

財團法人臺北市雅比斯社會福利慈善基金會
112 年度工作計畫書

一、機構簡介

雅比斯基金會為回應行政院提出的「強化社會安全網計劃」，以支持、陪伴「脆弱家庭」為主，期以提供服務能協助其家庭功能的積極恢復。基金會與各種不同專業組成團隊，提供市民在家庭健康、心理支持的協助。針對親職教養、家庭關係、婚姻關係、青少年認同關係等項目，開辦親職工作坊、婚姻協談、青年自我健康形象等課程，及全面性、可近性、效率性的服務，期能迅速提供脆弱家庭及時必要的協助和支持，預防家庭及社會安全的危機，並促進兒少多元發展、重視兒少心理健康，並透過支持陪伴兒少，與辦理以 1.學業 2.人際 3.才藝與職能等，全面的課程規劃來培力兒少自信心、人際關係、多元智能，來降低兒少自傷、自殺之社會現狀。

二、機構欲解決的問題

根據衛福部統計-109 年歷年全國自殺死亡資料統計暨自殺通報統計中發現 15-24 歲之青少年人口的自殺通報人數從 105 年的 4,389 人成長到 109 年的 10,659 人，儼然成為青少年死亡排名的第二名。

「監院報告點出，檢視 2019 年 6 月《自殺防治法》通過實施以來的防治效益，教育現場輔導人力不足、教育單位與社區心理衛生、醫療等資源整合不足、其中未就學未就業青少年人口之追蹤及輔導更是重要，均有待自殺防治網絡各主管機關強化合作機制。

監院指出，學生自殺死亡原因雖難以單一歸因，但經分析其中以「憂鬱症及其他精神疾病」為大宗主因、「感情因素」及「學校適應」亦為常見之因素。然自殺防治實務卻面臨「輔導人力不足」、「學生或家長抗拒資源介入」、「輔導老師行政負擔過重」、「家庭系統難以改變」、「輔導轉銜機制未與社政、衛政結合」等困境。

-ETtoday 新聞雲-自殺名列青少年死因第二名監委調查：7 成身亡者從未被輔導

<https://www.ettoday.net/news/20210821/2061041.htm#ixzz7Ehub63CU>

如上所述，在這個時代，青少年自殺議題、各種層面的壓力是不能忽視的問題，因此基金會也針對青少年設計了相對應的服務，不僅如此，109 年的抗憂鬱藥物使用人數統計，全台共有 1,468,716 人服用抗憂鬱藥物；衛福部的家庭暴力事件通報統計也是逐年攀升，110 年甚至也到攀升至 185,588 件；根據內政部警政署發布近年故意殺人罪案件統計數據：1995-2020 年，隨機殺人命案共計 8 件，隨機傷人案件加害者特徵多為：加害者均為男性、無業居多、逾半數無前科、多數涉有精神相關疾病、長期失業、生活壓力大、長期情緒低落、人際關係薄弱等原因。

暨此，無法否認家庭經濟壓力、社會競爭壓力、與兒少人際關係、等多重壓力影響著國民的身心狀況、家庭關係，隨著社會發展近年來也越來越多新興的疾病、社會現象、國民需求浮現在我們所處的生活環境中，如青少年的懼學症、網路霸凌、死亡率第二名的自殺現象、家庭暴力、家庭關係高張以及現行的眾多脆弱家庭的需求，都非常需要政府與社會上的善心人士與組織一同協助的，於是也孕育出基金會成立的初衷。

基金會決定成為涵蓋家庭及兒少的心靈關懷與支持的組織，所以結合了：早期療育專家、幼兒發展專業顧問、兒童遊戲治療師、多位青少年輔導、心理諮商師、社會工作師、職能治療師、數位教育部認證家庭教育人員以及數十位專業志工團隊一同提供整合性家庭為中心的系列配套課程，與針對特殊個案進行量身訂做的福利服務。

三、2023 年度方案計畫

工作項目	服務對象	活動方式	場次/人次 預期效益
青年 支持服務 (為要提升 青少年學 業、人際 與才藝能 力)	1.12-18 歲的 國高中生	<p>1-1 異象青年讀書會 協助國中生增進品格與學業，透過同儕團體的支持，使學員提升 1.讀書習慣 2.改善人際互動，進而提升自我價值。</p> <p>1-2 番茄鐘讀書法講座 透過青年專業輔導開設番茄鐘讀書法課程，協助高中生學習「專注」以達到學習狀況提升、學業能力提升。</p> <p>1-3 情感教育課程 透過專業認證的性教育師針對青少年開設情感教育團體課程，使發展於自我認同階段的青少年可以學習如何看待兩性關係，以及教導正向人際關係建立技巧，來改善青少年人際互動、提升青少年自我價值。</p>	<p>1-1 異象青年讀書會 活動預計舉辦 2 梯次 預計接觸 30 位國中生 預期效益： 至少 21 位國中生於量表回饋讀書會對其 1.人際互動 2.讀書習慣培養有幫助。</p> <p>1-2 番茄鐘讀書法講座 活動預計舉辦 2 梯次 預計接觸 100 位高中生 預期效益： 至少 70 位高中生於量表回饋講座對於提升自己 1.讀書專注力、2.學習狀況有幫助。</p> <p>1-3 情感教育課程 活動預計舉辦 1 梯次 共 5 天的情感教育課程 預計接觸 30 位青少年 預期效益： 至少 21 位青少年於量表回饋情感教育課程對於提升自己 1.人際互動技巧、2.正向兩性交友的認知有幫助。</p>

