

屏東縣政府 函

地址：900219屏東縣屏東市自由路527號
聯絡人：白叔幼
聯絡電話：087320415#3635
傳真：08-7322450
電子信箱：a252166@oa.pthg.gov.tw

受文者：屏東縣立新園國民中學

發文日期：中華民國114年1月3日
發文字號：屏府教學字第1145000846號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如主旨 (376530000A114500084600-1.pdf)

主旨：檢送屏東縣青少年心理健康促進資源一覽表一份，請轉知
所屬並公告周知，請查照。

說明：

- 一、依據本府衛生局114年1月2日屏衛心字第1138019681號函辦理。
- 二、為提升青少年瞭解本縣心理健康促進及自殺防治等相關資源資訊，請學校廣為宣傳。

正本：各高國中、各國小

副本：本府教育處學生事務科



屏東縣青少年心理健康促進資源一覽表

資源提供單位	心理健康促進、心理諮商、自殺防治等相關資源
屏東縣政府衛生局 聯絡電話：08-7370123	1. 屏東縣政府衛生局衛生局官方網站： https://www.ptshb.gov.tw/Default.aspx 1-1. 心理衛生與毒品防制科衛教專區 https://www.ptshb.gov.tw/Content_List.aspx?n=8C31C8944C68EF42
	2. 社區心理衛生中心提供心理衛生宣導、講座、諮詢與轉介服務，網址： https://reurl.cc/LW0E39 聯絡窗口： 內埔區社區心理衛生中心：08-7799979 潮州區社區心理衛生中心：08-7893447
	3. <u>免費心理諮商預約</u> ：當您無法解決困境也無法獲得親友協助時，透過專業心理師一對一的心理諮商，在安全的環境中協助您適時抒發情緒、釐清問題、發掘自我潛能，重新找回自我及再出發前進的力量。預約網址： https://reurl.cc/qVmE80 聯絡窗口：內埔區社區心理衛生中心張洵心輔員：08-7799979
	4. 15至45歲青壯世代心理健康支持方案 ◎每人3次免費心理諮商。(不含掛號費及其他費用) ◎沒有限制戶籍或居住地縣市 ◎即日起至114年12月31日止。 ◎屏東縣參與15-45歲年輕族群心理健康服務機構名單 https://www.ptshb.gov.tw/News_Content.aspx?n=2A3A2B24D773B9A0&sms=A5CCAE60A6E6CF2B&s=2AFF88A8ED34DE62 聯絡窗口：高子惟承辦人08-7370002#135

5. 屏東縣政府影音衛教

(1) 毒品防制影音專區

<https://www.ptshb.gov.tw/cp.aspx?n=9861D78961021DF8&s=750BDA826C0AD8BD>

(2) 安心專線動畫

<https://www.youtube.com/watch?v=RL5AX1-DEXE>

(3) 心情溫度計 APP 可即時提供使用者情緒困擾之自我測量

屏東縣政府社會處

1. 心理諮商服務：社會處簽約之心理治療或諮商機構
113年屏東縣保護暨脆弱家庭個案心理諮商輔導計畫
2. 聯絡窗口：社會處社工科劉郁伶7320415#5358

屏東縣政府社會處

1. 屏東縣青少年中心：提供休閒活動空間
提供設施設備服務(練團室、練舞室、小聚場、松鼠廣場)、社會福利諮詢與轉介、兒少權益宣導、兒少代表培力等
2. 聯絡窗口：社會處青少年中心/高蘇珊7366066#20

教育部學生諮商輔導中心-屏東區駐點服務學校(國立屏東女中輔導處)

1. 學生諮詢諮商輔導專業諮詢
2. 以家為中心之家庭處遇服務
3. 電話:(08)-7364878或撥打08-7362204 分機620

屏東縣政府教育處(屏東縣學生輔導諮商中心)

