

高雄市政府 113 年員工協助方案「攜手同心∞與 Team 同行」

-實施計畫

113 年 2 月 17 日高市府人企字第 11330142400 號書函

壹、依據

- 一、行政院所屬及地方機關學校員工協助方案。
- 二、高雄市政府暨所屬機關學校員工協助方案。
- 三、112 年度本府員工協助方案檢討會議決議及 113 年檢視作業事項。

貳、目的

發現並協助員工解決可能影響工作效能的個人問題(包括健康、婚姻、家庭、財務、法律、情緒等)及協助組織處理可能影響生產力的相關議題，進而提高團隊凝聚力及整體發展競爭力。

參、任務目標

- 一、因應不同性別、群體及分眾需求，發展多元關懷措施，並協助員工運用身心健康測驗工具維持健康自主管理，強化性別平等意識、建立性別友善的健康、醫療與照顧的職場環境。
- 二、引導員工建立健康互助的生活觀念，並增進自我覺察、敏覺他人情緒及主動協助之組織支持氣氛，以營造友善職場。
- 三、透過團隊合作，以及建構人人皆為關懷員之網絡連結理念，實踐多元、公平、共融價值，並進一步主動發掘問題及因應，以達組織永續發展。

肆、服務對象：本府所屬各機關學校(以下簡稱各機關)公教人員、約聘僱人員、職工(含技工、駕駛)、駐衛警人員。

伍、辦理時程：113 年 1 月 1 日至 113 年 12 月 31 日止。

陸、工作項目

一、瞭解組織及員工需求

- (一)運作方式：透過員工需求調查(含主管、非主管、性別、身心障礙、年齡、年資、工作性質等分眾需求)、滿意度調查、常見員工問題、研習(活動)回饋、交流意見信箱等資訊，結合關懷機制及心理專業機構合作廠商年度評估報告，並於推動前後瞭解並結合管理方意見，考量業務性質特殊族群及高關懷對象之需

求，以及衡量組織整體凝聚互動表現及工作績效之提升等綜合分析需求，以作為推動方案重要參據。

(二)預期效應：符合需求與管理效能，提供在地、適性及客製化協助。

二、組織運作經營方案

(一)員工協助方案工作圈

1、運作方式：為有效推廣及落實 EAP，分設基模思進組、行動深化組及效益回饋組，由本府一級機關人事主管擔任組長，並定期進行分組討論，各組負責內容如下：

組別	內容
基模思進組	1. 運用需求分析結果，據以通盤規劃組織整體性及個別化服務。 2. 盤點並整合機關相關內外部資源。 3. 策劃多元創意宣導方式及營造友善職場環境。
行動深化組	1. 建立本府 EAP 問答集與範例，引導各機關學習。 2. 規劃本府主管人員所需相關核心職能訓練或研習及蒐集分析主管 EAP 觀點。 3. 建立團隊動能與擴張知識分享。
效益回饋組	1. 隨時檢視本府 EAP 推動計畫效益，據以精進。 2. 綜析年度 EAP 服務於各類族群使用成果效益。 3. 檢討年度成果與回饋建議，導入下一年度計畫。

2、預期效益：依據員工協助方案架構區分工作內容，以工作圈結合本府關懷機制之方式，共同規劃並推展本府員工協助方案。

(二)本府內部關懷工作團隊

1、人員組成：

各機關籌組內部關懷工作團隊，結合推動單位及機關各單位具主動、溫暖關懷特質之主管及非主管人員組成，且設有團隊召集人及關懷員：

(1)團隊召集人由高階主管擔任。

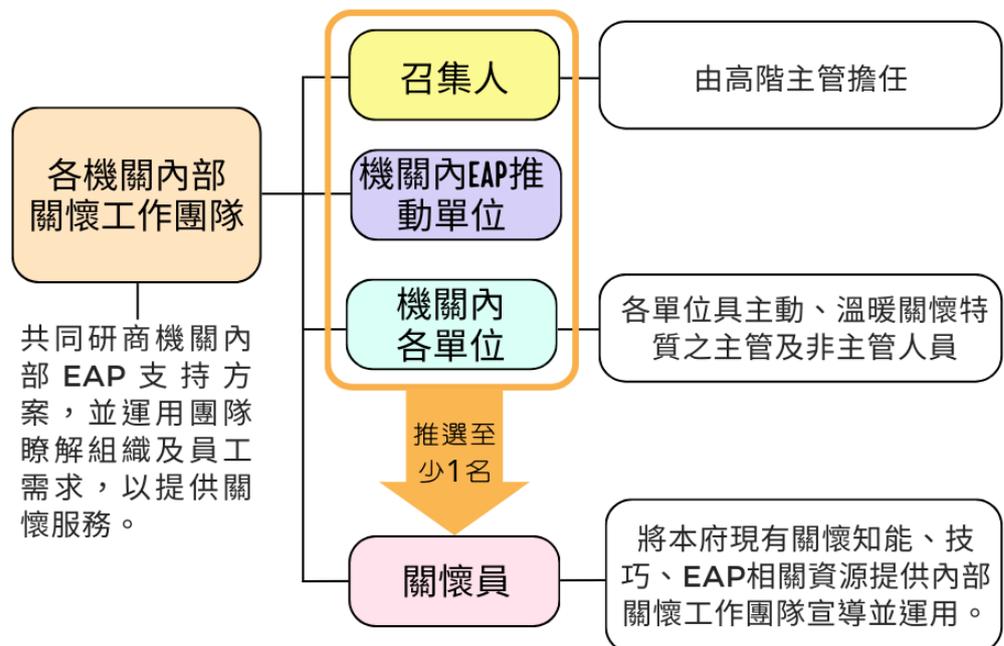
(2)推選至少 1 名關懷員負責將本府現有關懷知能、技巧、EAP 相關資源提供內部關懷工作團隊宣導並運用。

2、運作方式：

透過內部關懷工作團隊成員之公務經歷、業務專長、生活經驗、社經背景等多元性，確保機關提供之 EAP 服務或措施具多元、公平及共融內涵：

- (1) 藉由關懷團隊合作平台，辦理教育訓練、資源提供及團隊間經驗分享等交流聯繫活動。
- (2) 提供 EAP 支援手冊、關懷職場實務攻略手冊、教育訓練（實體及數位）等培力措施，精進敏感度、陪伴與轉介等助人技巧。
- (3) 共同研商機關內部 EAP 支持方案並運用團隊瞭解員工需求、組織及管理面潛在問題、主動發掘問題，以提供關懷服務，必要時得組成跨機關關懷工作團隊共同交流研討。

3、預期效益：擔任機關內部溝通橋樑、預防職場霸凌及建構性別友善職場環境，初步排解同仁負面情緒，並針對機關職場實際需求，提供 EAP 資源及陪伴、轉介服務。



(三)各機關運作策略

策略/步驟	規劃方式
1. 團隊行動	各機關推動員工協助方案，應組成內部關懷工作團隊，由機關內主管及同仁共同研討構思 EAP 措施，以符合機關組織文化及員工所需。
2. 團隊分組	內部關懷工作團隊應分別以措施規劃、需求調查、宣導及回饋建議(成果)分析等項目分工合作，並共同執行一系列之服務、課程或活動。
3. 團隊合作	各機關可相互合作，共同組織跨機關工作團隊，以具備相同需求或特性之機關一起提供 EAP 服務措施。
4. 需求評估	以問卷調查或評估性別、身心障礙、年齡、年資、管理職、工作性質及常見員工問題等參數比較其趨勢，統計分析後針對同仁多數需求再深入訪談，取得第一線成員回饋意見並找出特殊族群及潛在需求，融入機關首長及單位主管意見，俾利執行內容符合組織與個人需求。
5. 方案訂定	各機關除依據本計畫服務內容所提供一般性服務，應依據需求調查後結果或組織危機突發事件提具客製化服務，擬定員工協助方案服務計畫。
6. 宣傳推廣	應分為普遍宣傳及重點性宣傳，普遍宣傳分為基層同仁與分眾之不同宣傳內容與方式，前者應著重於提供員工協助資訊、轉介方案與組織適應宣導內容；後者為因應個別化，提出專屬宣導。重點性宣傳則應依據調查所歸納的特殊族群訂定宣導方案，屬更深入的宣導模式。
7. 成就支持	內部關懷工作團隊應積極尋求機關首長支持，提供執行策略與成果予首長，俾利融入首長意見以提升後續成效。

