

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：02-7728-2185

電子信箱：yadongteenager@gmail.com

受文者：敬啟者

發文日期：中華民國113年12月20日

附件：如說明四

主旨：檢送「亞東紀念醫院精神暨心身醫學部：青少年精神和心理健康服務資訊」。本院將於2025年舉辦一系列課程/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」、「『輕壓站』情緒紓壓團體」、「關係情緒舒壓團體」、「非海洛因戒癮治療」、「兒青特教知能與心理議題講座、個案研討服務」，各活動詳細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、講座、個案研討，與戒癮服務，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」：即日起至2025年6月30日止，請親至亞東紀念醫院精神部門診向醫師洽詢報名，或掃描此團體之QR code報名。
- (二)「焦慮情緒停看聽—人際情緒團體」：即日起至2025年3月31日止，請親至亞東紀念醫院精神部門診向醫師洽詢報名，此團體之QR code報名。
- (三)「自傷青少年親職團體」：即日起至2025年6月30日止，請親至亞東紀念醫院精神科門診向醫師洽詢報名，或掃描此團體之QR code報名。。
- (四)「青少年個別心理治療」：即日起至2025年12月31日止，請來電02-7728-2185向陳怡安心理師洽詢報名，或掃描此服務之QR code報名。。
- (五)「『輕壓站』情緒紓壓團體」：即日起至2025年03月14日止，請來電02-7728-2917向劉姿妤社工師洽詢報名，或掃描此團體之QR code報名。。
- (六)「關係情緒舒壓團體」：即日起至，請來電02-7728-2169向李娉希心理師洽詢報名，或掃描此服務之QR code報名。
- (七)「非海洛因戒癮治療」：即日起請來電02-7728-2186向鄒瑜社工師洽詢報名。
- (八)「兒青特教知能與心理議題講座、個案研討服務」：即日起請來電02-7728-2186向陳怡安心理師洽詢預約，或掃描此服務之QR code報名。

三、報名洽詢窗口：陳怡安諮商心理師(02-7728-2185)

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」、「青少年個別心理治療」、「『輕壓站』情緒紓壓團體」、「關係情緒舒壓團體」、「非海洛因戒癮治療」、「兒青特教知能與心理議題講座、個案研討服務」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：02-7728-2185。

(二)以下簡述八項活動內容，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可同時出席教練團體。
- (2)地點：亞東醫院。
- (3)報名方式：請親至『亞東醫院精神部』林育如、江惠綾、陳昶、施顯學、林竺君醫師門診諮詢報名，或掃描此團體之QR code報名。
- (4)報名費用：\$2600評估費(2400元一次評估費+200元掛號費，家長和孩子共執行4份測驗、1份訪談問卷)，\$3000/堂(2800元課程費+200元掛號費)，共14堂。
- (5)團體時間：2025年暑假開辦，每週六舉辦，可選擇上午時段(10:00-11:30)或下午時段(14:30-16:00)之課程。
- (6)團體內容：教導青少年突破交友障礙、訓練家長擔任社交教練，加強建立與維持友誼的技巧、處理衝突和霸凌的能力。
- (7)報名諮詢窗口：陳怡安諮商心理師(02-7728-2185)

2. 【青少年人際情緒團體課程】

- (1)對象：年齡介於12-19歲、有焦慮、憂鬱、自殺或自傷相關的困擾/疾患之青少年。
- (2)地點：亞東醫院。
- (3)報名方式：請親至『亞東醫院精神部』醫師門診諮詢報名，或掃描此團體之QR code報名。團體正式開始將通知成功報名者，招募至額滿為止。
- (4)報名費用：\$2600評估費(2400元一次評估費+200元掛號費，家長和孩子執行4份測驗、1份訪談問卷)，\$200/堂(掛號費)，共12堂。
- (5)團體時間：2025/04/07(一)至2024/06/23(一)，每周一晚上18:30-20:00。
- (6)團體內容：教導青少年學習情緒辨識與表達，加強情緒控制與增進問題應對能力。
- (7)報名諮詢窗口：陳怡安諮商心理師(02-7728-2185)。

