

財團法人臺北市志玲姊姊慈善基金會

112 年度運用結餘經費具體計畫書

一、112 年度結餘經費共計：8,683,643 (A)元

二、結餘經費使用計畫如下：

1. [轉 納 基 金] 合計 (B)元
2. [保留至往後年度業務使用] 合計 8,683,643 (C)元

使用年度	計畫名稱	計畫內容摘述	金額	備註
113 年	心玲守護-兒童心理健康維護計畫		2,811,400	
114 年	心玲守護-兒童心理健康維護計畫		2,988,900	
115 年	心玲守護-兒童心理健康維護計畫		2,883,343	
合計			8,683,643 (c)	

填表說明：

- 一、保留計畫經費的合計數額需等於年度結餘款(即金額 B+金額 C =金額 A)。
- 二、上表中保留使用年度最長不得超過 4 個年度。
- 三、辦理結餘經費保留案，需檢送申請書(公文)乙份、年度決算書表等、運用結餘經費具體計畫書(即本表)等 1 式 2 份報局。若屬轉納基金請檢具董事會議紀錄及財產清冊各 1 式 4 份報局辦理財產總額變更事宜。

志玲姊姊心玲守護計畫

兒童心理健康維護課程

一、 心玲守護計畫背景：

2020 至 2022 三年來，因新冠疫情的關係，學生們無法到校上課而僅能居家學習、許多家庭的經濟也受到嚴重的影響、諸多生活習慣產生變化、親子關係的摩擦或疏離、以及身體健康的變化…等，都是造成兒童與父母心理健康問題頻發的原因。

尤其家庭功能缺失（單親、失親、隔代教養或遭遇家庭暴力等情況）或發展遲緩（自閉、亞斯伯格、先天疾病或後天環境造成）的孩子們，更容易遭遇心理挫折和不平等對待，乃至產生霸凌或被霸凌等行為問題。在同樣的環境下，擁有更多社會支援、家庭教養功能完整的兒童則更有能力抵禦困境，相對健康地成長。

志玲姊姊慈善基金會自成立以來，一直致力於兒少學習圓夢與提供教育資源，未來，我們希望更聚焦於「兒童心理健康課程」的教育推廣，結合專業的心理專家及教育學者，並連結各項學習療育資源，輔助父母、學校為兒童成長帶來更正面的影響，讓孩子從小學開始，就能與父母、老師一起更認識自己的心靈與情緒，透過一系列的心理健康課程，養成正向積極的性格，減少對家庭及社會的負擔。

志玲姊姊「心玲守護」計畫，顧名思義音同「心靈守護」，既包含志玲姊姊的元素，也體現計畫核心目的，意即：包含著志玲姊姊的真心、善心，呵護、守護著兒童的心理健康。

志玲姊姊希望成為兒童心理健康的守護者，彙整各領域專家學者一起組成兒童心理援助的守護團隊，共同點燃孩子對生活的熱情和對未來的希望。

二、 計畫內容：

1. **主要目標對象** – 臺北市、新北市小學五至六年級高年級學生、國中學生，其老師及家長，包含：

(1) 一般學生：

- ① 精神及心理需疏導、缺乏情緒管理能力、行為及教養提升素質
- ② 因課業壓力過大、家長期待過高的資優生
- ③ 人際關係遇到問題或遭受霸凌等學生

(2) 因發展遲緩而受特殊教育之學生，在此特教生包括：

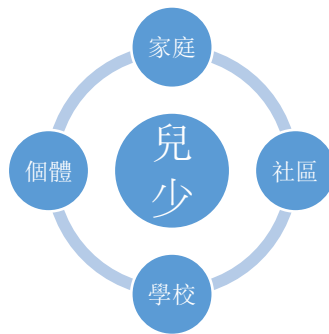
- ① 語言、溝通、表達能力不足
- ② 閱讀、認知、學習能力不足
- ③ 生理上的肌肉或神經不協調
- ④ 先天疾病或後天環境造成自閉、封閉或類亞斯等

