**109-111教育心理與輔導學系**

**數位科技結合教育心理與諮商發展暨成果報告**

**07/08/2022更新**

**邁向心理興盛：數位科技結合正向心理與諮商**

正向心理學為21世紀心理學的重要發展領域，以提升個體之心理興盛及擁有幸福圓滿的人生為目的；AI數位科技的快速發展也已帶動所有領域（包含心理與諮商領域）的革命性變革，並終將徹底改變全人類的生活形態。在這個唯一確定未來是充滿不確定性與未知的世界中，**培育能因應未來世界的教育、諮商與輔導人才**是本系迫切面對的當務之急，也是本系持續發展的中長程重要目標。

為培育能在未來快速變遷的科技社會中，從事教育、輔導與諮商的一般及專業助人工作者，本系配合國家及學校AI數位科技發展的政策與方向，在107~110年學校**AI高教深耕及院中長程發展**經費（109-111兩年獲補助340萬）的補助下，積極推動數位科技結合正向心理與諮商。以下敘述本系目前已推動的項目，以及持續在此基礎上擬推動的各項計畫。

**壹、目前已完成及推動中之項目**：

**VR數位科技**

**融入教學/**

**研究/推廣**

**正向心理**

**軟硬體建設**

**VR數位科技**

**媒材/方案**

**研發**

**一、正向心理取向VR數位科技之媒材及方案研發**

**研發**

**教師研發—**

｢虛擬心世界 Virtual Reality｣成果影片，<https://positivepsy.nptu.edu.tw/index.php>)、

<https://positivepsy.nptu.edu.tw/p/412-1061-13237.php>

1. 超越時空的諮商心理師：聊天機器人與遠距諮商教學資源教材(葉寶玲) (109.2-109.12)
2. VR 正念減壓 8 周課程方案—執行完 (洪菁惠) (2021.3/04～4/22)
3. VR 正念減壓社交焦慮治療數位媒材系列—持續執行中 (洪菁惠)
4. APP正念靜心系列—持續執行中 (洪菁惠)
5. VR 同理心多元文化系列 (真人圖書館) —持續執行中 (王大維)
6. VR 誘發正負向情緒—已執行 (羅素貞等)
7. VR 誘發正負向情緒於注意力與創造力—持續執行中 (研究生)
8. VR 誘發Awe情緒之探討—持續執行中 (研究生)

**學生研發** – 數位科技應用與心理與諮商 (大學部課程)

(https://positivepsy.nptu.edu.tw/p/412-1061-13599.php)

1. House 手帳 (陳彥均、柯如收、李彥鋒)
2. PET(全稱Precious Emotional Tale) (郭芷吟、曾韵恩、陸姿瑜、葉恩孜、郝羿淳)
3. Oceansheep App (江逸峰、周品妤、簡淳霖、張郁伶、鄧婕)
4. Serendipy App (黃可函、李貞儀、沈子耘、黃煒雯、洪宜芬)
5. 松一下 (蘇于婷、李烊榤、陳俊宇、陳立軒)
6. 年年天天、還有幾天 (江峻溏、王宥誠、郭騰泰、黃彥儐)

**二、數位科技融入課程教學、研究及推廣**

**（一）數位科技融入課程教學**

**教學**

**110-1**

1. 正念減壓與心理治療- 12人 (洪菁惠，日碩)
2. 正念與生活- 67人 (洪菁惠，大武山)
3. (正念)表達性藝術治療- 39人 (洪菁惠，夜碩)
4. 多元文化諮商- 20人 (王大維，日/夜碩)
5. 教育心理學- (羅素貞，日碩)
6. 服務學習[佛光講堂] - 21人 (洪菁惠，大學部)

**110-2**

1. 服務學習[佛光講堂] - 21人 (洪菁惠，大學部)
2. 數位科技應用於心理與諮商— 27人(洪菁惠、洪嘉欣，大學部)

**111-1/2**

1. 性別關係與諮商專題 (王大維，日碩)
2. 正向心理治療 (洪菁惠，日碩)
3. 正念減壓與心理治療 (遠距課程) (洪菁惠，日碩)

**（二）數位科技融入心理與諮商研究**

**研究**

**VR跨系專業社群** (高教深耕補助計畫)

**109-111**

1. VR應用於正向心理與諮商創新教學研發社群 (張麗麗老師帶領，跨系教師11位，補助款60,000)
2. 正念融入高等教育之創新教學研究社群 (洪菁惠老師帶領，跨系/校教師18位，補助款60,000)
3. 證據導向VR心理介入方案及工具研發團隊 (羅素貞老師帶領，跨系教師12位，補助款60,000)
4. 正念與科技創研小組(學生自主學習社群，洪菁惠老師帶領，研究生10位，補助款20,000)
5. 正念教育中心成立跨校外、院、系教師團隊約40人。