策略/步驟	規劃方式
8. 檢討回饋	內部關懷工作團隊應不定期或固定每季討論執行成果，檢討各種回饋建議，即時修正或提供創新方案。針對特殊族群，應個別訪談追蹤滿意程度，尤其滿意度低者應加強瞭解，以落實員工協助方案服務宗旨。

三、全面傳輸導入方案

(一) 全員知悉

本府全體人事夥伴投入宣導，透過安心小卡、電子書、EAP 短片、電子郵件、海報、刊物、跑馬燈、EAP 宣導品等多元媒介，或運用主管會報、新進人員座談會等集會演講或社團、機關辦理活動場合，宣導員工協助方案及本市各種協助管道資源。

(二) 促進全員參與

辦理宣導及活動導入，務必關注機關每位員工處境、訊息接收度、服務措施(活動)參與力，運用各類管道及技巧，促進全員均享有知悉及參與權利。

(三) 機關首長與主管人員支持認同

運用多元推廣方式爭取機關首長及單位主管支持，結合首長理念及融合組織文化訂定相關 EAP 措施，帶領團隊共同推廣 EAP 健康促進活動。

(四) 分眾性導入

1、新進人員（包含初任及調任新職務等）：

(1) 重視並瞭解：新進人員將會成為富有經驗之員工，爰應建立該等人員為機關具潛力之重要資產觀念，並瞭解新進人員面臨之各項挑戰及需求(如從學校轉換到工作或新的工作類型、原有社會支援網絡喪失或改變、職涯成長壓力)，以利提供相應資源或關懷行動。

(2) 支持行動：

➤ 實施就地生活化職場關懷措施，並輔以資深職場導師、內部師資等培訓模式及數位化宣導媒材，協助快速融入工作環境。

- 提供新進人員服務機關組織文化特性及習慣，使新進人員較快掌握處事眉角，適應內部狀態、減輕職場壓力。
 - 另建立多元表達需求管道(如線上諮詢)，提供新進人員發聲機會，以利發展適切關懷措施。
 - 展現支持員工身心健康之機關組織文化，有助於新進人員健康自主管理及勇於健康求助，例如針對新進人員辦理自我身心照顧訓練課程、機關首長或單位主管鼓勵員工依需求休假，或親身示範、體驗心理健康支持資源等。
- 2、 即將退休人員:主動關心退休後生活規劃與情緒，針對中高齡族群辦理職務健檢並安排健康檢查，提供健康維護措施；另對於即將退休人員辦理關懷講座，如退休生涯規劃、退休理財、身體保健、長期照顧服務資源運用等相關課程，推動公務同仁落實自主性健康管理。
- 3、 生涯轉變人員(婚、喪、生育等):依性別、生理及家庭結構改變，於協助差假或補助申請的同時，提供適合之服務資源，如關懷輔導、環境空間、工作與生活平衡方案訊息宣導等。規劃親子教養、婚姻情感經營及家庭照顧者關懷措施，並提供男性同仁參與親職溝通，對於女性同仁可著重提供工作與照顧分配、孕期保養、時間管理及紓壓等措施。
- 4、 多元性別：針對多元性別族群提供相關之心理支持資源，並建立符合性別認同之環境空間(如廁所、更衣室、休息室等)，另可透過訓練課程及宣導等方式構築員工性別意識。
- 5、 身心障礙人員：透過關懷工作團隊導入 EAP 資源，主動視需求進行工作環境改善、職務再設計方案，並提供適當輔具，協助並減少工作適應問題，提升基礎概念以正確認識自身需求及價值，另建立同仁對於身心障礙人員正確認知，有助於身心障礙人員適當表達需求。
- 6、 主管人員：提供敏感度、同理心、衝突管理、團隊領導等教育訓練，強化主管組織角色定位認知及應發揮的功能，進而促進覺察及瞭解同仁差異化需求(如主管與非主管、不同性別、身心障礙同仁等)，並適當回應同仁、適時協助激發同仁潛能，提升工作動力。

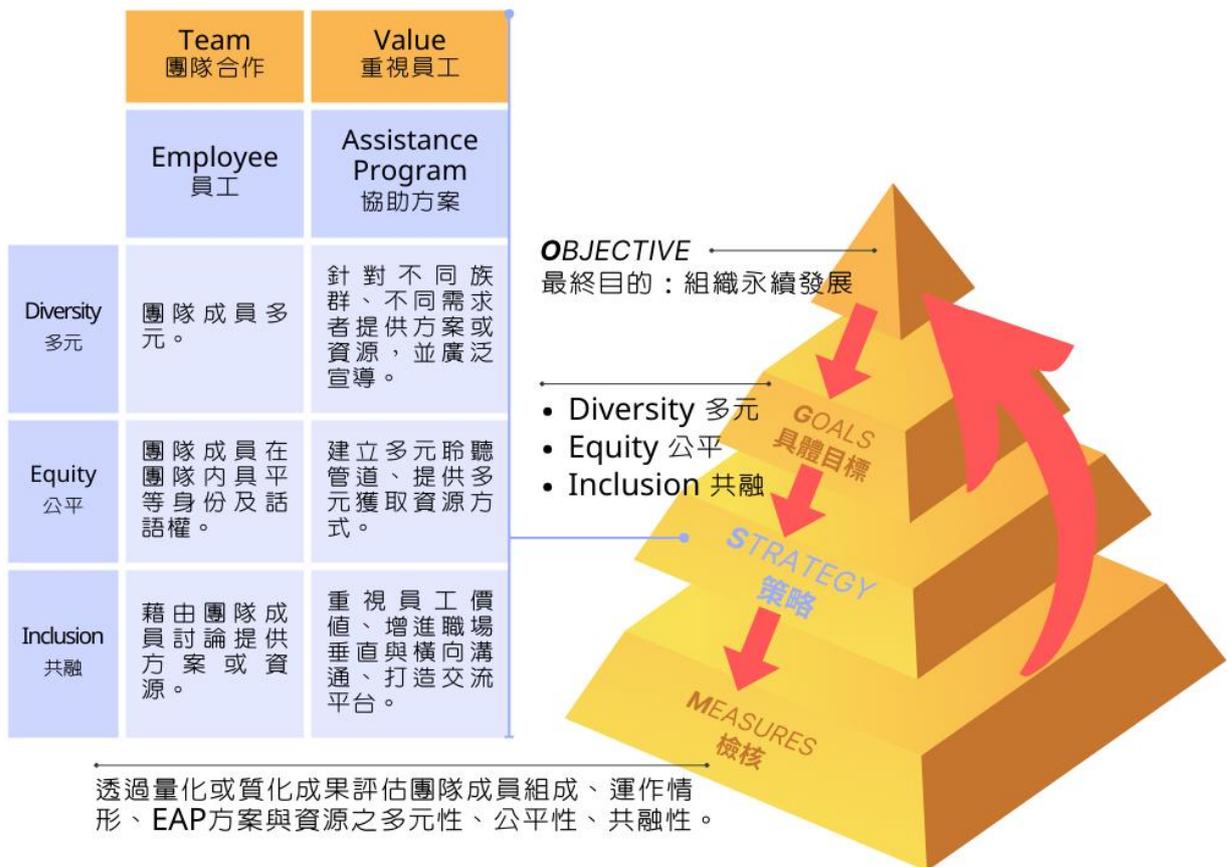
- 7、職場上不法侵害當事人(職場霸凌、性騷擾等)：關懷工作團隊主動宣導友善職場觀念，包含開辦課程、集會或活動宣導、長官宣誓等方式。另適時檢視相關規範或精進制度之必要，遇有申訴案件時，應積極提供申訴人相關諮詢、醫療或心理諮商、社會福利資源等必要資源及服務，又得於事件調查過程中，視被申訴人身心狀況及意願，主動轉介或提供心理輔導及法律協助，並持續追蹤、關懷該等人員工作適應、生理及心理狀態。
- 8、EAP 規劃人員：依據「瞭解需求與規劃方案」、「進行宣導與推廣」、「提供服務、成果與檢討回饋」、「發掘問題與因應作為」階段傳遞相關知能與強化組織運作功能，並落實業務交接輔導機制，提升推動力。
- 9、其他：
 - (1)績效改善：篩選考績連續 3 年乙等、受懲處(懲戒)、法院扣薪及降調職務人員、因應各機關業務特性執行任務出現身心耗損需予賦能人員，規劃適合的服務資源並協助主管運用，以提升員工平時表現績效及工作生活平衡。
 - (2)依機關特性採行相應 EAP 措施：如警察、消防單位因體制較特殊，執行任務風險、工作壓力也較一般機關為重，得設置訓練專班課程，或利用會議、活動或訓練課程期間置入性宣導 EAP、健康自主管理等觀念。
 - (3)主動依不同需求者提供服務：例如針對因公受傷人員，主動提供相關權益分析諮詢、心理支持資源、改善辦公環境安全衛生及規劃教育訓練。有關非自願個案者，運用「心情溫度計」等簡式量表、精神衛生或心理支持相關資源，以及辦理主管敏感度訓練等方式提升個人覺察、復原力及組織覺察力，並強化職場關懷網絡，以營造友善支持的組織。