		<p>1-4 考前讀書會 透過聚集青少年同儕的支持與共學，提升青少年學業動機、學業成績、改善同儕人際互動進而提升自我價值。</p> <p>1-5Freedom 舞團 透過讓兒少參與舞蹈能夠提升兒少多元智能、對於節奏的敏銳度以及肢體協調性，以及透過團體活動提升學員自我價值、改善人際互動。</p> <p>1-6 雅比斯 Teens club 每週一、四、日特定時間開放 一週三天一次 4 小時讓青少年可以來這裡自修、認識同儕、參與團體活動、舞團訓練、營隊體驗以及參與基金會不定期舉辦的活動與講座用以提升兒少 1.人際互動與自我價值、2.學習動機 3.才藝發展。</p>	<p>1-4 考前讀書會 共 5 場/接觸 150 人 至少 105 位青少年於量表回饋讀書會對於提升自己 1.學業動機、2.學業成績與 3.人際互動有幫助</p> <p>1-5Freedom 舞團 Freedom 舞團： 2022 年培育種子教師 8 位 2023 年服務 30 位學生 預期效益： 「至少 4 位種子教師認同基金會價值，能長期與基金會合作」 「至少 20 位學生透過參與 Freedom 舞團，使青少年於 1.身體素質 2.人際互動 3.自我價值評估達到改善。</p> <p>1-6 雅比斯 Teens club 活動採一週四天的課程 預計服務 30 位青少年 預期效益： 至少 20 位青少年在自我價值/學業動機/人際關係/才藝學習程度的評估量表回饋有提升。</p>
--	--	--	---

	<p>2. 18-25 歲的 大學、研究生</p>	<p>2-1 微好志工培育計畫 透過心理諮商師、社工師的團隊，設計出一系列助人技巧課程，每梯次訓練期間為期八週，目的為要訓練一批有專業助人技巧的大學生，能夠來服務</p> <p>1.Teensclub、2.偏鄉服務隊 3.Freedom 舞團所接觸之青少年。</p> <p>2-2 團體帶領人訓練 透過青年輔導專業團隊開設團隊帶領人訓練，訓練大學以上的學生可以學習如何帶團體活動、成為團體中的領導者，來服務</p> <p>1.Teensclub 2. Freedom 舞團所接觸之青少年。</p> <p>2-3 職能培育計畫 招募 18-25 歲的大學-研究生進行為期 1 個月的職能培育計畫，訓練學生在畢業前可以學習舉辦活動、專案執行等職能學習，好讓學生於畢業前可以預先適應職場工作環境，並提供 1 個月受訓的獎學金補助。</p>	<p>2-1 微好志工培育計畫 活動預計舉辦 2 梯次 共 16 次微好課程訓練 預計招募 60 人 預期效益： 至少 36 位志工於量表回饋課程對助人技巧的認知學習有幫助。</p> <p>2-2 團體帶領人訓練 活動預計舉辦 3 梯次 共 3 次團體帶領人訓練 預計招募 60 人 預期效益： 至少 42 位學生於量表回饋課程對帶領團體技巧、成為團體領導人的學習上有幫助。</p> <p>2-3 職能培育計畫 活動預計舉辦 2 梯次 共 1 個月的職能培育訓練 預計招募 20 個人 預期效益： 至少 14 位學生於量表回饋訓練課程對於學生的「職能提升」有幫助</p>
--	--	--	--

