

公共論壇 - 研究生活與心理健康

您覺得研究卡關好久，看不到隧道的盡頭嗎？

您覺得壓力好大，腦袋轉個不停，常常失眠嗎？

您知道台灣憂鬱症患者已經達到 9%，而他們就在您身旁嗎？

現代人在忙碌的生活中，如何察覺心理健康發出的警訊？

本論壇將請專家們分享如何平衡研究生活，並正視心理健康問題。

(the forum will be presented in Chinese only)

2024/1/26 議程 (地點：國立中央大學 健雄館 2F S4-209)

14:00~14:08	開場與論壇議題簡介 張之威 (物理學會公共事務委員會 召集人)
14:08~14:10	主持人介紹吳佳儀理事長
14:10~14:35	吳佳儀理事長演講
14:35~14:40	主持人介紹詹雅雯教授
14:40~15:05	詹雅雯教授演講
15:05~15:10	休息
15:10~15:55	座談 (吳佳儀理事長、詹雅雯教授、陳宣毅教授、王道維教授、公共事務委員、現場聽眾)

演講者與座談人介紹

			
吳佳儀理事長	詹雅雯教授	陳宣毅教授	王道維教授
吳教授為台大護理系教授，目前亦擔任台灣憂鬱症防治協會理事長。為精神衛生護理專家，對於推動憂鬱症與自殺防治不遺餘力。	詹教授為中原大學心理系助理教授，並兼任中原大學附設冠英心理治療所與臺北醫學大學附設醫院臨床心理師。專長為壓力與睡眠管理。	陳教授是中央大學物理系教授並曾擔任諮商輔導中心主任、副學務長。目前亦擔任CJP學刊總編，熱心服務於公共事務。	王教授是清華大學物理系教授，目前亦擔任諮商中心主任、物理學會公共事務委員。對於許多公共事務議題積極發聲。