1. 學生諮商輔導專業諮詢08-7337192
2. 轉介資源與服務

3. 輔導嚴重心理與行為偏差及適應困難學生，同時促進學生心理健康，預防學生認知、情緒及行為問題與適應困難之產生。

一、屏東縣家庭教育中心官方網站及官方 LINE

1. 官方網站連結：<https://ptc.familyedu.moe.gov.tw/index.aspx>

2. 官方 LINE QR CODE：

歡迎加入本縣家庭教育中心官方 LINE 帳號，提供最新親職教育、婚姻教育及子職教育等各類家庭教育課程活動訊息，透過學習，讓我們更相愛！

二、全國家庭教育諮詢專線（412-8185）（手機請加02）

Q & A

Q 我有家暴子女和家庭教育方面的困擾，請問我可以從哪裡獲得協助？

A 一、您可以撥打 412-8185 全國家庭教育諮詢專線，每週服務時間為週一至週六 9:00 至 12:00 及 14:00 至 17:00，後開辦為一至週五 9:00 至 17:00。

A 二、您也可以到教育部家庭教育諮詢中心或本縣家庭教育中心諮詢。

Q 412-8185 是家庭教育專線，是哪些人為民眾服務？求助資料是否會外洩？

A 家庭教育諮詢中心全國家庭教育中心透過專線服務之志工老師，專為民眾服務。家庭教育諮詢中心服務專線專線，專為保護，以保障求助民眾之隱私與權益。

Q 諮詢不需要額外付費？一次可諮詢時間多久？若有需要持續諮詢，多久安排 1 次咨訪服務？持續諮詢輔導者都是同一個人嗎？

A 諮詢不另收費，專線提供免費諮詢服務。中華電信用戶以手機撥打諮詢市話費計費，一次諮詢約 30-60 分鐘。專線上諮詢，由專人為您提供諮詢服務。諮詢時間依個案之需求，由專人協助；持續諮詢輔導老師與諮詢同一人，對於個案的服務將更為深入與持續。

Q 我的家人有狀況，您可以主動打電話給我家人或到我家面談嗎？

A 可以。若您個案有主動諮詢意願，家庭教育中心將對參與個案之人員，由個案家人主動告知可聯繫人員的協助諮詢中心服務。

各縣市家庭教育中心聯繫資訊

縣市	電話	網址
臺北	02-27544076	https://tp.familyedu.moe.gov.tw/
新北	02-27748811	https://nctpc.familyedu.moe.gov.tw/
桃園	03-3366883	https://tcfpc.familyedu.moe.gov.tw/
臺中	04-22124885	https://www.familyedu.moe.gov.tw/
臺南	07-5492599	https://www.familyedu.moe.gov.tw/
高雄	02-24217124	https://kcfpc.familyedu.moe.gov.tw/
新竹	03-5255885 轉 300-306	https://nctpc.familyedu.moe.gov.tw/
嘉義	05-2754336	https://jcfpc.familyedu.moe.gov.tw/
屏東	03-8573045	https://pcc.familyedu.moe.gov.tw/
基隆	037-350746	https://kcfpc.familyedu.moe.gov.tw/
彰化	04-7531928	https://chcfpc.familyedu.moe.gov.tw/
南投	049-2348090	https://nctpc.familyedu.moe.gov.tw/
雲林	05-3448885	https://yfamilyedu.moe.gov.tw/
苗栗	05-2627347	https://mcfpc.familyedu.moe.gov.tw/
苗栗	05-2734833	https://mcfpc.familyedu.moe.gov.tw/
宜蘭	03-8338337	https://yfamilyedu.moe.gov.tw/
花蓮	03-8506002	https://hcfpc.familyedu.moe.gov.tw/
屏東	080-341349	https://pcc.familyedu.moe.gov.tw/
澎湖	06-9262985	https://www.pccfamilyedu.moe.gov.tw/
金門	082-312843	https://kcfpc.familyedu.moe.gov.tw/
馬祖	0836-22067	https://kcfpc.familyedu.moe.gov.tw/