3. 【自傷青少年親職團體課程】

- (1)對象：有照顧『自傷青少年』的家長且願意完整參加六次連續團體課程，並協助填寫問卷。
- (2)地點：亞東醫院九樓A區精神部團體治療室。
- (3)報名方式：請親至亞東醫院精神部醫師門診諮詢報名，或掃描此團體之QR code報名，團體正式開始將通知成功報名者，招募至額滿為止。
- (4)報名費用：\$2300評估費(2100元一次評估費+200元掛號費，執行3份測驗，1份訪談問卷)，\$2600/堂(2400元課程費+200元掛號費)，共6堂。
- (5)團體時間：2025年，暑假每周三晚上19:00-20:30。
- (6)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。
- (7)報名諮詢窗口：陳怡安諮商心理師(02-7728-2185)

4. 【青少年個別心理治療】

- (1)對象：年齡介於12-19歲、具晤談動機、符合臨床上情感與行為疾患、調適障礙與重大人際/生活困擾之青少年或青少年之家長。
- (2)地點：亞東醫院。
- (3)報名方式：請親至亞東醫院精神部門診諮詢報名，或掃描此服務之QR code報名。
- (4)報名費用：\$1600次(掛號費200元+1400晤談費)/40分鐘。
- (5)報名時間：即日起至2025年12月31日。
- (6)治療內容：藉由個別心理諮商減輕青少年的實際困擾，抒發情緒，調適身心、探索自我，減輕精神與心理的症狀，增強解決問題的能力。
- (7)報名諮詢窗口：陳怡安諮商心理師(02-7728-2185)

5. 【『輕壓站』情緒紓壓團體】

- (1)對象：有緊張、焦慮困擾，願意自我探索，並且以團體方式進行者(成人與青少年均可參加)。
- (2)地點：亞東醫院。
- (3)報名方式：請親至亞東醫院精神部門診與醫師諮詢報名，或掃描團體之QR code報名。
- (4)報名費用：300元保證金，團體結束後退回。
- (5)團體時間：114年4月至5月，每週五晚上，共六次。
- (6)團體內容：藉由團體活動教導成員學習放鬆技巧、實際練習與體驗紓壓方式，增強正向紓壓能力。
- (7)報名諮詢窗口：劉姿妤社工師(02-7728-2917)

6. 【關係情緒紓壓團體】

- (1)對象：在關係中感到困擾者，或想要舒壓者即可報名(成人與青少年均可參加)。
- (2)地點：亞東醫院。
- (3)報名方式：請親至亞東醫院精神部門診與醫師諮詢報名，或掃描團體之QR code報名。
- (4)報名費用：300元保證金，團體結束後退回。
- (5)團體時間：2025年3月至4月，每週五晚上19:00-20:00點，共計6週(遇國定假日將延期一週)
- (6)團體內容：藉由團體活動探索自我、人際關係，並學習紓壓放鬆技巧。
- (7)報名諮詢窗口：李娉希諮商心理師(02-7728-2169)

7. 【非海洛因戒癮治療】

- (1)對象：a. 經精神科專科醫師診斷符合ICD-9-CM或DSM-IV診斷中藥癮及非成癮性之藥物濫用(使用之物質為「毒品危害防制條例」訂定之二、三級管制藥品，排除替代治療使用藥物，如美沙冬鹽酸鹽、丁基原啡因鹽酸鹽等)且無重大內外科疾病者。
b. 計畫執行期間方便就醫，可定期回診接受治療者。
c. 有足夠能力瞭解計畫內容並填寫成人或少年轉介單，年齡小於18歲者需要法定代理人共同簽署。
- (2)地點：亞東醫院。
- (3)報名方式：請來電02-7728-2186向鄒瑜社工師洽詢報名。
- (4)報名費用：請洽鄒瑜社工師，年齡小於18歲者每人每年度累計補助額度以3萬元為限，含門診診察、檢驗、心理治療等費用。
- (5)報名時間：即日起至2025年12月31日。
- (6)治療內容：藉由醫療面專業人士的協助，減少藥癮的各層面危害，進行成癮行為的防治。
- (7)報名諮詢窗口：鄒瑜社工師(02-7728-2186)

