

國立臺北教育大學 函

地址：106320臺北市大安區和平東路2段
134號
聯絡人及電話：郭家宏(02)27321104分機
82291
傳真電話：(02)27360421
電子郵件信箱：henry94guo@tea.ntue.
edu.tw

受文者：臺北市政府人事處

發文日期：中華民國114年6月17日
發文字號：北教大人字第1140210224號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如說明四 (1140210224-1.pdf)

主旨：本校訂於114年6月26日下午舉辦「不想談也沒關係～以非
語言方式為心靈打開療癒之窗」專題演講，惠請協助轉知
所屬同仁踴躍報名參加，請查照。

說明：

- 一、在快速變化的現代社會中，心理健康已成為我們不可忽視的議題。它影響著我們的日常生活、人際關係以及工作效率。但很多時候當我們出現工作壓力、人際關係挫折、重要親人伴侶離開等狀況，心中充滿焦慮、憂鬱、悲痛、憤怒、恐慌、無力等複雜感受，雖然周遭的親友們都鼓勵我們心裡有事要說出來，但自己就是說不出來，或不想開口談論，甚至害怕表達時受到二次傷害。遇到這種時候，語言以外的自我療癒方法就能協助與陪伴我們脫離困境。
- 二、旨揭專題演講除結合員工協助方案及國家文官學院114年度公務人員專書閱讀新提案合辦活動實施計畫外，另響應訓練資源共享，開放校外機關（構）學校同仁報名參加，相

人事處 1140617



AQAA1143005408

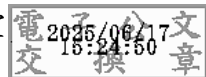
關資訊如下：

- (一)時間：114年6月26日（星期四）下午2時至4時。
- (二)地點：國立臺北教育大學視聽教育館F406階梯教室。
- (三)講座：閱讀人社群主編鄭俊德先生。
- (四)學習時數：全程參加者將核發公務人員終身學習時數2小時。
- (五)活動現場同時安排114年度公務人員「每月一書」及「延伸閱讀」24本專書書展（114年6月26日下午2時至5時）。

三、欲參加人員請於114年6月25日（星期三）前至google表單線上報名：<https://forms.gle/BBjXnrJzA3xJZhiYA>，並敬請服務機關（構）學校同意參加人員以公假登記。

四、檢附本校交通資訊、路線圖及校園道路平面圖。

正本：教育部所屬機構、各公私立大專校院、臺北市政府人事處、新北市政府人事處、桃園市政府人事處、本校各單位、國立臺北教育大學附設實驗國民小學
副本：本校人事室



校長 陳慶和