全國家庭教育諮詢專線 412-8185

家庭教育中心 關心您
親子溝通 / 子女教養 / 婚前交往 / 婚姻關係經營
家庭資源 / 生活適應 / 人際關係

全國家庭教育諮詢專線 412-8185
關心您和您的家人關係。(手機撥打請加02)
服務時間：週一至週六上午 9:00-12:00，下午 2:00-5:00，週一至週五 9:00-17:00。

屏東縣家庭教育中心

家庭教育中心服務項目

- 412-8185 (第一熱線)
親子溝通、子女教養、婚前交往、婚姻關係經營、家庭資源與管理等相關問題均可諮詢。
- 預約諮詢服務
預約諮詢。
- 辦理各式家庭教育課程及活動
辦理親職教育、子職教育、性別教育、婚姻教育、失職教育、職涯教育、資源管理教育、多元文化教育、情緒教育及人口教育等各類家庭教育課程及活動。
- 培訓及運用家庭教育志工
推廣家庭教育志願服務。

社會大眾學習資源

- 專業、系統性、新穎性：不僅是專業人士，或有交際的伴侶、甚至剛步入婚姻階段，皆可從專業輔導老師的輔導、家庭財務規劃等多種的學習資源。
- 專業輔導服務：新生命的出生及加入，您的家庭生活可能面臨重大的改變，除了跨領域之外，每位專業人士對於專業也都有專業背景與專業經驗及專業經驗。
- 家有學齡生：此階段的孩子發展快速，學期親子教育如何不難，努力出發進入網絡吧！
- 家有青少年：孩子進了小學、生活作息、規範等都有了重大的改變，您、中、是是是也給予不同的建議，您可以在這裡學習如何幫助孩子適應及成長，同時也提供您相關的溝通與輔導服務。
- 家有學齡生：青少年正處身心發展變化最大時期，一起學習如何幫助孩子適應及成長，如何給予正向的支持，保持正向的溝通呢？
- 子女結婚輔導：您的孩子結婚建立了新家庭，這可能帶來新的挑戰，從家中協助與支持，您可以從這裡學習如何協助您的孩子，也可以從這裡學習如何協助您的孩子。
- 中職學堂：這群孩子可能面臨對與或子女之陪伴問題，或是伴隨他們的輔導，甚至可能離了家父母，一起來看看有什麼溝通的學習資源吧！
- 青年生涯：退休後的您，如何安排生活呢？一起來學習人生下半场的規劃吧！

教育部家庭教育資源網

不論是伴侶相處、教養幼兒、家人關係、資源管理，您可以在網站找到相關的學習資源，一起來讓家庭生活更幸福，還有教育部及各縣市家庭教育中心的最新資訊報您知，快來看吧！

<https://www.familyedu.moe.gov.tw/>

- (一) 服務內涵：本縣家庭教育中心由接受過專業輔導訓練之志工為民眾服務，藉由支持力量，陪伴大家渡過生命低潮。
- (二) 服務項目：親子溝通、子女教養、婚前交往、婚姻關係經營及家庭資源與管理等問題。
- (三) 服務時間：周一至周五上午9:00-12:00、下午2:00-5:00。

三、 我和我的孩子—青少年版親職教育手冊

(一) 這是一本教育部為青少年子女家長所準備的手冊，透過簡單易懂的實用內容，協助家長檢視自己、孩子及親子互動的需求，並了解如何與該年齡階段的孩子相處，進而在親子關係有更正向的學習及準備！

(二) 電子閱讀版：(PDF 檔另提供)

《我和我的孩子》幼兒篇(網址：<https://reurl.cc/yM6M0M>)

《我和我的孩子》國小篇(網址：<https://reurl.cc/ZbreNp>)

《我和我的孩子》青少年篇(網址：<https://reurl.cc/W1v1o9>)

我和我的孩子

— 一本給家長的手冊 —



— 青少年篇 —


國立空中大學健康家庭研究中心 編印
教育部 發行