(五)雲端推播-資源 TOP、幸福 UP

- 1、運作方式：本府員工關懷網提供健康面、生活面、工作面及組織與管理面等有趣又充實小品文章，與影音、身心檢測小遊戲及整合服務措施，藉由先行上網瞭解個人需求與所需資源，提升生活品質及促進情緒舒緩。
- 2、預期效益：不受時空限制，隨時導入本府 EAP 措施。

柒、DEI 永續關懷行動方案

面對疫情過後 BANI 時代（按:Brittle 脆弱易碎、Anxious 焦慮、Non-Linear 非線性、Incomprehensible 無法理解）的來臨，自我覺察、多元包容、同理心、工作生活平衡顯得格外重要，爰本府以 DEI(Diversity 多元、Equity 公平、Inclusion 共融) 為核心推動 EAP，並輔以 OGSM 高效目標管理架構(架構圖如下)，由本府各機關齊心提供服務對象適切之方案資源，重視員工對於機關之重要性及價值，建立友善職場的同時，促進組織永續發展。



(一)DEI 內涵

1. Diversity 多元：重視員工背景、特質之多元性。
2. Equity 公平：強調員工有公平的待遇，並經由各種措施提供不利處境者合理的差別待遇。
3. Inclusion 共融：包容且尊重多元員工，使員工能感受到歸屬感、認為自己受到重視。

(二)DEI × Employee 員工 = Team 團隊合作

由機關內員工組成內部關懷工作團隊，以團隊合作方式，齊心提供機關內員工適切之 EAP 方案及資源，並推動符合機關特性及組織氛圍之 EAP 措施，建立機關內支持網絡，塑造任何時刻皆能互助關懷。

內部關懷工作團隊成員來自機關內各單位人員，在團隊內具公平之言論發表權及表決權，且透過團隊成員討論、廣納建議，確保在瞭解員工需求、規劃 EAP 方案、宣傳推廣 EAP、提供 EAP 服務及資源等過程中，顯具多元性、公平性及共融性。

(三)DEI × Assistance Program 協助方案= Value 重視員工

秉持 DEI 精神推動本府 EAP，展現重視員工對於機關之重要性及價值，進而建立友善職場環境。提供之 EAP 方案及資源內容考量不同族群、不同需求者(包含不利處境者)，並廣泛宣導，且多方設置員工表達需求、取用資源管道，例如實體及線上資源提供、結合數位科技即時回應等，另著重職場溝通、交流，塑造具同理及共融的職場文化，翻轉助人者與受助者的既定印象，適時尋求專業人員協助或相關資源自我照顧。

(四)DEI 檢核

透過量化或質化成果評估內部關懷工作團隊組成、運作狀況，以及 EAP 宣傳、服務與措施內容符合 DEI 之內涵，例如評估內部關懷工作團隊成員多元性、參與討論狀態、員工發聲管道難易程度、EAP 分眾措施與服務多元性、取得資源方式之多樣性、協助員工間溝通交流比例、員工滿意度或需求調查(包含機關內部或外部之調查)等。

捌、服務項目

一、員工諮商(詢)服務

(一)財團法人「張老師」基金會高雄分事務所

1、個人諮詢(商)

申請服務：本府現職員工洽詢行政窗口（07-3333221 轉 209），提出申請個別諮商並進行初談程序，經由專業評估後

將由專人負責安排諮商(詢)事宜，並由當事人出示員工識別證至適當諮商場域進行晤談(每人每年免費上限時數 5 小時)。

2、團體諮詢(商)

各機關學校洽詢行政窗口專業評估後提供服務，服務項目包含諮詢組織及管理面議題，以及各項心理層面如促進團體凝聚力，確認具體工作目標，重建團隊信心及士氣等服務(各機關每年免費上限時數 6 小時)。

(二)衛生局 AI 心靈會客室

「AI 心靈會客室」LINE 聊天室，針對精神、心理健康、菸害防治與社會安全等四大領域，提供雲端候診室心衛諮詢服務。

➤ AI 心靈會客室連結

(三)衛生局社區心衛中心服務資源

為提供近距離貼近民眾生活的心理健康服務，主要服務項目計有心理講座/活動、諮詢及諮商服務、資源轉介服務、支持服務、個案服務，另提供各分區聯絡資訊如下表：

社區心衛中心各分區據點					
	苓雅	岡山	鳳山	林園	杉林
地點	苓雅區凱旋二路 132 號 2 樓	路竹區國昌路 86 巷 22 號(與路竹區衛生所合署辦公)	鳳山區鳳頂路 225 號 2 樓	林園區林園北路 185 號 2 樓	杉林區大愛路 1 號
聯絡方式	(07)713-1500 分機 2511	(07)696-6602 分機 3101-3225	(07)792-8608 分機 2049	(07)716-8650 分機 22	(07)677-6030
備註	※如有心理問題需要諮詢，亦可撥打衛生福利部 24 小時免付費 1925 安心專線，上班時間可撥打衛生局心理諮詢專線 07-7161925，服務時段為週一至週五上午 8 時至 12 時；下午 13 時 30 分至 17 時 30 分。				

➤ 高雄市心理衛生資源(可點選超連結)

(四)線上心理諮商核准機構：

隨著網路及通信科技發展，心理諮商不再侷限於面對面實體諮商，衛生福利部提供合格可執行通訊心理諮商業務之專業機構名單資訊，各機關及同仁評估需求後，可自行選用合適之心理諮商服務方式。

➤ 各縣市心理師執行通訊心理諮商業務核准機構(可點選超連結)

(五)法律諮詢：

- 1、法丞律師事務所：由本府現職員工預約時間後及出示員工識別證，提供免費法律諮詢(07-2158868)。
- 2、本府行政中心提供免費法律諮詢服務。

(六)其他:整合本府資源提供免費法律諮詢、稅務理財、社福及長照諮詢等服務，以上資訊置於本府員工關懷網。

二、組織與管理面服務

(一)運作方式：發展同仁自我覺察問題並主動尋求協助、同事間相互關心給予支持、主管發覺下屬影響工作的癥兆、系統性分析員工所遇問題類型，提供協助資源，並以良好的溝通建立組織網絡，建立友善工作職場環境。

- 1、運用「簡式健康量表」協助瞭解自身身心適應狀況，亦可由主管運用題項關懷同仁情況進行評估及協助。
- 2、辦理「友善職場」課程，共 47 場次：
包括組織創新與風險管理、團隊建立與發展、績效領導及永續發展等議題。

(二)預期效益：透過主管體驗感受與實際使用本府員工協助方案資源、諮詢服務，以及 EAP 宣導資源、相關訓練課程，提升本府同仁及主管自我覺察及提升對他人關照，並解決可能影響工作效能之相關問題；另依據主管方的回饋意見精進服務措施。