**VR創新課程、教學實踐及研究計畫獲補助案**

**110年**

1. 國教AI教材與教學科技研發暨及系所發展特色(教育心理與輔導學系，張麗麗主持，中長程及高教深耕補助案，補助款：中長程1,580,000、高教深耕224,000 )
2. 八周VR正念訓練課程成效研究 (洪菁惠 & 師生，國教AI計畫)
3. 超越時空的諮商心理師：聊天機器人與遠距諮商教學資源（葉寶玲，高教深耕補助款140,000）
4. VAR創新課程--正念減壓與心理治療 (洪菁惠老師，高教深耕補助款100,000)
5. VAR創新課程--多元文化諮商 (王大維老師，高教深耕補助款 100,000)
6. 大武山 特色課程與創新教學計畫—正念與生活 (融入數位科技) (洪菁惠老師，30,000)
7. 109學年教育部教學實踐研究計畫—結合正念教育、敘事文本與體驗學習導向在助人歷程與技巧課程之創新教學實踐研究 (洪菁惠老師，250,000)

**111年**

1. 國教AI教材與教學科技研發暨及系所發展特色(教育心理與輔導學系，張麗麗主持，中長程及高教深耕補助案，補助款：中長程1,350,000、高教深耕250,000)
2. VAR創新課程—性別關係與諮商專題 (王大維老師，高教深耕補助款70,000)
3. VAR創新課程--正向心理治療 (洪菁惠老師，高教深耕補助款100,000)
4. 遠距課程數位教材--正念減壓與心理治療 (洪菁惠老師，高教深耕補助款 80,000)
5. 110年度科技部鼓勵女性從事科學及技術研究專案計畫 (葉寶玲老師，科技不鼓勵女性從事科學及技術研究專案計畫，552,000)
6. 面對面、線上與混搭？後疫情時代的學校團體諮商新模式 (葉寶玲老師，111年度前瞻引航未來新型態學術研究計畫，100,000)

111年教學實踐計畫

1. 多元文化教育課程在降低偏見之行動探究—真人圖書館與反思寫作之應用 (王大維老師)(大學社會責任USR 350,000)
2. VR與APP作為教學輔助工具之學習成效 – 以問題導向學習融入正念減壓與心理治療課程為例 (洪菁惠老師—教育類)
3. 團體諮商課程融合線上團體教材及對話機器人APP輔助 (葉寶玲老師，社會類，179,000)

**數位科技VR發表論文**

1. 王大維（2022）。應用虛擬實境與沉浸式敘事於降低男同志偏見與提升同理心之初探。**正向心理：諮商與教育期刊，1**（創刊號出刊中）。
2. 洪菁惠、張麗麗（2022）。虛擬實境正念訓練對成人正念、正負向情緒及心理健康之成效初探。**本土諮商心理學學刊**。審稿中。
3. 羅素貞、張麗麗、陳品華、洪嘉欣、葉俊廷（2021，11月）。[**以虛擬實境(VR)誘發情緒之初探[口頭發表]**](https://positivepsy.nptu.edu.tw/var/file/61/1061/img/4214/779321696.pdf)。「邁向心理興盛：2021正向心理學諮商與教育研討會」，屏東縣：台灣。
4. 洪菁惠、張麗麗（2021，11月）。[**虛擬實境正念訓練對成人心理健康之成效研究[口頭發表]**](https://positivepsy.nptu.edu.tw/var/file/61/1061/img/4214/596268869.pdf)**。**「邁向心理興盛：2021正向心理學諮商與教育研討會」，屏東縣：台灣。
5. 方乃丰、洪菁惠（2021，11月）。[**三明治世代媽媽體驗正念APP之生理回饋與幸福感之探究[口頭發表]**](https://positivepsy.nptu.edu.tw/var/file/61/1061/img/4214/651343442.pdf)**。**「邁向心理興盛：2021正向心理學諮商與教育研討會」，屏東縣：台灣。
6. 何佩璇、錢士純、洪菁惠（2021，11月）。[**正念APP對助人者生理回饋效果及諮商歷程自我覺察之研究[口頭發表]**](https://positivepsy.nptu.edu.tw/var/file/61/1061/img/4214/530532175.pdf)**。**「邁向心理興盛：2021正向心理學諮商與教育研討會」，屏東縣：台灣。
7. 蔡秉融、徐雅宣、洪菁惠（2021，11月）。[**虛擬實境正念訓練對自閉症大專生之生理回饋與焦慮改善之效果[口頭發表]**](https://positivepsy.nptu.edu.tw/var/file/61/1061/img/4214/845029284.pdf)**。**「邁向心理興盛：2021正向心理學諮商與教育研討會」，屏東縣：台灣。
8. 吳庭怡、崔珺甯、洪菁惠（2021，11月）。[**正念虛擬實境對躁鬱症成人焦慮改善與自我適應之效果研究[口頭發表]**](https://positivepsy.nptu.edu.tw/var/file/61/1061/img/4214/131833797.pdf)**。**「邁向心理興盛：2021正向心理學諮商與教育研討會」，屏東縣：台灣。