(3) 家庭功能缺失之學生，家庭功能缺失界定：

- ① 失親孤兒
- ② 父母一方或雙方殘疾或重病、離世、入獄等
- ③ 父母離異，主要養育者缺少工作能力、無穩定收入
- ④ 隔代教養，父母常年在外工作，成長過程缺少與父母的情感連結
- ⑤ 遭遇家庭暴力等受社會局保護安置

2. 兒童心理健康維護模式

規劃 1+4+5 維護模式，構建多角度、綜合性心理健康維護模式，強化兒童的社會支援系統，結合有溫度的人性化工作方法，助力兒童心理健康成長。



- (1) 面向 1 類群體：聚焦 11-15 歲國小高年級、國中兒少心理健康需求。
- (2) 圍繞 4 個維度：責任始於家庭，延伸至社會，專案從個體、家庭、學校、社區入手，彙聚多方力量參與。
- (3) 開展 5 大活動：
 - ① 心理健康課程進校園-依學校安排上課時段，每堂課約 45 分鐘
 - ② 親子/家長輔導講座-親子互動交流主題講座，每堂約 1 小時
 - ③ 教師研習課程-依教師授課所需主題安排課程，每堂約 1 小時
 - ④ 個案心理諮詢-支持特殊需求個案 1 對 1 心理諮商服務
 - ⑤ 線上課程短視頻-依不同主題每段拍攝約 1-3 分鐘

三、 執行內容：

1. 規劃期程

- (1) 短期規劃-2024 年 5 月至 2024 年 12 月
以雙北市國小高年級、國中學生為主要推廣對象，尋找執行團隊合作試辦一年，並視執行成效評估是否持續合作
- (2) 中期規劃-2025 年 1 月至 2026 年 12 月
評估推廣對象、地區的擴及，並依執行成果調整未來兩年合作模式
- (3) 長期推廣-永續推廣兒少心理健康課程至全台校園及各地社區，相關計畫細節與經費預算將依短中期執行狀況而定

2. 2024 年執行內容

(1) 心玲守護課程編修與規劃：

- ① 兒少心理諮商師、課程講師、正向教育專家 5 位
- ② 以「志玲姊姊心玲守護計畫-兒童心理健康維護課程」為基礎，針對兒少、家長、老師規劃三個群體之主題課程
- ③ 以循序漸進的方式、簡單易懂的內容推展至國小、國中校園

(2) 心玲守護課程校園推廣：

- ① 雙北 24 所國小、國中學校之學生
- ② 每校參與學生人數約 50-100 人
- ③ 每校每 1-2 週 1 堂心理健康課程（暫定 4 堂課/校）
- ④ 總觸及學生人數約 1200-2400 人

實際依學期週數、課程堂數規劃，以及學校參與安排而調整

(3) 親子/家長輔導講座：

- ① 雙北 24 所國小、國中學校之家長
- ② 每校參與家長人數約 25-50 人
- ③ 每校每 3-4 週 1 堂輔導講座（暫定 4 堂課/校）
- ④ 總觸及人數約 600-1200 人

(4) 教師研習課程：

- ① 雙北 24 所國小、國中學校之老師
- ② 每校參與老師人數約 10-20 人
- ③ 每校每 3-4 週 1 堂輔導講座（暫定 4 堂課/校）
- ④ 總觸及人數約 240-480 人

- (5) 個案心理諮詢：
 - ① 於計畫時程內提供 48 名特殊需求兒少及其家庭進行心理諮商
 - ② 依實際需求評估諮商次數，單一個案最多支持 10 次心理諮商費用
- (6) 線上課程短視頻：
 - ① 依課程規劃及特定主題，拍攝 20 則短視頻
 - ② 每則短視頻時長約 1-3 分鐘
 - ③ 於課程推廣期間，每 1-2 週於基金會官網、志玲姊姊自媒體露出
- (7) 設計「志玲姊姊心靈守護健康包」：
 - ① 發放給開展課程的學校、參與講座活動的家長、老師
 - ② 第一階段預計發放 4000 個
 - ③ 控制在每個包 80 元內（內容物暫定心理健康資訊摺頁+心情筆記本+夾鏈袋+紓壓小物）