三、工作面服務

(一)運作方式：辦理多元研習課程(含線上數位課程)。

- 1、職能補給站：強化新進人員承辦業務知能及增強各機關人員公務運作能力等研習課程。
- 2、辦理「樂活職場」課程，共 144 場次：

(1)專業知能系列：包括 EAP 服務措施推動、數位科技運用、專業提升及工作適應等議題 122 場次。

(2)工作與生活平衡系列：包括退休生活規劃、公教志工一日體驗營及觀光旅遊等議題 22 場次。

(二)預期效益：藉由多樣貌課程提升本府同仁工作面專業訓練及相關知能，並促進工作與生活平衡。

四、生活面服務

(一)運作方式：辦理多元研習課程及提供多面項服務。

1、生活便利店(點)：辦理生活照護、法律糾紛處理、財務規劃等研習活動；稅務線上申報服務。

2、辦理「快活人生」課程，共 56 場次：

(1)社福系列：包括親子溝通、婚姻家庭及長照等議題 22 場次。

(2)財務系列：包括理財規劃、財稅概念、兼顧職場等議題 8 場次。

(3)法律系列：包括行政及實用法律、法制能力等議題 26 場次。

(二)預期效益：透過一系列法律、理財及醫療保健課程增加同仁相關概念及知識，並整合社會資源提供同仁便捷使用。

五、健康面服務

(一)運作方式：辦理身心健康研習活動及提供防疫、醫療相關服務。

1、心情量體溫：各機關運用心情溫度計(由本府員工關懷網連結、下載手機 APP)，於相關課程、集會或定期辦公室巡迴協助同仁檢測，針對測驗分數超標者，由各機關 EAP 團隊進行關懷及後續追蹤，並建議先由詢問睡眠狀況為關懷協助的起點。

2、辦理「慢活人生」課程，共 58 場次：

(1)醫療保健系列：包括紓壓養身妙方、運動保健、休閒健康管理與飲食等議題 22 場次。

(2)心理健康系列：包括人際溝通、情緒療癒以及針對第一線服務高壓族群之相關研習融入職場壓力調適等議題 36 場次。

3、善用互動式影片：各機關運用本府製作之「愛與被愛-友善他人與善待自我」、「與周公約在夢鄉-睡眠品質管理」、「疫覽無疑，高效奇蹟 Easy Working So Happy-夯!EAP 之居家整理

術」、EAP 系列課程等數位課程及數位動畫互動影片，宣導各項 EAP 資源及方案，提供同仁工作與生活平衡的需求。

- 4、自殺防治巡迴宣導：於各公開場合集會或課程辦理「幸福捕手-看聽轉牽走」巡迴宣導，將自殺防治概念推展至公務職場，強化本府公務同仁心理健康初段之預防工作，提高同仁對「自殺防治，人人有責」之重視，傳播職場正向能量。
 - 5、運用本府衛生局(暨所屬院所)及相關機構之醫療資源，提供同仁所需諮詢服務；另與高雄市醫院及各區衛生所等醫事機構合作，辦理全民健保成人健檢定點服務，提供同仁便利之健檢服務。
- (二)預期效益：以心情溫度計等前測措施早期發現同仁健康與身心壓力需求，策劃身心課程或服務，藉以增進本府同仁對身心靈健康之重視及敏感度。

玖、員工協助方案服務使用資料保密與保存

一、相關規定：個人資料保護法、心理師法及相關專業倫理規範。

二、資料管理措施：

(一)資料保密：

- 1、各項服務使用紀錄及求助者之個人資料不論為紙本或數位影音、電子檔案均應予以保密，除經當事人授權同意或配合法律程序外，不得無故洩漏。
- 2、落實資料列冊專卷、專案管理，完善維護當事人隱私及個人資料，紙本資料存放可上鎖之資料櫃，電子資料設定加密。
- 3、如有洩漏資料情事，應以維護當事人權益為最高準則，提出應變防護措施，並依相關規定查處洩密人員。
- 4、例外：
 - (1)有意圖自殺(傷)或危害他人之人身安全情況，則應予預警或為自殺防治通報。
 - (2)涉及刑法、家庭暴力防治法、性騷擾防治法、性侵害犯罪防治法、兒童及少年福利與權益保障法等，攸關法律責任須依法辦理事項。

(二)資料調閱：申請者需敘明理由、所需資料類別及資料使用目的，經審核後始得調閱並簽訂保密協議。如申請者非當事人，需先經當事人知悉及同意。

(三)合作廠商協力管理

1、本府對外徵求員工協助方案合作廠商，均要求廠商提出資料保密措施，作為評估合作之審議要項。

2、員工心理諮商受理人員應事先告知申請者權利與義務，諮商心理師在諮商前應再次告知諮商關係的性質、目的、過程、技術的運用、限制及損益等，以幫助當事人做決定，同時確認雙方接受相同訊息。當事人有權要求更換諮商人員或隨時終止諮商關係，但諮商人員得與個案進行結案會談。

(四)資料保存：相關紀錄於 10 年後由本府各機關及合作廠商銷毀。

壹拾、 個案(一般/非自願性/危機/高關懷)流程轉介及通報機制

一、一般個案處理流程：

(一)問題發現系統：當事人申請員工協助方案處理，或透過相關人員(主管)轉介申請相關服務。

(二)問題評估系統：由當事人或由相關人員(主管)與專責人員或委外機構直接聯繫進行初步洽談，並依個案初談情形提供服務，判斷是否運用內部資源予以協助解決，並視實際需求轉介外部免費或付費資源進行協助。

(三)問題解決系統：心理諮商輔導、法律諮詢輔導、醫療諮詢輔導、財務諮詢輔導、管理諮詢輔導。

二、非自願性個案處理流程：

(一)本府各機關依照自傷(殺)、傷人或嚴重情緒困擾等個案判斷是否有立即性危險，視情況另進行協助個案工作適應或評估調整工作內容可行性。

(二)無立即性危險者，進一步聯繫當事人接受專業心理諮商意願，當事人如願意接受諮商，即依諮商流程辦理；當事人如不願意接受諮商，得採取其他方式辦理。

- (三)有立即性危險者，視當事人情況會同衛生單位與警察單位強制送醫，接受醫療協助及專業輔導，並安排專業心理諮商與持續追蹤。

三、危機個案處理流程：

- (一)單位主管與專業人員洽談，進行危機評估判定，了解事件發生情形，並充分告知其權利義務，給予所需協助。
- (二)協助當事人工作適應或評估調整工作內容可行性。
- (三)依據危機程度進行緊急危機照護，並通報其他相關人員協助處理，安排專業心理諮商，持續至危機程度降低，並進行諮商會談。

四、高關懷個案防護機制策略：

(一)第一階段-評估狀況，即時通報

首先進行員工關懷及工作輔導晤談，評估是否需要通知相關單位，以建立危機預警通報機制，觀察通知相關單位並紀錄搜證，建立危機預警通報機制，並與家屬保持密切聯繫。

(二)第二階段-專業諮詢，研擬因應

運用本府 EAP 健康面、工作面、生活面及組織管理面之服務資源，並洽請本市專業心理機構提供諮詢及建議，開辦團體諮商、研習課程等，以建立正確認知及規劃整體性措施。

(三)第三階段-結合資源，攜手合作

結合本府 EAP 相關資源，共同協助員工職場適應事宜，並持續追蹤管理。

- 五、各機關如發生危機個案或非自願個案等特殊情事，由內部關懷工作團隊成員、當事人服務單位主管及人事主管進行關懷與協助，必要時得與安全及衛生防護小組研議處理方式，以集結組織力量協助處理。但於特殊且危急情況，各機關於討論階段得邀集機關外部專家訂定處理及協助方案。

壹拾壹、EAP 專家進場-檢討回饋機制方案

- 一、定期或不定期檢討本府員工協助方案執行情形(含方案內容是否切合多數同仁及主管需求、兼顧服務特殊族群、符合組織目的、服務知悉度、使用率、滿意度、離職率等)。

- 二、每年定期於本府心理健康促進及自殺防治會業務簡報，由本府各機關及心促會委員提問，共同研討增進身心靈健康與友善職場措施。
- 三、於當年度 12 月底檢討本府員工協助方案辦理情形，該年終檢討會由本府人事處處長擔任主持人，並邀請國內員工協助方案領域專家學者及本府一級機關及區公所人事主管代表共同研商討論。

壹拾貳、推動績效檢核方案

本府人事處得邀集相關學者專家與人事人員代表，依據規劃、執行、檢核與行動改善查核辦理本府各機關員工協助方案實地訪查，協助各機關辦理推動事宜：

- 一、訪查對象：本府一級機關及區公所。
- 二、訪查指標：包含「瞭解需求與規劃方案」、「進行宣導與推廣」、「提供服務、成果與檢討回饋」、「發掘問題與因應作為」等四大評估構面，填報「高雄市政府各機關人事機構推動員工協助方案成效力評估表」。
- 三、訪查方式：本府人事處以書面審查各機關填報之「高雄市政府各機關人事機構推動員工協助方案成效力評估表」，必要時，進行實地訪視檢核推動成果。