8. 【兒青特教知能與心理議題講座、個案研討服務】

- (1)對象：國高中之師長、行政同仁或家長。
- (2)地點：依主辦學校安排。
- (3)洽詢方式：請來電02-7728-2185、使用e-mail: yadongteenager@gmail.com與陳怡安諮商心理師洽詢，或掃描此服務之QR code洽詢。
- (4)服務費用：因應講座活動的不同，依循各縣市之〈高級中等以下教育階段學校(園所)辦理特殊教育專業知能精進計畫經費〉或行政院公布之〈講座鐘點費支給表〉外聘講師之鐘點費。
- (5)服務時間：即日起至2025年12月31日。
- (6)服務內容：由精神部兒童心智科之諮商心理師，依校園需求，為師長或家長進

行兒青特教知能與心理議題講座服務，並提供輔導室、特教組進行個案研討服務。講座議題包括：「協助情障與自閉症學生在融合教育環境中適應與學習」、「自閉症類群與其情緒困擾」、「自閉症類群學生之特質與溝通教學技巧」、「情感性疾患/憂鬱症學生之特質與溝通技巧」、「注意力不足過動症學生之特質與溝通教學技巧」、「青少年的自傷害現象與處遇策略」、「青少年自殺現象與處遇防治策略」等。亦可配合校方需求，進行客製化之講座內容。

(7)報名諮詢窗口：陳怡安諮商心理師(02-7728-2185)

e-mail: yadongteenager@gmail.com

亞東紀念醫院精神暨身心醫學部： 114年青少年精神和心理健康服務



PEERS 青少年社交技巧團體

暑假每週六
上午
10:00-11:30
或下午
14:30-16:00
擇一報名



\$2600 一次評估費
\$3000/堂，共14堂

青少年人際情緒團體課程



04/07(一)
至06/23(一)
每周一晚上
18:30-20:00

\$2600 一次評估費
\$200/堂，共14堂

自傷青少年親職團體課程



暑假每週三
晚上
19:00-20:30

\$2300 一次評估費
\$2600/堂，共6堂

青少年個別心理治療



請來電02-
7728-2185
洽詢陳怡安
諮商心理師

\$1600 次/ 40 分鐘

『輕壓站』情緒紓壓團體

4月至5月
每週五晚上
請來電02-
7728-2917
洽詢劉姿妤
社工師



\$300 保證金，共6堂
團體結束後退回。

關係情緒舒壓團體

3月至4月，
每週五晚上
19:00-20:00
請來電02-
7728-2169
洽詢李信希
諮商心理師



\$300 保證金，共6堂
團體結束後退回。

非海洛因戒癮治療 新北市婦女藥物濫用醫療支 持服務計畫 飲酒減量計畫 衛教講座辦理 藥酒癮相關補助、就醫諮詢

請來電02-7728-2186向
鄒瑜社工師洽詢報名。

兒青特教知能與心理議題 講座、個案研討服務



請來電02-
7728-2185
與陳怡安諮
商心理師洽詢

依行政院公布之〈講座鐘
點費支給表〉外聘講師之
鐘點費



如有任何疑問，請洽亞東紀念醫院精神暨身心醫學部兒童心智科
青少年精神和心理健康服務諮詢專線：02-7728-2185 陳怡安諮商心理師

PEERS

青少年社交技巧團體



圖片來源：shutterstock.com 標準版授權

- ◆ 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可同時出席教練團體。
- ◆ 地點：亞東醫院。
- ◆ 報名方式：請掃描此團體之QR code報名，或親至『亞東醫院精神部』林育如、江惠綾、陳昶、施顯學、林竺君醫師門診諮詢報名。
- ◆ 報名費用：\$2600評估費，\$3000/堂費，共14堂。
- ◆ 團體時間：2025年暑假開辦，每週六舉辦，可選擇上午時段(10:00-11:30)或下午時段(14:30-16:00)之課程。
- ◆ 團體內容：教導青少年突破交友障礙、訓練家長擔任社交教練，加強建立與維持友誼的技巧、處理衝突和霸凌的能力。



亞東紀念醫院精神暨心身醫學部兒童心智科

青少年精神和心理健康服務諮詢專線：02-7728-2185 陳怡安諮商心理師

焦慮情緒停看聽

——人際情緒團體課程



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2025年4月開課，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：即日起請掃描活動QR Code (上圖)報名。或親至精神部醫師門診諮詢報名。

