

## 第六屆心理探索 e 起 fun\_雲林場 活動簡章

為提升青少年的心理韌性、促進心理情緒與壓力的抒發、引導如何與他人正向交友、防止青少年接觸 3C、酒精進而造成沉癮等議題，因此以透過貼近青少年線上虛擬活動的方式，辦理青少年的心理困擾紓壓與因應相關衛教闖關活動，並另外辦理親子實體場次，透過促進親子間的正向互動與合作，教導新世代青少年如何有效的面對壓力、拒絕不當誘惑及調適自我情緒與人際互動之能力，以提升心理健康品質，為期兩天不過夜的實體闖關營隊，讓您透過最生動有趣的方式，學習如何走出人生的不同關卡，邁向改變生命軌跡的旅程。

- 一、活動內容：RPG 實境分組闖關(團隊合作、壓力調適、心理韌性)、數位時代的心守護(辨識 AI、化解科技焦慮)、拒絕 3C 成癮(專注力修復、數位心理健康)、探索人際互動與情感(自我覺察、社會支持系統、同理心)、
- 二、指導單位：雲林縣衛生局、世界領袖教育和平基金會、國立雲林科技大學課外活動指導組
- 三、主辦單位：國立雲林科技大學領袖社
- 四、協辦單位：雲林縣衛生局心理衛生企劃科、中華民國處處家關懷協會、國立虎尾科技大學領袖社、國立嘉義大學領袖社、國立中正大學領袖社
- 五、參加對象：本縣高中職學生（含高一新生）  
※兩天需全程參與，始得報名
- 六、辦理時間：115 年 7 月 11 日(六)至 115 年 7 月 12 日(日)  
【Day1】7/11(六)09:00-17:00  
【Day2】7/12(日)09:00-17:00  
※結業式敬邀家長能夠一同出席參加，一同見證孩子的成長與收獲
- 七、辦理地點：國立雲林科技大學 活動中心  
(雲林縣斗六市大學路 3 段 123 號)
- 八、報名方式：線上報名(<https://reurl.cc/qrQGxy>)限額 60 名，額滿截止報名。
- 九、活動費用：本次活動免費並提供結業證書
- 十、洽詢窗口：陳同學 0966-751-362；林同學 0972-120-338
- 十一、活動粉專：雲嘉領袖站出來 FB：<https://reurl.cc/E4ADja>  
IG：<https://reurl.cc/97MYZn>



報名掃描↑

十二、活動流程：

DAY1 7/11(六)		DAY2 7/12(日)	
時間	內容	時間	內容
08：40-09：00	報到	08：40-09：00	報到
09：00-09：30	營隊介紹與長官致詞	09：00-09：30	RPG 短劇(轉)
09：30-10：00	心靈破冰：共鳴頻率	09：20-11：20	闖關時間
10：00-10：10	休息時間	9：30-12：00	SDGs 世界咖啡屋： 心理關愛到生活實踐
10：10-11：40	AI 講座： 心理健康與 AI 科技的共存	12：00-13：30	午餐&午休
11：40-12：00	RPG 短劇：序章	13：30-13：45	醒腦時間
12：00-13：30	午餐&午休	13：45-15：05	AI 實作： 映心隨行雙層卡片吊飾
13：30-13：45	醒腦時間	15：05-15：15	休息時間
13：45-14：00	小組討論時間	15：15-16：45	愛的導航員： 跨越世代的數位停看聽
14：00-15：10	闖關時間	16：45-17：00	RPG 短劇(合)
15：10-15：20	休息時間	17：00-17：30	結業式
15：20-15：40	RPG 短劇(承)	17：30-	~賦歸~
15：40-17：10	心理健康教育 (將技巧轉向到實體的人際互動上)	 	
17：10-17：20	小組討論時間		
17：20-17：30	RPG 短劇(承-2)		
17：30-	~賦歸~		