壹拾參、附則

- 一、本府各機關同仁如需於辦公時間使用本方案各項服務，請依「公務人員請假規則」規定，辦理請假事宜。
- 二、本府各機關內部關懷工作團隊得視年度執行情形及具體事蹟，覈實檢討辦理行政獎勵。
- 三、辦理本方案所需之經費由本府人事處及各機關相關經費項下支應。

高雄市政府 113 年度預定開辦 EAP 相關研習課程一覽表

研習面向	授課型態	授課主題	辦理場次	參訓人數(約)
組織與 管理面	實體 47 場次	組織創新與風險管理	12	660 人
		團隊建立與發展	5	270 人
		績效領導	21	2,500 人
		永續發展	9	180 人
工作 面	實體 143 場次	EAP 服務措施推動	26	1,070 人
		專業提升	80	4,415 人
		工作適應	15	630 人
		生涯規劃	7	320 人
		工作生活平衡	15	600 人
	遠距 1 場次	專業提升	1	50 人
生活 面	實體 56 場次	社福諮詢	22	1,580 人
		財務諮詢	8	360 人
		法律諮詢	26	1,460 人
健康 面	實體 58 場次	醫療保健	22	880 人
		心理健康 (包括自我照顧、情緒管理 及身心靈紓壓)	36	1,420 人
	數位	促進身心健康線上學習 (友善他人與睡眠品質管理、 疫情紓壓數位課程)	3 部	1,500 人

高雄市政府員工協助方案—組織與管理面服務內容

(一)組織與管理面相關訓練

序號	主題	研習對象	目的	預定開班日期	上課人數
1	風險管理(含內部控制)教育訓練班(一)(二)	本府各機關承辦人員	協助同仁利用風險管理工具。	1130102 1130122	100/期
2	首長團隊共識營	本市市長、副市長、秘書長、副秘書長、一級機關首長、簡任人員	凝聚市府團隊共識，強化行政領導職能，共構願景，增進團隊優勢，提升市府團隊經營績效。	1130115	50
3	高雄市政府中高階主管「淨零概念與趨勢」通識研習班(一)~(八)	本府一級機關科長以上	為因應 2050 淨零碳排國際趨勢，本府成立淨零學院以培養淨零治理人才。茲為強化中高階主管淨零減碳整體認知，進而銜接局處專業職能，加速推動本市淨零轉型永續發展。	1130122 1130219	70/期
4	市政願景執行力專業知能研習班	薦任第八職等至第九職等及薦任第九職等職務人員	儲備簡任人員所需核心能力並提升同仁施政目標執行力。	1130129	40
5	兩公約及 CEDAW-營造性別友善環境研習班(一)~(十)	本府警察局及所屬機關同仁(行政、警職人員，不含職工)	1. 依據高雄市政府第五階段推動性別主流化實施計畫，加強落實性別意識培力及性別平等宣導。 2. 依據法務部「兩公約教育訓練及宣導計畫」辦理，促進同仁了解並應用兩公約相關案例。	1130115 1130122 1130805 1130902 1131014 1131104	200/期
6	認識職業安全衛生管理研習班(一)(二)	市府員工	提升職業安全衛生管理知能。	1130325 1130422	40/期
7	重要施政計畫先期作業研習班(一)(二)	本府各機關研擬或辦理重要施政計畫先期作業人員	1. 講授重要施政計畫體系、作業流程，使同仁了解作業目標。2. 配合重要施政計畫採系統作業，說明系統操作方法。	1130325	40/期

序號	主題	研習對象	目的	預定開班日期	上課人數
8	衛生所主管領導統御能力研習班(一)(二)	本府衛生局(所)主管人員	1. 提升本府衛生局(所)主管組織管理技能。 2. 提升衛生局(所)主管領導能力。	1130408 1130923	40/期
9	區公所主管人員班	本府區公所主管	1. 加強理論與實務運用。 2. 改變既有思維，創新服務效能。	1130415	100
10	智慧市政儀表板-政府數位服務研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	瞭解高雄智慧城市發展趨勢，並學習智慧市政儀表版應用，結合大數據分析、開放性資料、資料視覺化數據分析等，具體呈現機關組織績效目標。	1130429	40
11	「Start-up：機關的新創時代」組編研習班	本府所屬機關、學校(含區公所)辦理組織編制業務之人事人員	透過中央及各地方政府修編實務案例分享，並以錯漏之個案分析進行交流，增進人事人員熟稔辦理組織修編及職務歸系案件應注意之原則與細節。	1130422	60
12	EAP 系列-職場溝通零距離研習班	本府各機關基層主管人員	1. 提升基層主管人員敏察性別與權力的運作，以營造友善職場環境，防治職場霸凌。 2. 學習與同仁對話及回應技巧，並支持與協助影響工作效能的個人需求。	1130506	40
13	性騷擾防治義務與精進作為主管班	本府所屬機關學校主管(非人事人員)	強化主管人員性騷擾防治意識及其義務，以身作則，帶領所屬人員正視性騷擾防治之重要性，以營造性別友善之職場環境。	1130513	100
14	人事主管職場溝通技巧訓練研習班	本府各機關學校薦任人事主管人員	1. 培養人事人員團隊精神。 2. 溝通協調技巧、衝突解決能力。 3. 強化人事主管即時回應力，提升專業職能。 4. 降低檢控案件發生。	1130520	60
15	初任薦任官等主管職務人員研習班	本府各機關學校初任薦任官等主管人員	培育具備策略性、創造性及宏觀視野之高效能文官，俾陞任主管職務。	1130603	40

序號	主題	研習對象	目的	預定開班日期	上課人數
16	市政一點靈-智慧數位政府研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	提升公務同仁運用數位科技導入政府治理業務之能力，以推動高雄成為智慧城市發展。	1130708	40
17	政府業務數位應用研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	配合政府數位發展政策，研習公私部門數位轉型趨勢，強化政府機關人員推動數位服務與數位治理能力。	1130826	40
18	市政活潑化-活動企劃人員養成	本府各機關學校委任職以上公務人員	培養市府活動規劃及整合行銷人才，以因應環境變化，提昇本府市政活動能見度及活潑性，並加強市政行銷深度。	1131021	40
19	「人事人員不可不知的組織健檢密技」實務應用班	本府所屬機關、學校(含區公所)辦理組織編制業務之人事人員	透過行政院人事行政總處分享機關審議中央或地方機關請增編制/預算員額之實務審查經驗，俾利機關參考如何自我診察業務與員額配置情形，檢討業務消長及人力調配，合理調整組織內部分工及請增人力合理性。	1131021	60

(二)「幸福高雄，宜居城市」學習列車

序號	主題
1	性別平等政策綱領-權力、決策與影響力法規及實務案例工作坊(主管班)
2	暫行特別措施(含性平政策分析與決策班)(主管班)
3	公務資訊安全
4	機關學校對政府資訊公開法及個人資料保護法應有之認識
5	資訊安全通識課程教育訓練
6	方案設計與評估
7	他懂我的意思嗎?—談職場溝通協調之能力
8	邁向永續淨零城市

