**教師嗓音保健 專題演講**

**講員: 盛華 教授**

**亞洲大學聽力暨語言治療學系**

**緣起**

教師因長時間大聲說話、發聲方式不正確、環境噪音、工作壓力等原因，容易有嗓音問題。研究發現約35%教師有嗓音問題，是一般民眾的2-3倍。嗓音問題會造成教師嗓音沙啞、發聲吃力、喉嚨乾燥、喉嚨疼痛等，甚至引起發聲功能過度、聲帶節結、慢性聲帶炎等喉部病症。嗓音問題會對教師的身體、教學、生涯規劃、溝通能力、社交互動、及情緒狀態產生負面影響。國內外學者發現，教師若接受完整的嗓音照護課程訓練，可以建立正確的發聲習慣、早期發現嗓音症狀、減少嗓音問題發生、並因而維護嗓音健康。這些結果能提升教師的教學成效與生活品質、延長職業壽命、並減少醫療成本等，是一個 cost-effective 的方法。

**教學目標**

提供教師一套適合國人的「教師嗓音照護課程」，內容包括嗓音衛生教育以及共鳴嗓音訓練。期望於課後能增進老師的嗓音照護知識、了解正確的發聲方式、早期發現嗓音症狀並尋求醫療協助、減少嗓音問題、提升教學效率、以及促進生活品質。

**日期:**106年4月14日 下午2點到4點;

**地點:**本校綜合大樓6F 活化學習中心(後棟)

**授課內容**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **時間** | **主題** | **授課方式** |
| **2:00-3:00** | **教師嗓音問題的危險因子** | **講授** |
| **3:00-4:00** | **預防性嗓音保健課程** | **示範及實作** |