

# 社團法人中華民國調適愛心會

## 2019 富邦公益大使結案報告

### 108 年愛心志工培育計畫

社團法人中華民國調適愛心會是臺灣第一個，亦是唯一全國性的精神官能症關懷團體，民國 85 年 3 月正式在內政部立案成為一個全國性的社會服務團體，89 年 6 月轉型為精神官能症支持性的關懷團體，以期引進更多社會資源，為病友提供作更廣泛的協助。

服務對象為針對焦慮症、恐慌症、憂鬱症、強迫症、身心症、重大創傷後症候群……等精神官能症，以及勇於面對自己情緒和壓力問題，願意改變和成長的朋友。

服務宗旨為結合社會各界志願從事社會服務之人士，向大眾推廣身心健康正確的理念，關懷精神官能症朋友，協助建立「治療與預防」並重之觀念，並以如何達到與病共存的「生活調適」和「生命學習成長」為終生之學習目標，並於每年度配合舉辦『愛心志工培育計畫』，以能達到自利利他、服務人群的目標。

#### 一、108 年 1/1-10/31 專案推展成果詳如以下說明：

(一)、活動名稱：系列活動之一『熟齡的體貼』電影賞析

(二)、活動日期：108/02/12

(三)、活動地點：台北市敦化南路一段 57 號 11 樓 1105 室

(四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會

(五)、活動內容：藉由觀賞電影探討包括中年後的統整、同理與陪伴等人生重要議題。

(六)、成果說明：參加人數：32 人次

(一)、活動名稱：系列活動之二『心理自然調適課程』講師：林惠蓉臨床心理師

(二)、活動日期：108/03/27-108/05/22 共 8 梯次

(三)、活動地點：臺北市社區心理衛生中心

(四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會

(五)、活動內容：心理自然調適是從心理、精神的層面，而非生物學的層面去調整您心理、認知、情緒上的偏差，配合順應自然，事實為真，為所當為，實踐體驗，結合森田理論的東方心理學理念。

(六)、成果說明：參加人數：27 人次

(一)、活動名稱：系列活動之三『你好，家人才會好公益演講』

講師：台大醫院腫瘤科吳佳璇醫師

(二)、活動日期：108/04/20

(三)、活動地點：臺北市立聯合醫院松德院區英莖講堂

- (四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會
- (五)、活動內容：講者從自身臨床醫療與照顧父母經驗出發，分享如何強化照護知識，運用各種資源，以及照護任務來臨時，該抱持何種態度面對。期望與聽眾一起創造「你好，家人才會好」的雙好社會。
- (六)、成果說明：參加人數：110 人次

- (一)、活動名稱：系列活動之四『我們與憂鬱症的距離』  
講師：長庚醫院精神科張家銘醫師

- (二)、活動日期：108/06/04
- (三)、活動地點：台北市敦化南路一段 57 號 11 樓 1105 室
- (四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會
- (五)、活動內容：介紹國內外針對精神官能症醫療的趨勢及現況。
- (六)、成果說明：參加人數：33 人次

- (一)、活動名稱：系列活動之五『集談會飛牛牧場』行為治療旅遊
- (二)、活動日期：108/06/02
- (三)、活動地點：苗栗縣通霄鎮
- (四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會
- (五)、成果說明：參加人數：35 人次

- (一)、活動名稱：系列活動之六『認識人格違常』講師：宏慈療養院院長劉慧卿醫師
- (二)、活動日期：108/08/06
- (三)、活動地點：台北市敦化南路一段 57 號 11 樓 1105 室
- (四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會
- (五)、活動內容：『人格違常』(personality disorders) 是精神疾病中，對於一群特定擁有長期而僵化思想及行為病患的分類。這類疾患常可因其人格和行為的問題而導致社會功能的障礙。目的為瞭解什麼是『人格違常』及志工如何區辨人格違常及因應之道。
- (六)、成果說明：參加人數：46 人次

- (一)、活動名稱：系列活動之七『如何以森田理論的情緒法則面對焦慮、恐慌、憂鬱』
- (二)、活動日期：108/07/06
- (三)、活動地點：臺北市立圖書館—李科永紀念分館
- (四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會
- (五)、活動內容：心理健康公益系列講座
- (六)、成果說明：參加人數：110 人次