3. 2025-26 年執行內容

- (1) 心玲守護課程編修與規劃：依 2024 年辦理兒少心理健康課程之成果，編修調整課程內容，可依學生、家長、老師之實際需求重新規劃
- (2) 心玲守護課程校園推廣：
 - ① 除雙北國小、國中學校之學生以外，擴及其他縣市國小、國中學校有相關課程需求共 24 所學校
 - ② 每校參與學生人數約 50-100 人
 - ③ 每校每 1-2 週 1 堂心理健康課程
 - ④ 每年總觸及學生人數約 2400 人實際依學期週數、課程堂數規劃，以及學校參與安排而調整

(3) 親子/家長輔導講座：

- ① 除雙北國小、國中學校之家長以外，擴及其他縣市國小、國中學校有相關課程需求共 24 所學校
- ② 每校參與家長人數約 25-50 人
- ③ 每校每 3-4 週 1 堂輔導講座
- ④ 每年總觸及人數約 1200 人

(4) 教師研習課程：

- ① 除雙北國小、國中學校之教師以外，擴及其他縣市國小、國中學校有相關課程需求共 24 所學校
- ② 每校參與老師人數約 10-20 人
- ③ 每校每 3-4 週 1 堂輔導講座
- ④ 每年總觸及人數約 480 人

(5) 個案心理諮詢：

- ① 每年提供 48 名特殊需求兒少及其家庭進行心理諮商
- ② 依實際需求評估諮商次數，單一個案最多支持 10 次心理諮商費用

(6) 兒少心理健康議題倡導與媒體宣傳：

- ① 線上課程短視頻-依課程內容及主題延伸，每年拍攝全新 12 則短視頻，每則時長約 1-3 分鐘，於基金會官網、志玲姊姊自媒體露出
- ② 媒體廣告宣傳-購買網路、公車廣告擴散能見度讓社會大眾關注兒少心理健康議題
- ③ 辦理相關議題講座及展覽-於校園以外的社區、會議廳、展覽場地等辦理兒少心理健康專題講座、成果發表或巡迴展覽

- ④ 配合相關節日宣傳兒少身心健康權益議題，例如：
4月23日 兒童青少年精神健康日、10月10日世界精神衛生日、
11月20日世界兒童人權日…等
- ⑤ 與國際性兒童健康議題倡導組織發展合作關係-例如聯合國兒童基金會和世界衛生組織

