

花蓮縣少年輔導委員會

115 年反毒進階研習

「從偶像劇進入青少年內心—暴力心理與情緒轉化實務課程」計畫

壹、目的：

本次進階課程邀請心理諮商桌遊原創者——陳謙仁擔任講師，結合其多年青少年輔導、情緒教育及心理桌遊實務經驗，帶領學員操作 2025 年首創原生版「敘事心理學愛情童話／情緒空間桌遊」，深化助人工作者於高防衛青少年處遇中的情緒理解與關係介入能力。

課程內容融合最新影視文本，透過 2025 年最新偶像劇《如果我不曾見過太陽》中的男女主角生命經驗，討論受霸凌、受暴、受虐與情緒黑化歷程。學習走入少年的內在痛苦世界，走入關係的困境與人性的黑暗中，再尋回情感與人性的微光。讓夥伴們在彼此陪伴與敘說中故事，同時溫柔挑選卡片覺察內在情感的歷程中。調整正負向情緒，同理自我以及未來服務的少年與案家的處境。

此外，講師亦將分享累積五年市場操作與實徵量化驗證之介入技術，帶領參與者在「專業角色」與「真實自我」之間展開韌性探索，學習運用「心理位移」技術進行自我安頓與情緒調節，降低第一線助人工作中的情緒耗竭與同理疲乏。課程強調體驗式學習與實務轉化，協助專業人員運用桌遊媒材與敘事技巧實際運用於青少年輔導現場，引導少年提升情緒覺察能力，在關係衝突、情感依附與自我認同的拉扯中，練習做出具責任感與利社會性的選擇與行動，進一步強化毒品防制與偏差行為預防工作之深度介入效能。

貳、主辦單位：花蓮縣少年輔導委員會、花蓮縣警察局少年警察隊。

參、時間：115 年 7 月 7 日（星期二）08：00～17：00。

肆、地點：花蓮縣警察局第四會議室(花蓮市府前路 21 號 綜合大樓 5 樓)。

伍、參加對象：從事青少年直接服務之專業人員，預計共約 40 人。

一、本會 115 年 5 月 5 日反毒研習課程完訓學員，得優先參與。

二、本縣少年相關工作者：社會工作人員/師、個案管理員/師、國高中職校內專輔老師、從事偏差行為少年服務工作相關人員、法院及各機關（構）輔導工作者。

三、本會少輔志工、本會社工員。

陸、本次課程含 6 小時實體課程（如課程表），全程參加者核予 6 小時學習證書。

※本次研習時數是否可認證為專業時數或積/學分，請洽各專業公會或服務單位。



柒、課程內容：

時間	課程內容	負責人/ 講師
08：00～09：30	報到	少輔會
09：30～10：30	<p>由需求卡談情感與性的身心理界限</p> <p>1. 不同對象、不同情境、不同壓力下的身心界限變化。 2. 理解少男少女受到控制與誘惑的身心理界限困境。</p>	陳謙仁 諮商心理師
10：30～12：00	<p>由暗黑偶像劇談暴力與控制背後的心理動力</p> <p>1. 由男主與第二女主受家庭暴力與虐待的處境理解少年的家庭困境。 2. 理解家裡所有受害者的立場與處境並合作找出協助受暴案家的方法。</p>	
12：00～13：00	中午用餐	
13：00～14：30	<p>由暗黑偶像劇談復原與療癒</p> <p>1. 由第一女主受到系統與社會的暴力理解受暴家庭的多重為難。 2. 由桌遊與牌卡中，找到復原與療癒之道。</p>	陳謙仁 諮商心理師
14：30～16：00	<p>回顧自身情感關係衝突與體驗心理位移</p> <p>1. 敘說者挑選出自己的關係困擾事件中「對方立場」的情緒字卡。從第一人稱「我」位格轉向第二人稱「你」位移的視角。 2. 傾聽者站在客觀回饋的立場，發揮同理心挑選出與敘說者相對應的「對方立場」可能有的情緒字卡供敘說者參考。客觀的同理敘說者的人際困擾事件中對方的情緒與立場，讓彼此達到多重觀點解構與重新框架。</p>	
16：00～17：00	交流時間	少輔會
17：00	賦歸	