**數位科技+VR專題研討／論文主題**

1. VR誘發正負向情緒對注意力及創造力影響之研究 (陳宇晴，指導老師：羅素貞)
2. 三明治世代母親體驗正念虛擬實境之自律神經變化與主觀經驗探究 (方乃丰，指導老師：洪菁惠)
3. 正念 App 對心理助人工作者壓力調適研究 (何佩璇，指導老師：洪菁惠)
4. VR情緒影片對大學生創造作業表現之影響 (張欣怡，指導老師：羅素貞)
5. 正念 VR 對國小六年級學童專注力影響之研究 (黃若嘉，指導老師：張麗麗)
6. 提升同理心，虛擬實境是解方？虛擬實境體現兒童經驗對職前教師同理心的強化效果 (鄭萍茹，指導老師：羅素貞)
7. 大學生觀看 VR 影片對攻擊行為之影響 (蕭慧婷，指導老師：洪嘉欣)
8. 性別與敬畏(VR誘發)對利社會行為之影響 (李聿玄，指導老師：陳品華)

**（三）正向心理／數位科技於心理與諮商之推廣**

**推廣**

1. 設置院級正念教育中心 (通過2022.3.20院務會議) (初步邀請跨校內、校外教師36人參與) (見正念繁花盛開—正念教育中心成立說明會 手冊)
2. 正念教育中心申請USR ｢青銀培力: 正念導向之科技陪伴與社區協作方案｣ (洪菁惠、羅素貞、王慧蘭等，2022提)
3. 正向機構 -- 富田國小 (教師研習 2021/10-11月共三場、學生舉辦四日兒童心理成長營 110/01/26-29)
4. 正向機構 -- 佛光講堂 (課後課業輔導，2021 ~2022)
5. ｢疫｣起關心、守護關係 - Covid-19疫情期間正向情緒與家庭關係促進心理健康服務；腦波急轉彎系列-專注與放鬆 (社區諮商中心，2021-2022)
6. 正向心理與諮商研討會(2021/11/26) [含數位科技應用於心理與諮商special session & VR體驗區] 師生發表8篇論文

**三、正向心理軟、硬體建設**

**硬體推廣**

* 心理暨VR實驗室
* 正向心理專業教室 (2間) & 遊戲治療室
* 360度攝影器材 (全境攝影機11套、8K高階攝影機1套)、藍芽高階生理訊號測量與回饋設備、Eureka紓壓儀+回饋4套、全套及簡易VR頭盔等。

新增／調整課程

**新增**

**課程**

1. 正向教育 (碩班)
2. 正念減壓與心理治療 (碩班)
3. 性別關係與諮商專題 (碩班)
4. 正向老化 (碩班)
5. 數位科技應用於心理與諮商 (大學部)
6. 正向心理治療專題 (碩班)

* U. Penn. 正向心理學遠距課程 (3位教師)

**增能**

* VR、360度攝影與後置、APP設計與建置、生理訊號測量與回饋儀使用、師生研討會 (VR影片設計/修改、VR研究導讀、VR實驗設計、數據處理等) (30場次以上，仍在視師生需求隨時提供增能課程])
* 組VR數位科技師生團隊數個（109-110學年之跨系教師團隊約24人、師生研發工作團隊25人；仍視實際需要持續組工作團隊）。學生工作團隊
* 正向心理：諮商與教育線上期刊 (111. 6月創刊號)

**期刊網頁**

(https://epc.nptu.edu.tw/p/412-1117-12287.php?Lang=zh-tw)

* 正向心理與VR實驗室網頁 (https://positivepsy.nptu.edu.tw/index.php)

**正念教育中心**

* 成立院級正念教育中心 (111年) 設置院級正念教育中心 (通過2022.3.20院務會議) (初步邀請跨校內、校外教師36人參與) (見正念繁花盛開—正念教育中心成立說明會 手冊)
* 正念教育中心申請USR ｢青銀培力: 正念導向之科技陪伴與社區協作方案｣ (洪菁惠、羅素貞、王慧蘭等，2022提)

**貳、持續發展及推動之項目（開枝散葉期）**

****

1. 正向心理取向VR數位科技之**媒材及方案研發** (持續 + 擴展)
2. 數位科技融入**課程教學** (持續 + 擴展)
3. 數位科技融入**心理與諮商研究** (持續 + 擴展新主題 [如：注意、記憶、霸凌、成癮、焦慮、憂鬱等])
4. 正向心理數位科技**軟硬體建設**（硬體設備、師生增能、新增/調整課程、團隊擴大） (持續 + 擴展)
5. 舉辦｢VR數位科技與心理及諮商相遇｣國際研討會；國外交流參訪等。
6. **正向心理/數位科技應用於心理與諮商：校內、外連結與推廣**
   * 設立具數位科技特色之**跨領域正念教育學程**
   * 成立具數位科技特色之**正念教育中心**（廣納校內外實務及研究工作者）
     1. 對外辦理正念減壓心理促進課程 (教職員工生、一般民眾)
     2. 產學合作，開設正念融入不同專業訓練之課程 (如：教育人員、企業員工、醫療人員、體育人員、高齡照護者等)
     3. 培訓各領域正念講師 (提供學生未來出路)
     4. 發展正念數位科技媒材 (VR/APP) **(ex:** mindfulness & relaxation, experiential education (teenage depression, addiction, trauma, anxiety, and etc.), explosure therapy (public speaking anxiety, school anxiety, social anxiety, fear of height, and etc. ).