高雄市政府員工協助方案—工作面服務內容

(一)工作面-提升專業能力及工作適應力之訓練

序號	主題	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
1	性騷擾案件之處理-兼論性平三法之適用與救濟研習班	本府各機關委任職以上人員(法制人員優先)	增進性別工作平等法、性別平等教育法及性騷擾防治法三法之知能，以提昇性騷擾案件之處理能力。	1130108	100
2	資料蒐集分析研習班	本府各機關委任以上公務人員	運用大數據分析、政府開放性資料及資料視覺化等彙整議題相關資料，做成相對應的報表，讓分析結果可清晰呈現，並對未來政策做出適當的規劃。	1130115	40
3	淨零排放理論與實務研習班	本府民政局、殯葬管理處、兵役處、各區公所、各戶政事務所主管	民政主管了解淨零概念，融入施政計畫，規劃機關淨零措施，並輔導服務對象碳盤查、碳費、碳權交易實務。	1130117	75/期
4	生成式 AI 的介紹與應用研習班(一)(二)	本府警察局全體員工	了解生成式 AI 及公務之應用。	1130122 1131118	40/期
5	EAP 系列-服務措施推動與策略精進	推動本府員工協助方案之承辦人	1. 瞭解 EAP 內容及範圍。2. 有效覺察、評估員工需求，適時提供服務措施。	1130205	70
6	市政生力軍行政職能研習班(一)(二)(三)	112 年 10 月 1 日以後報到之薦任第 7 職等以下新進人員	培養新進人員行政能力。	1130219 1130805 1131104	40/期
7	教育人事法規系列主題研討班(一)~(四)	本府人事處暨所屬機關學校人事人員	加強教育人事法規知能。	1130226 1130415 1130513 1130909	90/期
8	衝突折衝與溝通協調研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	1. 瞭解衝突的來源，培養面對衝突的自決能力。 2. 學習衝突管理因應策略，有效整合衝突。 3. 促進人際溝通，營造雙贏局面。	1130226	40
9	淨零碳排生態綠化城市研習	本府承辦相關業務同仁	提升生態城市、公園景觀綠化、淨零碳排等專業知識。	1130304	50

序號	主題	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
	班				
10	新修正性騷擾三法研習班(一)~(五)	本府警察局所屬員警	加強員警對新修正之性騷三法的認識與應用。	1130311 1130314 1130318 1130415 1130422	100/期
11	性騷擾防治實務案例研習班	本府所屬機關學校業務承辦人員	1. 增進業務承辦人性騷擾防治及其相關法令觀念。 2. 強化性騷擾案件處理、申訴救濟管道、提供諮詢及轉介資源等友善服務扶助措施等相關實務作業知能。	1130311	200
12	流程機器人 RPA 研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	認識流程機器人 RPA 如何以自動化系統取代人力的投入，並能減少人員操作輸入錯誤的狀況，及在公務上可能之應用。	1130325	40
13	新(調)任人事主管研習班	本府各機關學校初任或調任不同機關屬性之人事主管人員	1. 強化新任人事主管人員溝通與關懷技巧。 2. 基層人事主管應有之角色與作為。 3. 瞭解員工協助方案(EAP)，以使勝任主管職務。	1130401	40
14	第一次就上手-專案管理實務研習班	本府各機關委任以上公務人員	藉由認識專案管理規劃基礎技巧，以提升工作效率。	1130408	40
15	市政民情回應研習班	本府各機關學校委任以上公務人員	針對市府重要議題，能合宜且即時回應，使市民獲取正確的資訊，以增加市政信賴度。	1130415	40
16	警政人員諮詢輔導研習班(一)~(三)	本府警察局關老師及巡佐以上幹部	1. 提昇心理輔導工作專業知能。 2. 增進領導統御、溝通協調能力。 3. 促進身心靈健康，樂在工作。 4. 提昇人文素質。	1130429 1130617 1130916	50/期
17	醫療職場及環境的性別友善-CEDAW 課程研習班(一)(二)	本府衛生局暨所屬公務人員	提升同仁對性別敏感度意識及瞭解。	1130501 1130520	40/期
18	運用 AI 快速新聞稿寫作研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	運用 AI 技術，快速整理數據資訊、重新編輯整理新聞稿，提升行政效率。	1130520	40

序號	主題	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
19	設計思考 (Design Thinking) 研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	透過 Design Thinking 思考方式之體驗與操作，以人為本，以政策關係人之角度出發，規劃民眾有感之政策或措施。	1130513	40
20	職場霸凌防治及申訴調查案件研習班(一)(二)	本府所屬一級機關暨區公所人事人員/主管人員	1. 為期本府人事處暨所屬人事機構人事人員具備職場霸凌防治觀念，並強化各機關職場霸凌申訴案件調查技巧。 2. 為期本府暨所屬機關主管人員具備職場霸凌防治觀念，並強化各機關職場霸凌申訴案件調查技巧。	1130513	50/期
21	第一線為民服務人員溝通能力研習班(遠距)	本市桃源區公所、茂林區公所、那瑪夏區公所3區含職員、職工、約聘僱人員及臨時人員	1. 加強第一線同仁的表達能力，避免認知誤會以降低陳情案件。 2. 提升員工的服務熱誠及溝通技巧，增進服務效率。	1130527	50
22	人事佐理人員職場溝通技巧訓練研習班	本府各機關學校人事佐理人員	1. 培養人事人員團隊精神。 2. 溝通協調技巧、衝突解決能力。 3. 強化人事人員即時回應力，提升專業職能。 4. 降低檢控案件發生。	1130527	40
23	以 AI 敘事-生成式 AI 研習班(一)(二)	本府各機關學校委任職以上公務人員	促進市府同仁瞭解生成式 AI 工具趨勢及相關知能，培育使用生成式 AI 工具及應用，提升資訊应用能力。	1130603 1130923	40/期
24	優質服務研習班-如何說與聽	本府各機關第一線為民服務人員	1. 強化各機關為民服務觀念。 2. 學習建立良好有效溝通之觀念。 3. 創造優質為民服務及提升服務滿意度。	1130611	70
25	網站數據分析 GA 應用進階班	本府各機關委任以上公務人員、含約聘僱人員	1. 擁有網站分析能力，網站經營者可以清楚地掌握網站的現況與問題，並根據問題優化改善。 2. 中階的數據分析，透過工具與方法的結合，期使學員能對網站分析有更深入完整的認識。	1130617	40
26	AI 動態風險管理與科技防災研習班	本府消防局同仁	1. 了解 AI 人工智慧理論與防災之關聯。 2. 了解 AI 人工智慧應用。	1130617	40

序號	主題	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
27	Office VBA 自動化程式設計研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	學習 Microsoft Office 系列 VBA 自動化設計，減少人力輸入及錯誤，提升公務效能。	1131111	40
28	UX/UI 使用者體驗設計研習班	本府各機關委任以上公務人員、含約聘僱人員	解析民眾與網站/APP 互動的需求，進行研究及規劃，有效解決使用者的問題，不論前端、後端學員都能夠了解 UX/UI 使用者體驗設計，以利學員未來在專案更能規劃出友善的操作介面。	1130701	40
29	程式邏輯應用研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	培訓非資訊領域公務人員具備程式邏輯思維數位素養，以提升與資訊專業人員及資訊委外廠商溝通協同作業之數位作業能力。	1130701	40
30	APP 程式設計研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	培育市府同仁製作 APP 軟體之能力，提升自製 APP 軟體品質及深化研習成果。	1130715	40
31	AI 人工智慧與房價研習班	本府地政局及所屬機關業務同仁	1. 增進本府地政同仁科技新知。 2. 促進 AI 技術應用於地價查估業務。	1130715	40
32	AI GO 出題精修班	本府警察局同仁	1. 推動本府警察局數位轉型。 2. 配合市府推動智慧城市。 3. 引導同仁運用最新科技解決工作痛點。	1130722	40
33	智能客服機器人研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	認識透過智能客服機器人，進行自動化回覆、處理民眾問題或引導分攤網路行政工作，透過自動化處理提升公務體系效能。	1130722	40
34	網紅經營術-自媒體傳播研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	跳脫傳統思維，優化公部門宣導及政策行銷能力，以充分發揮對民眾溝通的效果。	1130729	40
35	智慧醫療發展方向與實踐推動研習班	本府衛生局暨所屬機關人員	了解智慧醫療推展方向及實踐經驗，提供智慧化服務，以推動智慧城市發展。	1130801	40
36	Web2.0 到 Web3.0 網頁程式設計研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	培育市府同仁修改網頁程式能力，提升公務網站效能及質感。	1130819	40
37	智慧生活體驗研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	擺脫思維框架，運用新服務概念，提升行政效率。	1130819	40