(7) 製作「志玲姊姊心靈守護健康包」：

- ① 發放給開展課程的學校、參與講座活動的家長、老師
- ② 於講座、展覽活動發放
- ③ 每年預計發放 6000 個
- ④ 控制在每個包 80 元內

四、 執行與顧問團隊學經歷：

1. 藍挹丰-

杏語心靈診所 資深治療師

台北市諮商心理師公會 理事長

社團法人中華民國諮商心理師公會全國聯合會 理事

台北市政府衛生局精神障礙個案暨自殺防治項目 專業督導

2. 謝昀融-

象家園心理諮商所 所長

臺北市心理師職業工會 理事長

杏語心靈診所 合作心理師

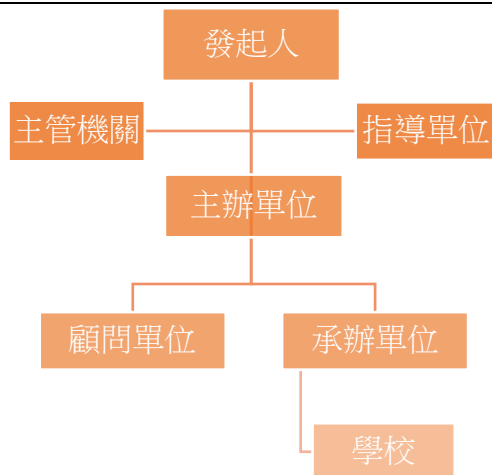
內政部國土署 合作心理師

新北市衛生局 衛生所駐點心理師

3. 王聖華-
任林教育基金會附設心理諮商所 副所長
臺北市青少年發展暨家庭教育中心合作 心理諮商講師
NGH 催眠導師、AAH / Seth 取向催眠師、ABMLP 執行師
4. 姚以婷-
杏語心靈診所 資深治療師美國密西西比大學心理諮商博士生
美國 PDA 正向教養協會 國際顧問和高級導師
美國 NGH 國家催眠協會認證 催眠導師和治療師
5. 鄭文媛-
格桑美度心理諮商所 諮商心理師
國立臺北大學 專任心理師/兼任心理師
安興精神科診所 合作心理師
雨止晴拾心理諮商所 合作心理師
新北市立聯合醫院 合作心理師
基隆張老師中心 義務張老師

五、 組織架構：

1. 心玲守護發起人：林志玲
2. 主辦單位：財團法人臺北市志玲姊姊慈善基金會
3. 主管機關：臺北市政府社會局
4. 指導單位：臺北市政府社會局
5. 顧問單位：台北市諮商心理師公會
6. 承辦單位：杏語、象家園、格桑美度、任林教育基金會附設心理諮商所



六、 2024-26 年執行時程表：

時間	執行事宜	備註
2024 年 4-5 月	確認心理專家及講師等執行團隊	
2024 年 4-5 月	專家修訂課程內容並討論課程規劃	
2024 年 5 月	與雙北國小國中學校、家長會聯繫 將課程講座納入 9 月開學行事曆	
2024 年 5-6 月	確定參與學校，溝通執行計畫	
2024 年 5-6 月	課程視頻製作並上線	
2024 年 5-6 月	心理健康包內容物規劃與設計	
2024 年 7-8 月	課程教材 PPT、講座視頻 及示範學校試講	
2024 年 8-9 月	完成 1-12 所學校線下課程、親師講座並總結經驗，適性調整並形成範本 後持續開始推廣	
2024 年 8-9 月	特殊需求個案心理諮商	

2024 年 9-12 月	完成 12-24 所學校課程 特殊需求個案心理諮商	規劃志玲姊姊出席校園 課程或社區講座
2024 年 12 月-25 年 1 月	資料收集彙整，2024 年度總結報告	
2025 年 1-2 月	2025 年中期課程推廣評估與規劃	
2025 年 3-6 月	學校課程推廣 特殊需求個案心理諮商	
2025 年 3-6 月	兒少心理健康議題倡導與媒體宣傳	
2025 年 6-7 月	2025 上年度工作報告	
2025 年 6-12 月	學校課程推廣 特殊需求個案心理諮商	
2025 年 6-12 月	兒少心理健康議題倡導與媒體宣傳	
2025 年 12 月-26 年 1 月	資料收集彙整，2025 年度總結報告	
2026 年 1-2 月	2026 年中期課程推廣評估與規劃	
2026 年 3-6 月	學校課程推廣 特殊需求個案心理諮商	
2026 年 3-6 月	兒少心理健康議題倡導與媒體宣傳	
2026 年 6-7 月	2025 上年度工作報告	
2026 年 6-12 月	學校課程推廣 特殊需求個案心理諮商	
2026 年 6-12 月	兒少心理健康議題倡導與媒體宣傳	
2026 年 12 月-26 年 1 月	資料收集彙整，2026 年度總結報告	

