

103 年度「打造優質心職場」－ 友善職場暨勞工心理健康支持服務計畫

一、緣起：

在目前多變的社會型態與競爭激烈的產業環境中，工作壓力已經是普遍存在的問題。職場壓力廣泛的存在於各個工作場所與職業中，它的發生與職場環境、工作條件以及工作者主觀判斷皆有密切的關係。而壓力、過勞所造成的情緒與憂鬱的問題也相應而生，世界衛生組織指出 2020 年時，憂鬱症將成為人類失能疾患的第二位，顯示人類將嚴重面臨憂鬱症的威脅。對此，職場壓力已經對職業安全衛生產生相當大的潛在威脅。

勞委會也從 1980 年代開始推動「勞工輔導制度」，方案演進到了 2000 年，政府透過各項輔導措施，積極支持企業推動「員工協助方案」。102 年 6 月 18 日三讀通過更名為《職業安全衛生法》的修正案，擴大範圍到所有行業，未來各行各業都能享有健康工作環境，保障上千萬名勞工，修正案新增「防過勞條款」，要求僱主針對輪班、夜間工作、長時間工作等情形進行過勞預防，違者可罰僱主三至十五萬元，若導致勞工職業病，最高可罰三十萬元。其中也明白指出「強化勞工身心健康保護」、「兼顧母性保護與就業平權，修正女性勞工之母性保護規定」等之必要性。另外，工作者發現疑似罹患職業病或身體或精神遭受侵害，得向雇主、主管機關或勞動檢查機構申訴。上述包括「憂鬱症」與「自殺」等心理健康問題，國內也都有職災賠償或納入職業病的法律判例出現。因此照顧勞工與關懷勞工身心健康不但是企業的社會責任更是法令所明定之必要性措施。

桃園為工商大城，唯有身心健康之勞工，才能讓企業組織營運及家庭照顧，乃至於社會的經濟都能順利發展，因此職場健康照護政策

及相關措施的推動有其必要性。本會近幾年來受衛生局、衛生署委託辦理職場心理健康促進及自殺守門人的社區宣導，以及勞資局的職場心理健康促進相關計畫等等，期望透過職場勞工的心理健康的促進推廣，不僅能協助更多潛在的危機者減緩壓力所造成的心理問題，並透過企業的積極參與，建構更完善的社區心理衛生網絡。因此需要結合公、私部門積極在社區、職場及校園各社群或團體中全面進行心理衛生相關宣導，透過各類心理健康促進活動的辦理，讓民眾能更瞭解心理衛生保健的方法進而應用相關資源。未來如果企業能建置有效的勞工協助服務方案，將能有利於協助組織與勞工因應職場壓力衍生的議題，對於勞工個人及組織管理將創造雙贏的局面。

二、目的：

1. 提昇企業組織重視勞工心理健康之議題，加強企業主認知以及勞工意識。
2. 加強企業管理及業務相關人員之專業知能，協助人力、資源整合應用，並提供管理上之協助。
3. 加強職場勞工心理健康的三級預防服務。
4. 擴展社區心理衛生及自殺防治通報網絡，協助企業進行危機處遇。
5. 建立友善身心障礙者之職場環境與觀念，消除就業歧視。

