



2023 年彰化縣護理師護士公會
復原力課程-那些沒打倒我的將使我…

一、課程目的：

疫情爆發至今，在戰場最前線的醫護人員，承受著無限擴增的壓力，這樣的環境下，職場開始推動「復原力」希望能增加醫護人員面對壓力的調適能力。本課程藉由案例引導、實作演練、自我運用降低壓力，提升人際敏感度，讓工作效率更高，保持職場高效戰鬥力。

二、主辦單位：彰化護理師護士公會、彰濱秀傳紀念醫院護理部。

三、課程期間：2023 年 3 月 25 日（星期六）早上 08:30~12:00。

四、上課地點：彰濱秀傳醫院國際會議廳。

五、參加名額：200 位名額，學習護照報名。

六、課程內容：共 3 小時(類別:專業)

七、報名方式及費用

八、報名費用：免費（本課程不提供停車優待）

九、報名日期：即日起至 2023 年 3 月 17 或額滿為止

十、報名方式：請至本會網站 <http://www.chnurse.tw/>

線上報名，不接受現場報名

秀傳體系員工請至院內學習護照網報名

時間	課程主題	主講者
08:20~08:30	報到	呂佳玟督導 沈佩琪護理組長
08:30~08:35	長官致詞	代院長
08:35-10:00	《那些沒打倒我的將使我……》 —自我調節能力之分析與實作	張榮斌 心理師
10:00-10:15	Break	
10:15-11:50	《那些沒打倒我的將使我……》 —由內而外延伸的復原力之分析與實作	張榮斌 心理師
11:50-12:00	Q&A 及滿意度調查	

備註：為維護上課品質，於開課後 15 分鐘內逾時未到者視同未到；敬請準時參加。

十一、講師介紹(依主講順序):

張榮斌 彰濱秀傳紀念醫院臨床心理師
彰化縣臨床心理師公會理事
彰化縣衛生局社區諮商臨床心理師
家暴加害人審前鑑定委員臨床心理師

十二、聯絡人：彰化縣聯絡人：彰化縣護理師護士公會

溫小姐 電話：04-7251488

十三、注意事項：

- (1)為響應節能減碳，敬請自行攜帶水杯。
- (2)此次研習會未附餐點，請自行準備。
- (3)本研討會當天不提供紙本講義。
- (4)本此研討會已向學會申請學分，敬請於報到時簽到，恕不補簽。
- (5)會場有冷氣，請記得攜帶外套。
- (6)會場內嚴禁飲食。
- (7)尊重他人，請將手機關機或開震動。
- (8)因應新型冠狀病毒疫情，如 14 天內自疫區返國或曾接觸感染個案、發燒或有呼吸道感染症者，請依中央疫情指揮中心公告不要參與本研習會。
- (9)基於防疫，請全程配戴口罩。
- (10) 彰濱秀傳醫院國際會議廳。：

