

103年度心理健康促進網 試辦計畫成果報告

單位：高雄市政府衛生局社區心衛中心

報告人：黃英如股長

日期：104年1月12日



計畫目標

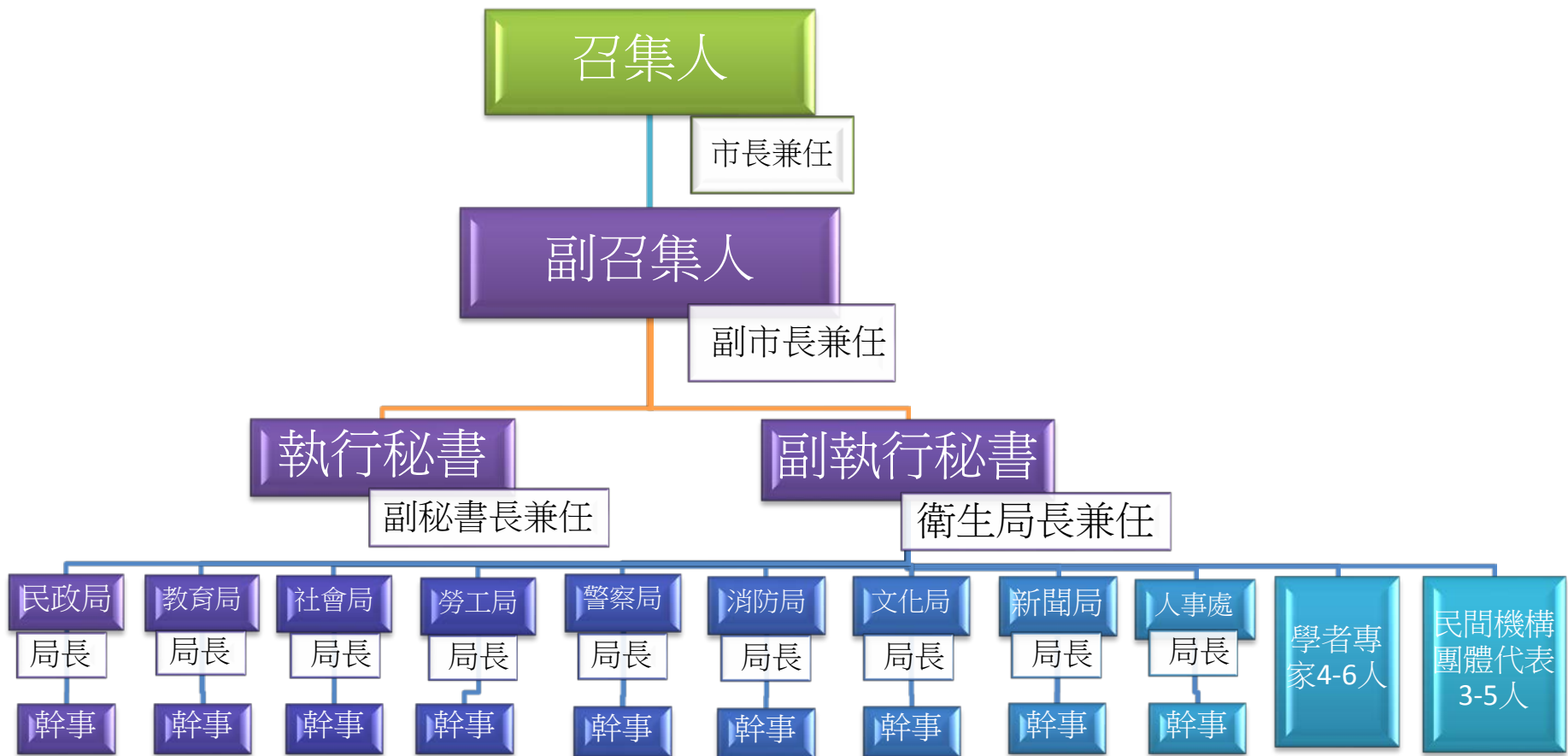
- 一. 成立縣市心理健康相關推動小組，並至少召開2次會議
- 二. 建立縣（市）心理健康服務網絡地圖
- 三. 建立相關衛教資源，並分門別類於網頁上呈現
- 四. 聯結心理健康網絡成員，強化溝通協調並釐清角色與功能，並召開聯繫會議
- 五. 透過調查、分析發掘縣市重要心理健康議題，並列出未來推動方向
- 六. 規劃及推動以家庭、學校、職場或社區為主軸之心理健康促進亮點計畫，改善並提升個人的心理健康
- 七. 本項計畫應進行服務滿意度調查，滿意程度應達90%以上