	<p>3.12-25 歲 國中-研究所 的學生</p>	<p>2-4 期中/期末 夜讀計畫 透過同儕的支持與共學，提升大學生讀書成效、學業動機與人際互動，進而提升自我價值。</p> <p>3-1 暑期服務隊志工 招募國中-研究所的在學學生，進行暑期偏鄉服務隊的出隊前訓練，培育青少年學習從規劃-執行暑期服務隊的企劃能力，並於暑假服務微好服務隊接觸之偏鄉青少年。</p> <p>3-2 生涯講座： 透過邀請知名藝人、企業家等對社會公益有影響力之人物來演講，使青年增進課外學習、提升新知。</p> <p>3-3 品格戶外體驗 透過辦理青少年戶外團隊體驗活動，增進</p>	<p>2-4 期中/期末 夜讀計畫 活動預計舉辦 2 梯次 預計接觸 20 位大學生 預期效益： 至少 12 位大學生於量表回饋夜讀計畫對於學員「讀書成效」、「學業動機」與「人際互動」增進有幫助。</p> <p>3-1 暑期服務隊志工訓練 活動預計舉辦 2 梯次 共 2 次暑期服務隊志工訓練 預計招募 200 人 預期效益： 至少 140 位學生於量表回饋課程對於學習舉辦活動之「職能評估」上有幫助。</p> <p>3-2 生涯講座 活動預計舉辦 1 次 預計接觸 150 人 預期效益： 至少 105 位參與者回饋透過講座使自己「專業能力」、「認識多元觀點」、「多元學習動機」提升。</p> <p>3-3 品格戶外體驗 活動預計舉辦 1 次 預計接觸 100 人</p>
--	--	---	--

		<p>青少年人際互動、團隊合作能力。</p> <p>3-4 多元學習課程 透過連結專業師資，使青少年可以學習到吉他、鋼琴、爵士鼓、貝斯、歌唱等才藝課程。</p>	<p>預期效益： 至少 70 位參與者回饋透過體驗活動，對增進自己人際關係、團隊合作能力有幫助。</p> <p>3-4 多元學習課程 預計舉辦 1 梯次 預計接觸 20 人 預期效益： 至少 14 位青少年回饋透過多元學習課程，對於自己多元才藝能力提升。</p>
<p>家庭支持服務 (為要提升家庭關係、家庭角色能力)</p>	<p>1.父母</p> <p>2.單親家庭 父親、母親與孩子一同參與</p> <p>3.為人母&預備成為母親的女性</p>	<p>1.家庭美滿課程 提供已婚父母一個輕鬆愉快、享有隱私約會的空間，一起來學習愛的表達，彼此為對方愛的存款，加深父母的關係與經營婚姻的美好。</p> <p>2.單親親職講座 透過兒少服務專家開設親職教育課程，使父母與兒少可以一同參與課程，讓父母親職能力提升、親子關係提升。</p> <p>3.媽媽學校 使參與者對女性形象的增進、妻子角色的釐清、家庭關係的增進。</p>	<p>1.家庭美滿課程 預計開設 8 堂課 預計接觸 8-12 對父母 預期效益： 至少 8 對父母於課程後量表回饋課程對於家庭關係有正向提升。</p> <p>2.單親親職講座 預計開設 6 堂課 預計接觸 80 人 預期效益： 至少 48 位單親爸爸、單親媽媽於課程後表單回饋對於親職教育的認知提升、親子關係提升。</p> <p>3.媽媽學校 預計開設 2 梯次 總計為 8 堂課程 預計接觸 50 人 預期效益： 至少 35 位參與者</p>

	<p>4.為人父&預備成為父親的男性</p> <p>5.18 歲以上期待增進自己家庭關係、人際關係、自我認同的成年人。</p>	<p>4.爸爸加油站 透過課程使參與者男性、家庭角色受到鼓勵，增加對於增進家庭關係、婚姻關係的方法認知。</p> <p>5-1 自我成長系列《走訪童年》 透過成長團體協助參與者梳理兒時經歷，並找到自己情緒、人際狀況問題的源由，以舒緩情緒、人際關係困擾。</p> <p>5-2 自我成長系列《九型人格》 透過專業諮商心理師開設：1.喚醒知覺、2.探索自我、3.展翅翱翔、4.奔向自由等</p>	<p>1.對女性角色認知提升 2.自我價值提升 3.增進家庭關係認知提升</p> <p>4.爸爸加油站 預計開設 2 堂課 預計接觸 42 人 預期效益： 預計 25 位參與者 1.男性家庭角色的認知提升 2.增進婚姻關係方法提升 3.經營良好家庭關係認知提升</p> <p>5-1 自我成長系列《走訪童年》 預計開設 1 梯次 課程預計 2 個全天 預計接觸 24-32 人 預期效益： 至少 20 位參與者 1.對於自己情緒的認知提升 2.對童年經驗對自己的影響認知與如何應對的認知提升 3.對於重建人際關係、家庭關係、婚姻關係的信心程度提升</p> <p>5-2 自我成長系列《九型人格》 預計開設 1 梯次 課程預計 2 個全天 預計接觸 24-32 人</p>
--	---	--	--

