相關網站，以供同仁諮詢。

## 二、協助措施

(一) 建立關懷協談機制：

1. 由諮商中心提供場地及聘請兼任諮商師支援員工協談機制。
2. 單位主管發覺同仁有負面表現、出現可能影響自身生活、工作等警訊時，得主動通報該中心介入開導；或當同仁有任何工作、生活等壓力或困擾時，可自行提出關懷協談申請。
3. 轉介服務：結合社會資源，根據案主問題的特性，協助其轉介至更適合的機構實施處遇。

(二) 諮商輔導服務範圍：

1. 工作職場問題之輔導：包括職場人際關係、壓力調適之處理以及促進同仁間之和諧相處。
2. 生活及心理健康問題之諮詢與輔導：包括情緒困擾、自卑、自我傷害傾向、家庭變故或失和、感情困擾等問題。
3. 心理測驗：透過各種心理測驗及量表，協助案主自我探索，瞭解問題並尋求解決之道。

(三) 員工諮商輔導案件結案後之個案檔案管理及保存，並應確實遵守諮商輔導之專業倫理。

(四) 提供心理諮商輔導相關管道之資源訊息，供同仁選擇運用。

### 三、配合措施

(一) 每年應針對員工需求，訂定次一年度之活動計畫及所需經費，簽奉核准後實施。

(二) 提供心理諮商管道及補助：

1. 諮商受理時段中，於諮商中心設置本校教職員工諮詢室，辦理受理求助案件之處理、轉介專業諮商機構及提供同仁情緒抒解及緩和壓力處所。

2. 與專業諮商機構簽訂合約，協助處理本校教職員工接受諮詢、輔導、諮商之相關事項，並由本校視財務狀況補助教職員工因接受諮詢、輔導、諮商所需之費用。

(三) 於圖書館陳列相關書籍供同仁借閱。

陸、經費來源：於本校年度預算相關經費項下勻支。

柒、本計畫未盡事宜，悉依相關規定辦理。