序號	主題	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
38	性別平等政策焦點研習班	本府承辦性別平等業務主管人員及承辦人員	1. 增進性平業務承辦人對 113 年性別平等考核各項目內容熟悉度。 2. 了解性別主流化六大工具意涵並強化性別敏感度，運用高雄市性別圖像將業務融入性別觀點。	1130819	80
39	不適任教師作業法規研習班(一)(二)	本市各級學校教育人員	加強處理不適任教師作業法制知能。	1130902 1130923	300/ 期
40	高效能執行力研習班	本府各機關委任以上公務人員	運用創意發想概念，激發同仁活力，完成組織任務。	1130916	40
41	SQL Server 資料庫設計與管理應用實務班	本府各機關委任職以上公務人員、含約聘僱人員	了解基本的 SQL 語言與 RDBMS 基本操作，具備 SQL Server 資料庫設計與管理技術，運用 SQL Server 設計出結構完整且符合實務需求的資料庫管理系統之能力與最佳化 SQL 語言。	1131001	40
42	高效簡報技巧及風格訓練班	本府各機關學校委任職以上公務人員。	以高績效簡報能力與溝通技巧，在精簡的時間內，精確的訴求「重點」，聽者吸收到知識，創造行政影響力。	1131007	40
43	心智圖學習法-提升問題分析與決策研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	1. 養成邏輯推理的思維，提升工作績效。2. 透過心智圖思考幫助理性分析與抉擇。	1131014	40
44	資料整理術研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	學習快速省時的資料蒐集、整理及管理之方法，建立資料常見問題，應用數位工具實作並提升公務效能。	1131104	40
45	擁抱人工智慧-翻轉新世代競爭力研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	應用 AI 提升工作成效。	1131118	40
46	公務員的基本功-充實邏輯能力研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	培養清晰的邏輯思維，學會從不同角度思考事情，活化推理思考的敏銳度，以提升個人組織力與工作效率。	1131111	40
47	以 AI 繪圖-自動生成圖像研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	促進市府同仁瞭解 AI 繪圖工具趨勢及相關知能，培育使用 AI 繪圖工具生成圖片及應用，提升資訊應用能力。	1131202	40

序號	主題	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
48	說出好人緣-團隊互動研習班	本府各機關學校委任以上公務人員。	提升溝通表達能力，使人際關係更融洽，以增進職場團隊凝聚力。	1131216	40

(二)工作面-生涯規劃及促進工作與生活平衡之訓練

序號	班期名稱	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
1	EAP 系列-自我照顧 X 關懷他人	本府關懷員及各機關內部關懷工作團隊成員	1. 提供個人在職場上轉念技巧，強化自我情緒管理。 2. 運用同理心技巧進行溝通與關懷。	1130304	40
2	退休生涯規劃研習班	1. 113 年準備辦理退休公務人員 2. 規劃 114 年辦理退休公務人員	協助即將退休人員思考並實現第二生涯的規劃。	1130318	80
3	公教志工基礎訓練班	本府各機關學校有意願擔任志願服務之公教人員	為鼓勵有意願擔任志願服務之現職公教人員參與志願服務基礎訓練。	1130513	40
4	樂在工作研習班 (一)(二)	本府警察局人員	1. 熟稔行政法令實務運用關係，深化依法行政觀念。 2. 透過心靈洗禮，提升身心品質，建立歡喜自在的人生觀，使能樂在工作。 3. 瞭解歷史文化，強化社會認同。	1130611 1130617	40
5	EAP 系列-尋回自己，從「心」開始	本府各機關第一線基層人員	透過自我瞭解與覺察，建立同理心，增進職場適應及人際互動能力，以提升工作運作順暢度。	1130611	40
6	志願服務新進督導人員研習班	本府各志願服務目的事業主管機關新進承辦人員及轄下運用單位新進志工督導	加強本府各志願服務目的事業主管機關暨志願服務運用單位新進志工督導專業知能。	1130624	40
7	我的退休後人生研習班	本府所屬各機關工友(含技工、駕駛)與臨時人員	讓職工面對退休不再徬徨，充實管理退休生活，規劃健康、人際、興趣各層面。	1130701	40
8	志願服務督導人員研習	本府各志願服務目的事業主管機關	強化本府各志願服務目的事業主管機關暨志願服務運用單位志工	1130715	40

序號	班期名稱	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
	班	關承辦人員及轄下運用單位志工督導	督導專業知能。		
9	告別拖延腦-讓每一分鐘都很有效率研習班	本府各機關學校委任以上公務人員	克服拖延習慣，打造高效率的工作及生活方式。	1130805	40
10	社區關懷研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	增加公務同仁對社區關懷及高齡照護的認知，深耕關懷理念，主動服務。	1130812	40
11	情緒管理與溝通技巧研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	1. 具備正確的情緒管理，提升工作效率。 2. 良好的溝通，避免不必要的衝突及對抗，達成組織任務。	1130812	40
12	培養職場情緒傷害防護力研習班	本府所屬各機關學校工友(含技工及駕駛)及臨時人員	解決職場上的人際困境，運用高情商溝通技巧，避免職場情緒傷害，肯定自我價值。	1130819	40
13	每天進步 1%-細微改變帶來驚人效應研習班	本府各機關學校委任以上公務人員	每天在工作或生活中經由正向的小改變，將會產生複利效應，改變未來的人生。	1130909	40
14	公教志工一日體驗營	本府各機關學校有意願擔任志願服務之公教人員	活化公教人力資源，激發投入公共事務、參與志願服務動力。	1131202	40

(三)「幸福高雄，宜居城市」學習列車

序號	主題
1	性平事件實務探討
2	寫作思路引導
3	職場倫理
4	疫後旅遊面面觀
5	低碳自助旅行實務與環境美學賞析
6	人權教育-職場平權與性騷擾防治(20 場次)
7	心的方向-職場新關係
8	高效紓壓，從旅行開始
9	性騷擾防治及案例解析
10	我國性別平等發展概況(含法規、習俗、觀念演進及現況問題)

序號	主題
11	教師舒壓與自我照顧的黃金法寶
12	EAP 舒壓課程
13	員工協助方案—職場 X 生活 X 紓壓：如何維持身心平衡之自我照顧講座
14	紓壓與助人技巧
15	情緒管理相關議題
16	如何增進職場同仁公務之餘也兼顧自身健康管理
17	陪伴學生在 3 C 世代中建立網路使用能力與成癮因應
18	核心職能專業訓練(行銷力)
19	社群經營技巧-社群經營與影像處理
20	手機攝影與資通安全
21	作文教學備課 PARTY
22	新聞事件因應與視覺呈現-新聞危機處理、流程、新聞稿編排及視覺呈現方式
23	藝數摺學-動手開啟思考的學習
24	職場霸凌防治及處理實務案例研習(4 場次)
25	特教學生的輔導與班級經營
26	泛自閉症學生的教學及班級經營策略
27	網路成癮的輔導-以特殊生為例
28	給老師的處方--班級經營與輔導策略
29	特殊教育研習(2 場次)
30	CEDAW 與受訓對象業務關聯性班
31	感動服務，從「心」開始
32	職場環境壓力與人際關係溝通
33	幸福職場~職場溝通小學堂
34	校園性平及霸凌防治增能研習
35	說好話的力量-好好說話，激發職場正能量
36	身心深呼吸，職場溝通術
37	如何與網路世代的學生談生涯規劃
38	性騷擾與職場霸凌
39	性別議題政策規劃暨高雄市性別圖像探討及運用
40	跟蹤騷擾防制(含 CEDAW、性騷擾防治及申訴處理機制)
41	從 CEDAW 實務案例看垂直與水平職場性別隔離：創造雙贏的友善職場
42	不做色情的魁儡~兒少性剝削防治與輔導知能研習

高雄市政府員工協助方案—生活面服務內容

(一)生活面-社福及財務諮詢相關訓練

序號	班期名稱	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
1	別讓你的勞保權益睡著了研習班	本府所屬各機關學校工友(含技工及駕駛)及臨時人員	了解勞工保險條例各項給付、請領時效及核發流程。	1130122	40
2	從時事話題談風險管理研習班	本府各機關學校委任以上公務人員	從時事話題談職場、家庭及理財的風險管理。	1130122	40
3	多元型態的婚姻與家庭研習班(一)(二)	本府警察局所屬員警	1. 依據本市第 6 屆第 2 次家庭教育諮詢委員會會議決議。 2. 內政部辦理直轄市、縣(市)政府執行新住民照顧服務績效實地考核。 3. 讓員警學習以更有彈性的思維及同理心來面對不同文化的新住民或家暴案件當事人，提升案件處理知能與技巧，保障被害人權益。	1130401 1131007	80/期
4	「家庭友善」研習-長照知能研習班	本府各機關學校公教人員	因應高齡化社會，向本府同仁宣導正確長照及老年保健知識。	1130603	80
5	CEDAW 實務案例(含多重與交叉歧視)研討班	本府各機關學校委任職以上公務人員	使公務同仁具備性別主流化之基本概念。	1130729	100
6	從多元性別到多元成家研習班(一)(二)	本府警察局及所屬機關同仁(行政、警職人員，不含職工)	依據高雄市 110 年第 1 次同志業務聯繫會報會議決議事項，辦理同志議題相關訓練。	1131125	300/期