	<p>6.18 歲以上願意服務家庭的成年人</p>	<p>課程設計，幫助參與者認識自己的獨特性。</p> <p>報名資格： （參與者須先參加過走訪童年/珍愛 40/中年再出發等課程）</p> <p>5-3 自我成長系列 《九型整合》 透過專業諮商心理師開設課程幫助參與者瞭解自己內在世界、個性類型的發展與內在整合與對話。</p> <p>報名資格： （參與者須先參加過九型人格課程）</p> <p>6.家庭志工 帶領人培訓 透過基金會舉辦的家庭系列課程之專業教材，來培訓志工們如何於課程中成為帶領人，來成為家庭支持系列課程很重要的團體帶領者角色。</p>	<p>預期效益： 至少 20 位參與者</p> <p>1.對於自己人格特質的認知提升 2.對於如何發展自己優勢的認知提升。</p> <p>5-3 自我成長系列 《九型整合》 預計開設 1 梯次 課程預計 2 個全天 預計接觸 24-32 人</p> <p>預期效益： 至少 15 位參與者 對於自己人格內在整合的認知提升。</p> <p>6.家庭志工帶領人培訓 預計開設 2 堂課 預計接觸 40 人</p> <p>預期效益： 至少 20 位志工於課程後表單回饋已瞭解如何成為家庭系列課程志工帶領人。並於團體帶領技巧有提升</p>
<p>弱勢家庭支持服務</p>	<p>經基金會評估需要服務之家庭/青少年</p>	<p>1. 探訪服務 固定派遣志工關懷、探訪弱勢家庭/青少年。</p> <p>2.課程補助 提供青年支持服務系列課程、家庭支持服務系列課程費用補助。</p>	<p>1.探訪服務 預計派遣志工探訪 50 組弱勢家庭/青少年。</p> <p>2.課程補助 預計提供 50 組弱勢家庭/青少年課程費用補助。</p>

四、年度大型活動

活動項目	服務對象	活動方式	場次/人次 預期效益
雅比斯 籃球賽	國高中生	籃球比賽 透過連結不同服務青少年的非營利組織，協同舉辦聯合機構籃球賽，來推廣青少年運動風氣，增進青少年同儕關係、團隊合作能力。	籃球比賽 共 1 場活動 至少 8 對組別參與 預計 24 位青少年報名參與 預計 3 個非營利組織協辦 預期效益 至少 16 位青少年於活動後回饋籃球賽對於增進其 1.運動習慣 2.同儕互動關係 3.團隊合作能力有幫助。
高中 志工營	高中生	志工營 透過招募對於志願服務有興趣的高中生進行志工訓練以及服務，培育青少年學習從規劃-執行服務隊的企劃能力以及累積實際操作志願服務之經驗，來提升青少年 1.人際互動 2.職能評估 3.自我價值	志工營 共 1 梯次活動 共 5 個全天課程 預計 30 位青少年參與 預期效益 至少 21 位青少年於量表回饋營會對於 1. 活動企劃能力提升 2. 志願服務經驗增加 3. 自我價值提升
小六 銜接營會	小學六年級 學生	小六銜接營會 透過國高中學長姐的學習經驗分享、校園生活點滴分享，使小六的學童於畢業前可預先窺視未來生活，並減緩轉換環境、年級所帶來的緊張感與壓力感。	小六銜接營會 共 1 梯次活動 共 3 個全天課程 預計 20 位六年級學生參與 預期效益 至少 14 位學生於量表回饋營會對於： 1.對於國高中學業、生活內容的認知提升。 2.對於升學緊張感緩解。
職涯營會	12-25 歲 國中-研究所 的學生	職涯營會 透過邀請社會上不同專業、有影響力之人	職涯營會 共 1 梯次活動 共 4 個全天課程

		物來進行演講，使青少年增進課外學習、提升新知。	預計 300 位青少年參與 預期效益 至少 210 位學生於量表回饋營會對於： 1.青少年課外學習動機提升 2.拓展自己的認知有幫助
愛你永久	社會大眾 已婚夫妻	愛你永久 宣揚雅比斯基金會所強調之家庭價值，並肯定家庭內每個角色的重要性都是家庭不可或缺的成員，提升家庭中父母角色的能力。	愛你永久 共 1 場活動 預計 30 組已婚夫妻參與 預期效益 至少 21 組夫妻於量表回饋夫妻關係/互動品質提升。
家事樂	育有 2-8 歲 孩子的家庭	家事樂 親子家事運動會，透過此競賽活動，讓親子一齊學習不同類型的家事，並創造親子的精心時刻回憶。	家事樂 共 1 場活動 預計 70 組家庭參與 1.42 組家庭覺得活動對家庭關係增進有幫助 2.至少 25 位孩子學會做家事

五、年度預計成效

活動類別	預計接觸人數	預計舉辦幾場活動/課程	預期效益
青年 系列活動	1,382 位 青少年	38 次活動/課程 4 場年度大型活動	共 968 位青少年 (70%) 於人際關係/ 自我形象/專業成長上 有提升
家庭 系列活動	494 組家庭	30 梯次活動/課程 2 場年度大型活動	共 346 組家庭(70%) 家庭關係改善