團體正式開始將通知成功報名者，招募至額滿為止。



亞東紀念醫院精神暨心身醫學部兒童心智科

青少年精神和心理健康服務諮詢專線：02-7728-2185 陳怡安諮商心理師

2025年亞東紀念醫院精神暨心身醫學部兒童心智科

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：2025/06/30(一)
- 時間：2025年暑假。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(擇一方式報名)：

- 1.掃描右圖QRCode報名
- 2.電洽專線：02-7728-2185與陳怡安心理師諮詢報名。
- 3.親至精神部門診與醫師諮詢報名
- 4.至精神部施顯學醫師門診諮詢報名——醫師轉介後，會儘速與家長聯絡



亞東紀念醫院精神暨心身醫學部兒童心智科

青少年精神和心理健康服務諮詢專線：02-7728-2185

陳怡安諮商心理師

亞東紀念醫院精神暨心身醫學部兒童心智科

青少年個別治療服務

◆對象：年齡介於12-19歲、具晤談動機、符合臨床情感與行為疾患、調適障礙與重大人際/生活困擾之青少年或青少年之家長。

◆地點：亞東醫院。

◆洽詢方式：請掃描此服務之QR code(右圖)填寫表單，或親至亞東醫院精神部門診與醫師諮詢報名。



◆服務費用：\$1600次

(掛號費200元+1400晤談費)/40分鐘。

◆服務時間：即日起至2025年12月31日。

◆服務內容：

1.藉由個別心理諮商減輕青少年的實際困擾，抒發情緒，調適身心、探索自我，減輕精神與心理的症狀，增強解決問題的能力。

2.依來談者需求，為成人或兒童、青少年進行自費個別諮商服務，並可提供親職諮詢、親職溝通技巧諮詢等服務。



亞東紀念醫院精神暨心身醫學部兒童心智科

青少年精神和心理健康服務諮詢專線：02-7728-2185

陳怡安諮商心理師

「輕壓站」 情緒紓壓團體

充實忙碌的生活，卻時常感到喘不過氣…想好好放鬆休息，腦袋裡的思考卻停不下來。



給自己喘息、放鬆的時間，並學習如何不讓壓力追著跑吧！



招募對象：有焦慮、壓力困擾，願意自我探索者

人數：預計8-12人

時間：114年4月至5月，每週五晚上，共六次

地點：亞東紀念醫院9F 團體治療室

團體帶領者：社會工作師、諮商心理師

須知：團體前有一次簡短會談，錄取後電話通知、保證金300元、簽訂不自殺/自傷同意書



報名方式：請於113年3月14日前，掃描qr code，或於周一至週五8:00-17:00來電(02)7728-2917

讓我們一起卸下壓力說：「紓」發吧！

亞東紀念醫院 精神部 關係情緒 舒壓團體

114年3月-4月

你是否曾感到……

- ✧ 情緒湧上心頭，卻不知道怎麼說出口
- ✧ 情緒堆積在心裡，像一座無法訴說的山，越來越重
- ✧ 在笑容背後，其實隱藏著沒人看見的委屈與疲憊
- ✧ 害怕自己的感受被無視，選擇了沉默
- ✧ 或許曾試圖表達，卻換來誤解或爭執
- ✧ 在衝突後懊悔，開始自責和懷疑自己

在關係中，我們渴望被看見、被理解，也希望能更自在地相處。

新的一年給自己一個機會，我們可以創造不同的可能。

- ✧ 對象：在關係中感到困擾者，或想要舒壓即可報名
- ✧ 人數：預計8-12人
- ✧ 時間：114/3-114/4 每週五晚上7-8點，共計6週
- ✧ 地點：亞東醫院精神部9F
- ✧ 帶領者：精神部 諮商心理師 李嬉希
- ✧ 須知：保證金300元
- ✧ 報名方式：請掃描QR-CODE填寫表單

遇國定假日將延期一週



或直接致電(02)7728-2169 李嬉希諮商心理師

非海洛因服務

◆非海洛因服務收案條件：具戒癮意願並符合下列情形之個案

- 1.經精神科專科醫師診斷符合ICD-9-CM或DSM-IV診斷中藥癮及非成癮性之藥物濫用（使用之物質為「毒品危害防制條例」訂定之二、三級管制藥品，排除替代治療使用藥物，如美沙冬鹽酸鹽、丁基原啡因鹽酸鹽等）且無重大內外科疾病者。
- 2.計畫執行期間方便就醫，可定期回診接受治療者。
- 3.有足夠能力瞭解計畫內容並填寫成人或少年轉介單，年齡小於18歲者需要法定代理人共同簽署。年齡小於18歲者每人每年度累計補助額度以3萬元為限，含門診診察、檢驗、心理治療等費用。