七、 專案預算：

2024-26 年經費概算-依實際產生之執行內容預估經費細項：

序	項目	具體內容	單價	數量	小計	備註
2024 年						
1	會議討論	前置工作、課程討論及年度工作報告等會議出席車馬費	500	10*5	25000	次數*專家人數
2	課程內容	專家課程編修、課程設計	10000	5	50000	專家人數*5
		主題課程視頻拍攝、後製課程/視頻宣傳推廣	10000	16	160000	包含撰寫腳本、現場拍攝、設備租賃、燈光、錄音、後期製作…等
3	校園推廣	課程推廣講師費	2000	24*12	576000	24 所學校*12 堂課 (學生、家長、老師各 4 堂課)
		課程推廣交通費	500	24*12	144000	
		課程推廣誤餐費	300	24*12	86400	
4	宣傳	文宣設計及製作	10000	3	30000	線上 Banner 海報、易拉寶、橫幅等 依三類對象設計三款
		現場佈置				
5	健康包	心玲守護健康包	80	4000	320000	健康包發放、公關品
6	諮商費	特殊個案個別諮商費用	2000	48*10	960000	1 年支持 48 名個案個別諮商、單一個案不超過 10 次諮商費用
7	結案報告	年度總結視頻及相關書面資料	10000	1	10000	包含全程策劃、從執行階段就開始收集素材
8	行政支出	執行相關費用	200000	1	200000	專案執行過程中可能涉及物資運輸、學校溝通往來通話費、志工交通餐飲補貼、工作服等行政費用
9	其他	備用金	250000	1	250000	依實際工作所需調整實報實銷
小計					2811400	新台幣(元)
2025 年						
1	會議討論	課程討論及年度工作報告等會議出席車馬費	500	5*5	12500	次數*專家人數
2	課程內容	主題課程視頻拍攝、後製	10000	12	120000	包含撰寫腳本、現場拍攝、設備租賃、燈光、錄音、後期製作…等
		課程/視頻宣傳推廣				
3	校園推廣	課程推廣講師費	2000	24*12	576000	36 所學校*12 堂課



志玲姊姊慈善基金會
Chiling Charitable Foundation

		課程推廣交通費	500	24*12	144000	(學生、家長、老師 各 4 堂課)
		課程推廣誤餐費	300	24*12	86400	
4	媒體宣傳	網路/公車廣告等媒體宣傳	200000	1 式	200000	購買網路/公車等媒體廣告費
		相關議題講座及展覽	300000	1 式	300000	場地費、文宣製作及講師出席等費用
5	健康包	心玲守護健康包	80	6000	480000	健康包發放、公關品
6	諮商費	特殊個案個別諮商費用	2000	48*10	960000	1 年支持 48 名個案個別諮商*10 次諮商費用
7	結案報告	年度總結視頻及相關書面資料	10000	1	10000	包含全程策劃、從執行階段就開始收集素材
8	行政支出	執行相關費用	100000	1	100000	物流費、學校溝通往來通話費、志工交通餐飲補貼等行政費用
小計					2988900	新台幣(元)
2026 年						
1	會議討論	課程討論及年度工作報告等會議出席車馬費	500	5*5	12500	次數*專家人數
2	課程內容	主題課程視頻拍攝、後製課程/視頻宣傳推廣	10000	12	120000	包含撰寫腳本、現場拍攝、設備租賃、燈光、錄音、後期製作...等
3	校園推廣	課程推廣講師費	2000	24*12	576000	24 所學校*12 堂課 (學生、家長、老師 各 4 堂課)
		課程推廣交通費	500	24*12	144000	
		課程推廣誤餐費	300	24*12	86400	
4	媒體宣傳	網路/公車廣告等媒體宣傳	200000	1 式	200000	購買網路/公車等媒體廣告費
		相關議題講座及展覽	200000	1 式	200000	場地費、文宣製作及講師出席等費用
5	健康包	心玲守護健康包	80	6000	480000	健康包發放、公關品
6	諮商費	特殊個案個別諮商費用	2000	48*10	960000	1 年支持 48 名個案個別諮商*10 次諮商費用
7	結案報告	年度總結視頻及相關書面資料	10000	1	10000	包含全程策劃、從執行階段就開始收集素材
8	行政支出	執行費用及備用金	94443	1	94443	物流費、通話費、志工交通餐飲補貼行政費用
小計					2883343	新台幣(元)
2024-2026 年總計					8683643	