執行成果



成立心理健康相關推動小組

■ 100年成立「高雄市政府心理健康促進會」



建立心理健康服務網絡地圖

The screenshot shows the website of the Kaohsiung City Government Health Bureau. The main navigation bar includes links for Home, Community Health Center, and Full-text Search. A sidebar on the left contains links for Home Health Center, Activities, and Downloads. The main content area features a news section titled '2014~高雄市中心健康月系列活動 開始囉!!' and a '重要簡介' (Important Introduction) section. The '重要簡介' section is divided into three sub-sections: '心理健康促進股' (Mental Health Promotion), '物資濫用防制股' (Substance Abuse Prevention), and '新精神衛生股' (New Mental Health). A blue arrow points from the '重要簡介' section to a blue-bordered box on the right. At the bottom left, a red dashed box highlights the '檔案下載' (Downloads) section, which lists various documents including '高雄市社區疑似精神病患處置標準作業流程(doc)', '高雄市執行強制社區治療機構(htm)', '高雄市指定精神醫療機構(mht)', '高雄市精神復健機構(doc)', '高雄市精神護理之家(doc)', and '高雄市心理衛生、精神醫療資源(doc)'.

檔案下載:

高雄市社區疑似精神病患處置標準作業流程(doc)

高雄市執行強制社區治療機構(htm)

高雄市指定精神醫療機構(mht)

高雄市精神復健機構(doc)

高雄市精神護理之家(doc)

高雄市心理衛生、精神醫療資源(doc)

檔案下載:

高雄市社區疑似精神病患處置標準作業流程(doc)

高雄市執行強制社區治療機構(htm)

高雄市指定精神醫療機構(mht)

高雄市精神復健機構(doc)

高雄市精神護理之家(doc)

高雄市心理衛生、精神醫療資源(doc)

建立相關衛教資源

The image shows a screenshot of a health education website. The main header features a banner with the word "Healthy" and a globe. Below the banner, there are navigation links for various health topics, with "心理衛生專區" (Mental Health Special Zone) highlighted by a red dashed box and a blue arrow. The website layout includes a sidebar with navigation menus, a search bar, and a main content area with a "Mental Health Special Zone" banner and a list of related topics.

關於我們

- 沿革理念
- 局長專區
- 組織架構
- 業務科室

服務專區

- 申辦服務說明
- 便民服務
- 檔案應用
- 查詢服務
- 各項檢驗申請
- 線上掛號
- 合約醫院

公開資訊

- 醫療衛生違規案例
- 免費衛生保健服務
- 預告統計發佈
- 招標公告

黑心油品事件專區 | 伊波拉專區 | 登革熱疫情防治資訊整合系統民眾閱覽平台 | 流感防治資訊 | 窩溝封填專區 | 衛生醫療資源查詢 | 健康防癌專區 | **心理衛生專區**

全文檢索
Google™ 自訂搜尋 搜尋
分類檢查查詢
RSS新聞訂閱
相關資訊
本市重度級急救責任醫院急診即時訊息

首頁 / 社區心衛中心 / 心靈櫥窗 / 心理衛生專題

社區心衛中心

- 最新消息
- 活動訊息
- 業務簡介
- 書表下載
- 心靈櫥窗
- 相關連結
- 法規查詢
- 衛生教育

瀏覽人數: 813041

心理衛生專題

- 心情溫度計(簡式健康量表;BSRS)
- 心理疾病介紹
- 心理衛生資訊
- 生涯議題
- 自我發展
- 自殺防治
- 災難與危機管理
- 兩性與婚姻
- 家庭與親子關係
- 情緒與壓力管理

聯結心理健康網絡成員

■ 「高雄市65歲以上長者自殺防治討論會」

- 依各單位業管權責服務對象執行分工處遇計劃，並將長者照顧目標由自殺防治朝向心理健康促進推動

■ 「心理健康城市策略」專家會議

- 聯結本市心理健康網絡成員包括：社會局、勞工局、教育局、民政局、警察局、消防局、文化局、新聞局及人事處，並邀請專家指導，溝通協調、釐清彼此角色功能，並追蹤、討論心理健康促進工作於各單位內執行情形及問題解決，共同推動本市初段心理健康及落實心理健康策略

發掘重要心理健康議題

- 採用心理健康主流化的觀點，**編制在地化心理健康量表**進行調查
- 問卷內容包含三部分
 1. 針對高雄市民眾在生理、心理、社會、幸福感等四個向度的心理衛生知覺情形
 2. 針對身心靈講座、健康促進活動、諮商輔導等三個層面的服務需求
 3. 受訪民眾的性別、年齡、居住區域、婚姻狀態、家庭人數、族群、職業、宗教、學歷、個人經濟狀況等項目人口變項