(一)活動名稱：系列活動之八『從腦部功能影響談焦慮與憂鬱及治療』

講師：臺北市立聯合醫院松德院區陳易隆醫師

(二)、活動日期：108/07/13

(三)、活動地點：臺北市立圖書館—李科永紀念分館

(四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會

(五)、活動內容：心理健康公益系列講座

(六)、成果說明：參加人數：94 人次

(一)、活動名稱：系列活動之九『失衡的壓力與情緒～談精神官能症照顧者的身心平衡』

講師：臺北市立聯合醫院松德院區臨床心理科吳孟璋主任

(二)、活動日期：108/07/20

(三)、活動地點：臺北市立圖書館—李科永紀念分館

(四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會

(五)、活動內容：心理健康公益系列講座

(六)、成果說明：參加人數：86 人次

(一)、活動名稱：系列活動之十『睡睡平安～談如何睡好覺及如何治療失眠』

講師：前臺北市立聯合醫院松德院區醫務長湯華盛醫師

(二)、活動日期：108/07/27

(三)、活動地點：臺北市立圖書館—李科永紀念分館

(四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會

(五)、活動內容：心理健康公益系列講座

(六)、成果說明：參加人數：112 人次

(一)、活動名稱：系列活動之十一『後山埤公園～南港公園』一日遊行為治療

(二)、活動日期：2019/09/21

(三)、活動地點：後山埤公園～南港公園

(四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會

(五)、活動內容：

參加的對象除了志工大部份為參加醫院團體心理治療的病友及親友，因為有志工的隨行及陪伴，促使病友在旅遊中更能放鬆享受旅遊的樂趣並與親友有更多元互動機會，培養正向的情緒及健康的身心靈。

(六)、成果說明：參加人數：40 人次

(一)、活動名稱：系列活動之十二『好望角淨灘淨心』行為治療一日遊行為治療

(二)、活動日期：2019/11/09

(三)、活動地點：苗栗縣後龍鎮後龍灣瓦海防哨沿岸

(四)、協助公益團體：社團法人中華民國調適愛心會

(五)、活動內容: 苗栗縣後龍鎮後龍灣瓦海防哨沿岸淨灘公益活動

(六)、成果說明: 參加人數:40 人次

## 二、專案成果說明:

(一)、108 年台北總會愛心志工培育計畫截止至:11/09/2019 共計舉辦 12 場次的活動, 含括 1. 行為治療旅遊 3 梯次 2. 心理健康公益系列講座 4 梯次 3. 志工教育訓練 5 場次, 參加人員共計:765 人次。(未含括台中及高雄分會的活動)

(二)、針對由 7/6-7/27 共計四場次的心理健康公益系列講座, 參加人員共計:402 人次, 活動滿意度達 93%。

(三)、配合以上專案進行, 針對個案陪伴及關懷達 87 人次。

(四)、藉由富邦職工參與社會服務等活動, 積極實踐企業社會責任, 並建立優質企業公益的楷模及提昇社會良善的風氣。

## 三、活動照片

心理健康講座 吳佳璇醫師	
	
心理健康公益系列講座 湯華盛醫師	心理健康公益系列講座 陳易隆醫師
	

後山埤公園～南港公園一日遊



好望角淨灘淨心活動



志工培訓課程：劉慧卿醫師



志工培訓課程：張家銘醫師



四、費用支出明細表

日期	活 動	金 額	備 註
108/04/20	講師鐘點費-林惠蓉臨床心理師	9600	領據
108/04/20	講師鐘點費-吳佳璇醫師	3200	領據
108/04/20	講師鐘點費-徐玉章老師	2000	領據
108/06/04	講師鐘點費-張家銘醫師	3200	領據
108/07/06	講師鐘點費-徐玉章老師	4000	領據
108/07/13	講師鐘點費-陳易隆醫師	4000	領據
108/07/20	講師鐘點費-吳孟璋心理師	4000	領據
108/07/22	講座講義影印費	1040	RP26888001
108/07/23	講座講義影印費	2960	RP26888002
108/07/27	講師鐘點費-湯華盛醫師	4000	領據
108/08/06	講師鐘點費-劉慧卿醫師	3200	領據
108/08/06	課程-餐盒	3690	收據
108/08/06	課程-教室清潔費	304	SG-5931-4553
108/08/06	課程-紙杯	25	SG-5931-2039
108/08/06	課程-垃圾袋	272	繳款證明
108/08/19	親山健走-點心盒	5600	TS20721094
108/08/21	親山健走-點心盒	700	TS20721573
108/08/23	親山健走講師鐘點費-謝重申老師	3200	南港公園戶外導覽
108/08/23	親山健走-飲料	294	TX66747821
總 計		55285	