三、主辦單位：社團法人桃園縣生命線協會

四、指導、委辦或經費補助單位：

1. 桃園縣政府衛生局
2. 桃園縣政府勞動及人力資源局

3. 行政院勞委會職訓局桃竹苗區就業服務中心

4. 中華社會福利聯合勸募協會

五、辦理期間：103年2月~103年11月止

六、參加對象：桃園縣內企業、機關、單位等。

七、免費服務內容：

1. 「職場心理衛生、友善職場」宣導講座。(主題請參考附件)。

2. 「職場心理衛生、友善職場」教育訓練、研習。(另行通知)。

3. 「員工協助方案、友善職場」宣導拜訪或主管座談。

4. 「心理困擾、精神障礙員工」團體輔導、個別輔導計畫。

5. 「勞工心理健康支持服務計畫」：提供之服務如下

(1) 員工心理健康量表檢測、分析。

(2) 員工追蹤關懷輔導。

(3) 員工紓壓團體/工作坊。

(4) 員工個別心理諮詢。

(5) 企業志工(種子人員/關懷員)培訓課程。

(6) 企業有關人員(主管/人資/廠護/勞安)管理諮詢。

(7) 企業有關人員(主管/人資/廠護/勞安)團體交流暨個案研討會。

八、報名期限：即日起~2月26日，額滿截止。

九、注意事項：

1. 各項服務因**名額有限**，將以報名先後順序及未曾參加過該項服務之企業單位或能配合該項服務之需求對象為優先考量。結果另行公告於本會網頁並 E_mail 通知。
2. 參與「**勞工心理健康支持服務計畫**」之企業單位，**員工人數需達 100 人以上**為優先服務之對象，不足者視情況調整資源或與其他企業合併辦理。**有意願參加者**，需派員參加本會辦理之研習暨宣**導說明會**。暫定於 3 月，辦理時間將另行通知。
3. 由於各項服務名額有限且免費提供，申請單位需配合相關行政作業事項（如準備場地、設備、簽到、照相、填寫相關問卷表單等等），同時為不造成資源浪費，無故取消或無法配合行政作業事項等等，將取消錄取資格，已辦理而產生之費用由企業自行負擔。

十、報名表：請見附件，敬請傳真或 Mail 至本會，並來電確認。

十一、聯絡人：邱佳惠 督導

Tel：03-301-1021 Fax：03-302-0897

E-mail: taoyuanlifeline@gmail.com

【企業單位報名表】

公司名稱	
產業別	
員工人數 (申請單位/廠區)	<ul style="list-style-type: none"> ● 總數：約_____人、各類員工比率：_____ (如技術員/作業員、工程師、行政人員、服務員等等) ● 平均年齡約_____~_____歲
主責部門	
職稱	
聯絡人	
電話/手機	
Mail	
友善職場現況 (必填)	<p>1. 是否有性別平等的措施、制度？<input type="checkbox"/>否，<input type="checkbox"/>是，有哪些？ _____</p> <p>2. 目前是否有進用身心障礙者？<input type="checkbox"/>否，<input type="checkbox"/>是，_____人</p>
職場心理衛生/ 員工關懷現況 (必填)	<p><input type="checkbox"/>辦理相關講座、教育訓練課程：平均_____場/年</p> <p>(主題：_____)</p> <p><input type="checkbox"/>辦理員工心理諮詢服務或 EAP</p> <p><input type="checkbox"/>辦理企業志工(或有關社團)</p> <p><input type="checkbox"/>辦理相關活動：_____</p>
申請服務項目 (請於 <input type="checkbox"/> 內勾選)	<p><input type="checkbox"/>有意願參加職場心理衛生、友善職場教育訓練、研習。</p> <p><input type="checkbox"/>「員工協助方案、友善職場」宣導拜訪或主管座談。(日期時間請與本會協調)</p> <p><input type="checkbox"/>申請「心理困擾、精神障礙員工」之團體輔導/個別輔導。</p> <p><input type="checkbox"/>有意願參加「勞工心理健康支持服務計畫」。</p> <p><input type="checkbox"/>有意願招募企業志工(種子人員)並安排參加培訓課程。</p>