研究調查結果

■ 未達顯著差異

- 居住地、婚姻狀態、家庭人數、族群差異及宗教信仰皆未達顯著差異

■ 達顯著差異

- **男性**高雄市民對生理健康、心理健康、社會健康與幸福感的知覺情況，顯著高於女性高雄市民
- 「**21至40歲**」的高雄市民族群而言，在生理健康，社會健康與幸福感都顯著低於「20歲以下」與「60歲以上」
- **正在找工作**中的高雄市民在4個分量表中的得分情況，顯著低於其他6個職業類別（農林漁牧、工、商、軍公教、學生、家管）的高雄市民
- 「**2萬以下**」與「**2~3萬**」之月收入族，在心裡與社會健康上，明顯地低於「五萬~八萬」收入的居民

本市心理健康議題未來推動方向

1. 針對「**性別**」議題進行規畫：尊重性別差異、追求性別平等並以優勢觀點作為立基點，協助探索不同性別的長處(strengths)與資源，增權與賦能，提升自我效能與心理健康
2. 針對「**21至41歲**」族群進行規畫：以「生命週期各階段及重要心理議題」進行心理衛生方案之規畫
3. 針對「**正在找工作**」及「**月收入2萬以下與2~3萬**」族群進行規畫：連結勞工局於提供就業服務時融入心理健康促進元素，並強化職場員工心理健康促進方案

心理健康促進亮點計畫

- 規劃以「同理心」為主軸的「將心比心，愛無限~從每日愛自己一回開始」自我照護計畫
- 編製一套標準教材
- 活動服務滿意度及辦理成效
 - 整體服務滿意度：91.2%
 - 辦理成效：加入「對同理心有更深一層的認識」及「透過與身體對話，我更了解自己的需要，更懂得照顧自己」二題項，經單因子變異數分析結果顯示年紀越長者，其分數越高為 4.09 ± 0.719 分， p 值 < 0.001 ，達統計上顯著差異，在性別、學歷及工作年資則未達顯著差異



心理健康促進亮點計畫活動花絮



- 學員分組聆聽及討論同理心
- 講師運用圖畫帶領學員進行自我同理體驗活動
- 講師以行動帶領學員呼吸進行自我觀照

結合心理健康月辦理心理健康相關活動

- 提升心理健康促進之重要性並將健康態度落實於生活中
 - 本市規劃多元性活動，鼓勵民眾參與，包含衛教宣導28場次、團體活動7場次、休閒活動8場次、公益活動2場次、座談會5場次、教育訓練1場次、演講2場次
 - 除積極倡導心理健康促進，並主動連結在地網絡單位（如：社福中心、區公所、社區營造、廟宇、發展協會、婦女家政班...等）共同辦理，於各式活動中納入心理健康促進元素