◆非海洛因服務排除條件

- 1.非使用「毒品危害防制條例」訂定之二、三級管制藥品者（且排除替代治療使用藥物，如美沙冬鹽酸鹽、丁基原啡因鹽酸鹽等）。
- 2.合併嚴重精神疾病者。
- 3.罹患嚴重疾病，健康狀況不穩定者。如AIDS發病、急性肺結核、開放性肺結核、不穩定的心臟血管疾病、嚴重急性肝病等。
- 4.無法規律返診治療者。
- 5.其他經合作機構評估不適合加入本計畫者。

◆新北市婦女藥物濫用醫療支持服務計畫

- 1.設籍本市且具醫療服務需求之藥物濫用女性個案及藥癮者配偶，有足夠能力瞭解服務內容並簽署醫療服務同意書，未滿18歲者需要法定代理人或監護人共同簽署。
- 2.經機構轉介為自行求助身分開案者。
- 3.服務項目：生育保健、母嬰照護、傳染病防治、心理治療、戒癮醫療
- 4.補助項目：掛號費、診察費等治療費用，政府幾乎全額補助。

◆飲酒減量計畫

- 1.自願接受酒癮治療者（不含轉介執行法律規定之酒癮治療）。
- 2.個案對於已排定或已預約之處置，如連續2次無故未依約接受治療，於第2次缺席日起，即取消補助資格，後續療程需個案自行負擔。
- 3.經取消補助資格者，於取消補助資格日起90天內，不得申請本計畫之補助。
- 4.每人每年度累計補助額度以4萬元為限（酒癮治療藥品費及其藥事服務費累計不得逾2萬元），同時間僅能於1家機構接受補助，各項處置項目之補助，每日限補助1次。
- 5.限補助非屬健保給付之酒癮治療費用（即自費醫療項目），個案就醫當次屬健保醫療之項目及其部分負擔，不得以本計畫申請補助。

◆成癮醫學科其他服務

- 1.衛教講座辦理：詳情可來電洽詢活動時間、地點等細節，演講內容以藥酒癮議題為主。美沙冬治療。
- 2.緩起訴附命戒癮治療。
- 3.藥酒癮相關補助、就醫諮詢。



亞東紀念醫院精神暨心身醫學部兒童心智科

兒青特教知能與心理議題 講座、個案研討服務

◆對象：國高中之師長、行政同仁或家長。

◆地點：依主辦學校安排。

◆洽詢方式：請來電02-7728-2185、使用e-mail：

yadongteenager@gmail.com與陳怡安諮商心理師洽詢，或掃描此服務之QR code洽詢。

◆服務費用：因應講座活動的不同，依循各縣市之〈高級中等以下教育階段學校（園所）辦理特殊教育專業知能精進計畫經費〉或行政院公布之〈講座鐘點費支給表〉外聘講師之鐘點費。

◆服務時間：即日起至2025年12月31日。

◆服務內容：

1.由精神部兒童心智科之諮商心理師，依校園需求，為師長或家長進行兒青特教知能與心理議題講座服務。

2.提供輔導室、特教組進行個案研討服務。

3.講座議題包括：

(1)自閉症類群議題：「協助情障與自閉症學生在融合教育環境中適應與學習」、「自閉症類群與其情緒困擾」、「自閉症類群學生之特質與溝通教學技巧」。

(2)「情感性疾患/憂鬱症學生之特質與溝通技巧」

(3)「注意力不足過動症學生之特質與溝通教學技巧」

(4)「青少年的自傷害現象與處遇策略」

(5)「青少年自殺現象與處遇防治策略」

(6)亦可配合校方需求，進行客製化之講座內容。



亞東紀念醫院精神暨心身醫學部兒童心智科

青少年精神和心理健康服務諮詢專線：02-7728-2185

陳怡安諮商心理師