(二)生活面-法律諮詢相關訓練

序號	班期名稱	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
1	生活法律研習班-從生活大	本府各機關學校委任職以上公務	將透過各式生活法律案例進行問題解析，帶領學員了解案件中的	1130108	50

序號	班期名稱	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
	小事學法律	人員	法律意涵和責任歸屬，進而學習如何防止觸法及遠離糾紛，建立快樂人生。		
2	身心障礙權利公約教育訓練課程系列(一)(二)	本府相關局(處)及各區公所業務涉身心障礙福利服務之人員	1. 為利各機關依法推動 CRPD 施行法，落實 CRPD 權益保障事項。 2. 確保各機關辦理活動或會議時身心障礙者能夠充分參與及近用資訊權益，另自我檢視軟、硬體設備，必要時能主動提供合理調整措施，確保身心障礙者的參與無礙。	1130115 1131209	100/期
3	學校公職人員利益衝突迴避法暨生活法律研習班	本市高中(職)、國中及國小採購承辦人員	強化本市各級學校採購人員或承辦人員瞭解利衝法等法令適用及應注意事項。	1130715	100
4	室內空氣品質管制及自主管理標章研習班	本府同仁	為配合本府施政目標「提升空品邁向淨零永續」，認識有關室內空氣品質相關法令、政策及自主管理標章，增強同仁專業素養。	1130722	40
5	智慧財產權與創用 CC 實務研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	增加對智慧財產權之認知，提升公務人員法治素養。	1130805	40
6	不可不知的訴訟觀念：避免法律風險，掌握官司主導權研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	透過講解訴訟的基本觀念，幫助你在日常生活中建立警覺心，避開可能發生的糾紛，就算不得已要打官司，也能懂得如何應對，提高保護自己的能力。	1130909	50
7	兒童權利公約教育訓練基礎班(一)~(三)	本府社會局所屬人員(含正式、非正式人員)	1. 兒童權利公約施行法第 4 條規定，各級政府機關行使職權，應符合公約有關兒童及少年權利保障之規定。 2. 為提升同仁對「兒童權利公約」認識，俾利維護兒童及少年最佳利益為原則，提供符合其需求之服務以保障其權益。	1130916	90/期
8	公務人員對法律責任認知研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	瞭解處理公務所涉及法律責任問題，避免因「不知法」而誤觸。	1131007	50

序號	班期名稱	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
9	兒童權利公約教育訓練進階班(一)~(三)	本府社會局所屬人員(含正式、非正式人員)	1. 兒童權利公約施行法第 4 條規定，各級政府機關行使職權，應符合公約有關兒童及少年權利保障之規定。 2. 為提升同仁對「兒童權利公約」認識，俾利維護兒童及少年最佳利益為原則，提供符合其需求之服務以保障其權益。	1131118	60/期

(三)「幸福高雄，宜居城市」學習列車

序號	主題
1	觸法的教學與班級經營模式或樣態
2	校園法律不踩線(含職場性騷霸凌防治)
3	校園法律事件暨生活法律實務面面觀
4	客服人員常見的法律爭議(一)(二)
5	從新聞事件談個人權益保障
6	兒童少年保護社工常見法律議題
7	生活與法律
8	當孩子生命中的貴人--普特融合教育
9	保險實務
10	房地產買賣相關
11	交通事故處理與防禦駕駛
12	戶政法令實務研討
13	行政訴訟的準備手札
14	退休生活與理財
15	樂活職場-創造工作與理財雙贏的人生
16	規劃投資理財，享受樂活人生
17	消費者人權
18	聰明理財，打造屬於自己的鐵飯碗
19	財產信託與個人理財
20	從電視劇看人口婚姻平權~八尺門的辯護人
21	台灣多元性別 (LGBTQIA+) 法制與基本概念(座談會)
22	做個有溫度的父母
23	職場與家庭平衡的案例研討(含性騷擾防治實務案例)
24	直接歧視、間接歧視及交叉歧視
25	親子面對面，關係零距離
26	數位／網路性別暴力防治
27	性平教育簡單教

序號	主題
28	多元性別權益-親密關係、性別教育與反歧視
29	性別平等政策綱領-教育、文化與媒體電影研析班
30	多元性別權益電影研析
31	特殊兒童身心發展特質及資源連結因應策略
32	正向管教與錯誤態樣之研析
33	長期照顧

高雄市政府員工協助方案—健康面服務內容

(一)健康面相關訓練

序號	班期名稱	研習對象	目的	預定開班日期	每期人數
1	正念減壓創造新能量班	本府各機關學校委任職以上公務人員	培養我自我覺察能力，以助於瞭解自我身心狀態，並能更恰當的處理生活壓力，降低壓力對身心的負面影響。	1130122	40
2	警務人員紓壓研習班(一)~(十)	本府警察局基層佐警	1. 紓解員警壓力做好情緒自我管理。 2. 建立積極樂觀的人生觀與工作態度。 3. 提昇人文素質。	1130304 1130318 1130506 1130520 1130701 1130722 1130812 1130826 1131001 1131021	40/期
3	愛與被愛-愛的申論題研習班(一)(二)	本府衛生局暨所屬公務人員、約聘僱人員	增進自我察覺、敏覺他人情緒及主動協助之關懷組織網路。	1130408 1130422	40/期
4	本府員工身心健康研習營(一)(二)	本府員工	1. 以沙遊及戲劇觸動內心產生共鳴，讓壓抑的情緒找到出口，給生命一個新的詮釋。 2. 發掘正向生命價值及生活型態。	1130708 1130805	30/期
5	科技始終來自於人性-智慧健康照護研習班	本府各機關學校委任職以上公務人員	運用智慧科技，打造健康生活。	1131104	40

(二)「幸福高雄，宜居城市」學習列車

序號	主題
1	Easy fun 下午茶香草體驗
2	自造玩生活
3	咖啡文化體驗與淺酌研習
4	紓壓好生活-手工皂DIY
5	靜心紓壓 禪繞畫

序號	主題
6	植物生活應用-防蚊膏
7	人文饗宴-淺談咖啡哲學
8	一起玩桌遊
9	員工協助關懷方案-原住民族傳統頭飾DIY
10	養生紓壓芳療-紓壓有機精油膏DIY
11	員工健康促進關懷-原住民族傳統編織手作
12	療癒花藝-永生花
13	點亮生活-手作香氛蠟燭
14	遠離生活毒害、創造有機生活
15	穴道按摩健腦紓壓
16	巧用中醫藥物，運用生活保健中
17	園藝治療-身心靈的對話
18	戶外教學與運動，如何防止肌膚老化
19	時蔬食素~異國蔬食好料理
20	Eap 員工健康研習-舒壓芳療、從「油」做起
21	健康外食不怕胖
22	活力體驗 Fun 輕鬆
23	食在健康~職場的養氣人生
24	低碳，從「食」招來
25	不讓病從口入~養生保健蔬果
26	耳穴健康保健
27	瑜珈
28	失眠、代謝調理預防及治療
29	中醫經絡按摩與芳療紓壓
30	EAP 系列-睡眠與教養
31	健康養生保健操
32	救溺與防溺及心肺復甦術暨自動體外電擊器(民眾版)急救訓練
33	經絡拍打養生
34	健康講座-上班族筋絡紓壓
35	大人的植物課--種子的願望
36	心靈療癒-渲染水泥盆與植物苔球DIY
37	上班時也能 FUN 輕鬆，綠色植栽的魔法療癒力
38	情緒自我修復塔羅冥想應用
39	生活是一場熱情的遊戲
40	情緒覺察與正向思考能量
41	有趣的數學桌遊
42	正向心能量--逆轉勝的「忙」「盲」人生

