

玩出支持力！「連結 x 成長」：同儕支持聚會聯誼課(更新版)

💡 想要在互動中交朋友、又能學到支持技巧的聚會嗎？

來參加我們的「六堂同儕支持 x 聯誼聚會」 ✨

不管你在線上還是現場，都能同步參與！

👥 課程設計

- 玩出交流：破冰遊戲、故事分享、創意挑戰
- 主題深聊：不同主題的同儕支持討論 ↓

📅 六大主軸：	✨ 你會得到什麼？
1. 破冰互動、信任感建立 2. 自我探索與人生資源 3. 真心傾聽、支持陪伴 4. 壓力管理與自我照顧 5. 團隊合作與互助力量 6. 共創願景與支持承諾	• 新朋友 + 暖心交流 • 學會更好傾聽與陪伴 • 帶走屬於自己的支持承諾

快來加入一起聚會聯誼吧 ~ 💖

👉 **報名對象：**身心障礙夥伴們(以精神障礙者為優先)，須具備①已完成政府規定同儕支持員 18 小時職前培訓課程，並取得結業證書，② **或者有參加過其他同儕支持訓練。**

👉 **報名人數：**實體 20 位名額，線上名額 10 名 (僅開放給北北基桃宜蘭地區以外)

★報名注意事項：

1. 課程免費，搭乘大眾運輸交通費需自付。
2. 報名成功後，因故不克前來，請於活動開始前四日回信或來電告知，以利通知候補者，勿無故缺席，進而影響他人參加權益。
3. 課程資訊請見第 2 頁
4. 實體課程地點：(暫定) 拾夢家 ezDreamer 活動教室

台北市大同區民權西路 118 巷 9 號 1 樓，鄰近台北捷運民權西路站

報名方式：

1. 線上報名，請點選下方網址或掃描右邊 QR CODE

<https://forms.gle/k286dZEK4ZNPHr4h7>



2. 填寫【報名表】傳送至 debbie@tapsr.org.tw 電子信箱，或者郵寄至台北市中正區青

島東路 7 號 2 樓之 6。

玩出支持力！「連結 x 成長」：的同儕支持聚會聯誼 課表

堂數	參與形式 與人數	講師	主題	互動活動設計 玩出交流	同儕支持討論 深聊主題
第 1 場 10 月 29 日 (三)下午 14:30~17:00	實體 線上	楊子鑫職 能治療師	破冰與信任 感建立	🧩 特質拼圖：彼此 映照的社會計量遊戲	什麼是同儕支持？我 的定義與期待
第 2 堂 11 月 13 日 (四)上午 11:00~14:30	實體 線上	王美鳳督 導	自我探索與 資源盤點	🗺️ 人生路徑圖：繪 製並分享 3 個人生事 件	我有哪些生活資源？ (人脈、信念、經 驗)
第 3 堂 11 月 19 日 (三)下午 14:30~17:00	實體 線上	楊子鑫職 能治療師	你說與我聽	👂 聽懂我心：重述 對方故事 + 同理回應	支持不是給建議，而 是傾聽
第 4 堂 11 月 27 日 (四)上午 11:00~14:30	實體 線上	王美鳳督 導	壓力與自我 照顧	🧘 壓力快閃操：每 人帶領 1 分鐘舒壓方 法	我最常忽略的自我照 顧
第 5 堂 12 月 03 日 (三)上午 11:00~14:30	實體 線上	王美鳳督 導	展望與承諾	🚀 未來情境劇場： 小組演出未來支持團 體願景	我在支持網絡中，可 以承諾什麼？
第 6 堂 12 月 17 日 (三)下午 14:30~17:00	實體 線上	楊子鑫職 能治療師	合作與團隊 支持	🤝 共同挑戰任務： 小組設計虛擬任務	我希望在同儕支持 中，別人怎麼陪伴 我？

每場活動 2.5 小時 (含休息時間) · 總計 15 小時。

實體課程地點：

第 1 堂 活動地點：臺北市非政府組織(NGO)會館多功能資料室(臺北市中正區青島東路 8 號)

第 2 堂~第 3 堂 活動地點：拾夢家 ezDreamer 活動教室(台北市大同區民權西路 118 巷 9 號 1 樓)

玩出支持力！「連結 x 成長」：的同儕支持聚會聯誼課 報名表

報名身分	☐ 我已完成政府定同儕支持員 18 小時職前訓練，並取得結業證書。 ☐ 我有參加過其他同儕支持訓練 請將結業證書，或其他上課證明拍照傳到 debbie@tapsr.org.tw)		
參與方式	☐ 實體，北北基桃宜蘭地區 ☐ 線上，上述以外地區		
報名場次	☐ 第 1 場 10 月 29 日(三)下午 14:30~17:00 ☐ 第 2 堂 11 月 13 日(四)上午 11:00~14:30 ☐ 第 3 堂 11 月 19 日(三)下午 14:30~17:00 ☐ 第 4 堂 11 月 27 日(四)上午 11:00~14:30 ☐ 第 5 堂 12 月 03 日(三)上午 11:00~14:30 ☐ 第 6 堂 12 月 17 日(三)下午 14:30~17:00		
姓名		性別	☐ 男 ☐ 女 ☐ 其他
出生年月	範例 80 年 5 月	同儕工作狀態	☐ 有接案工作 ☐ 尚未接案工作
居住地區	範例 台北市/中正區		
障礙身分	☐ 領有身心障礙證明 障礙類別：_____ 或 ICD 診斷：_____ 障礙等級： ☐ 輕度/ ☐ 中度/ ☐ 重度/ ☐ 極重度 ☐ 領有重大傷病卡 (或診斷書) 重大傷病/診斷書病名：_____		
聯繫方式	市內電話		手機電話 電子信箱
活動當天支持服務申請	☐ 我不需要 ☐ 我需要輪椅空間 ☐ 我需要手語翻譯 ☐ 我需要同步聽打		
其他	本課程採互動教學，若有需要提醒主辦單位或講師，請在本欄位說明		
你是否願意加入【台社心】同儕支持員 Line 交流群組 ☐ 我願意，我的 Line ID：			

歡迎您加入



精神障礙者社會融合與自立生活支持中心 臉書粉絲專頁