透過多元活動宣導心理健康促進



長者-音樂心理嚮宴



一般民眾-快樂向前走



受刑人-心理健康促進及快樂運動宣導



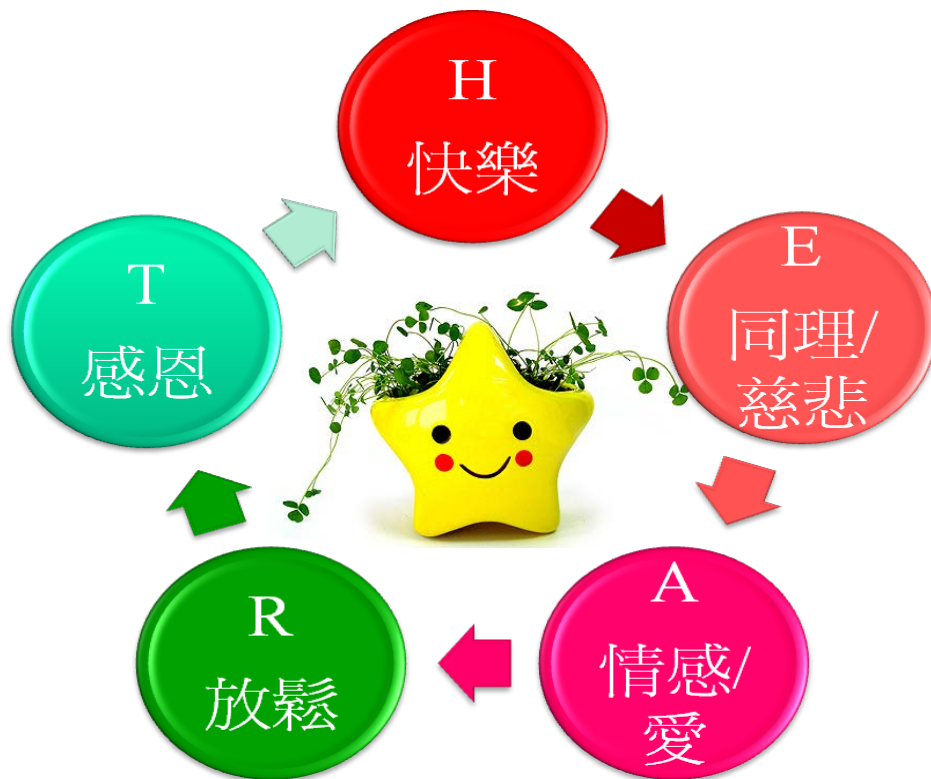
校園-愛情故事中不能不說的秘密

特殊績效

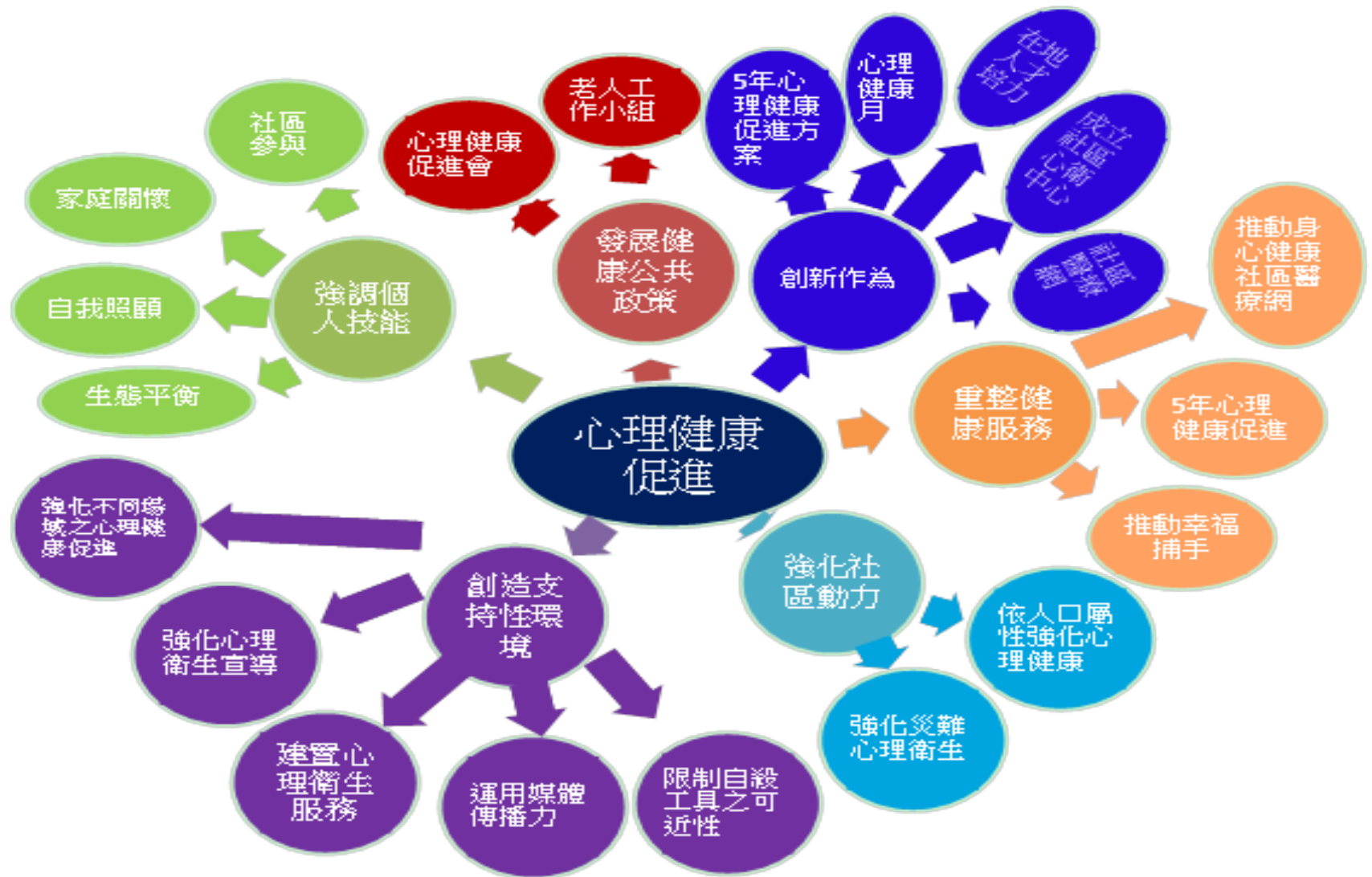


召開「心理健康城市策略」專家會議

- 擬定「**高雄市心理健康促進5年計畫草案**」，
整合各局處心理健康促進任務
 - [心理健康網絡局處任務整合.doc](#)



擬定本市「心理健康促進策略地圖」



建 議

- 建議中央彙整經成果考評表現不錯的縣市亮點計畫，分享給其他縣市，以作為未來推動心理健康促進工作之參考。



The end