<p>申請服務項目 (請於□內勾選)</p>	<p><input type="checkbox"/> 職場心理衛生、友善職場宣導講座：(最多先填 2 場)</p> <p>主題：(請勾選，每場參加人數需達 30-40 人)。</p> <p><input type="radio"/> 壓力管理系列：壓力管理、情緒管理、職場組織變革與心理調適、面對親職關係壓力等。</p> <p><input type="radio"/> 精神心理系列：憂鬱症認識與處理、女性憂鬱症(產後/更年期)、如何協助憂鬱傾向(或有心理困擾)的員工、淺談常見精神疾病等。</p> <p><input type="radio"/> 兩性相處系列：婚姻家庭關係經營、性別相處藝術、性別平權、優質性別關係等。</p> <p><input type="radio"/> 生活適應系列：生涯規劃、優質溝通技巧、人際關係促進、優質心生活、親子關係、婆媳相處等。</p> <p><input type="radio"/> 友善職場系列(管理人員為主)：打造友善「心」職場、認識員工協助方案、職場心理健康促進、身心障礙就業權益及社會資源認識、工作與生活平衡措施等等。</p> <p>◆ 題目：1. _____ 2. _____</p> <p>◆ 預計辦理時間/對象：(時間仍可調整)(1.5-2HR/場)</p> <p>_____月_____日、_____時~_____時、對象：_____</p> <p>_____月_____日、_____時~_____時、對象：_____</p>
<p>員工常見問題 (簡述)</p>	<p>1. _____</p> <p>2. _____</p>
<p>其他需求與建議</p>	

承辦人：_____ (章) 單位主管：_____ (章)

電話：03-301-1021 傳真：03-302-0897 桃園縣命線協會敬啟

員工協助方案之認識

一、什麼是員工協助方案？

員工協助方案 (Employee Assistance Programs, 簡稱 EAPs) 是企業透過系統化的專業服務，規劃方案與提供資源，以預防及解決可能導致員工工作生產力下降的組織與個人議題，使員工以健康的身心投入工作，讓企業提昇競爭力，塑造勞資雙贏。

二、員工協助方案服務內容

員工協助方案簡稱 EAPs，涵蓋之面向主要為「工作」、「生活」、「健康」三大層面。內容如下所示。



三、員工協助方案的功能與效益

1. 降低管理部門營運成本
2. 促進工作績效
3. 提昇管理效能

四、員工協助方案推動實例參考

面向	工作篇	生活篇	健康篇
參考內容	(1) 工作調適方案 (2) 職場罷凌防治方案 (3) 復工協助方案 (4) 管理諮詢方案 (5) 新進人員協助方案	(1) 家庭照顧方案 (2) 婚姻家庭方案 (3) 法律諮詢方案 (4) 理財諮詢方案 (5) 家庭日方案	(1) 壓力管理方案 (2) 減重健康方案 (3) 戒菸團體方案 (4) 心靈健診方案 (5) 一般心理諮詢方案

資料來源：行政院勞工委員會員工協助方案推動手冊

(歡迎預約本會專人至貴單位拜訪宣導，預約者並提供手冊乙份)

認識桃園生命線

本會係以公益目的之非營利社會團體。『生命線』是一個國際性的電話心理輔導機構，藉全日 24 小時的電話守候，致力於自殺防治工作。目前臺灣 23 個縣市都有生命線協會為民眾提供服務。生命線電話號碼統一為『1995（要救救我）』，桃園生命線已經成立 22 年，1995 自殺防治電話服務超過 10 萬人次，多年來與政府單位如衛生局、社會局、勞資局、職訓局、就服中心等為夥伴關係，積極整合政府與民間資源，致力於心理衛生推廣與社區服務，並獲多個單位有功團體表揚與評鑑為績優社團等。102 年度更獲勞委會職訓局 TTQS 訓練品質獎銅牌，足見本會之專業與多元發展。

（本會網址：<http://www.1995line.org.tw/>）

本會的服務

- 24 小時協談專線服務：電話直播 1995
- 信件回復：taoyuanlife@gmail.com
- 線上心理諮詢：
http://www.mental.tychb.gov.tw/Forum/FM_List.asp
- 個別心理諮詢：預約請上網
http://www.mental.tychb.gov.tw/PreOrder/PreOrder_List.asp
- 社區心理衛生宣導講座
- 教育訓練與研習
- 自殺高關懷追蹤服務
- 青少年職涯探索、就業輔導
- 職場心理健康促進/員工協助方案（EAPs）
- 產業人才投資方案，請上產投網站報名
- 其他政府委託專案