

111 學年度第一學期諮商輔導暨職涯發展中心活動成效表

教師輔導講座					
場次	講題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	<p>自殺防治 大學生自殺與自傷行為之探究與因應 111/08/18(四) 13:30-15:30 線上 TEAMS 進行</p>	<p>更了解自殺防治守門人的重要概念、如何辨識自殺高風險的徵兆及可運用的資源與因應策略。</p>	<p>9成5以上的參與人員感到能加深對自殺防治守門人的概念，以及了解可以如何辨識與因應高風險學生的需要。</p>	<p>因線上辦理，講師的設備與網路可在測試時再次確認，包含網速、影片播放、要連結的網站等，避免當天活動因設備狀況影響活動進行。</p>	<p>全校教師 /227人</p>
2	<p>解碼數位性別暴力 111/9/21(三)13:20-15:00 明明樓 AI 教室</p>	<p>如何使用網路防止自己受到侵害，避開網路性別暴力和危險，做一個聰明使用者。</p>	<p>8成9以上的參與人員對數位性別暴力有更多的認識和防範。</p>	<p>建議能多一點實際案例的分享和數位的操作，讓我們更能感同身受。</p>	<p>全校教師 /57人</p>
3	<p>『泛自閉症學生的溝通、輔導與班級經營策略』 111/09/29 (四) 13:00-15:00 線上 teams 進行</p>	<p>學習如何在教學中，提升與泛自閉症學生的關係建立與提升情境調適能力，提升泛自閉症學生的融合，並達到有效的班級經營策略。</p>	<p>有9成的參與人員表示從老師分享的互動案例中，認識其行為的背後可能忽略到這些自閉症學生所要表現的動機。</p>	<p>1. 線上 teams 研習，有時會因為網路訊號關係，講師聲音會變小聲，畫面比較慢。 2. 軟體選擇部分學生建議用 google meet，不然有些人會看不到聊天按鈕。</p>	<p>全校教師 /119人</p>
4	<p>「來張走出憂谷的地圖」 111/10/12(三)13:20-15:00 明明樓 AI 教室</p>	<p>面對憂鬱情緒，我們也能為自繪製一張地圖，幫助自己走出生命的憂谷。</p>	<p>8成8以上的參與人員對如何回應憂鬱症獲得更多的技巧和能力。</p>	<p>建議可帶入實際操作練習，讓老師們能更熟悉回應憂鬱症的技巧。</p>	<p>全校教師 /50人</p>
5	<p>自殺防治 成為學生的心靈捕手 111/10/19(三) 13:20-15:00 明明樓 AI 創客教室</p>	<p>師生短暫相聚，成為彼此生命某一時刻的相會、支持者，學習成為守門人的知識、態度與互動技巧。</p>	<p>9成以上的參與人員表示能加深對自殺防治守門人的概念與知識，以及了解可以如何辨識與運用策略協助身邊需要關心的人。</p>	<p>教師到場人數與教室空間、媒材擺設可以做些調整，以利上課空間與活動進行時能較為從容。</p>	<p>全校教師 /47人</p>
6	<p>「岔路：愛·吵架」 111/10/25(二)13:20-15:00 宗山樓 2F 會議室</p>	<p>吵架也可以表達真實的感受與想法，如何在面對親密的人，也能有效溝通而不會傷害到愛。</p>	<p>8成9以上的參與人員對如何在親密關係中安心溝通有更進一步的理解。</p>	<p>分享內容稍嫌太淺，可再多分享親密關係中衝突和好的心理作用或機轉。</p>	<p>全校教師 /28人</p>
7	<p>特教知能研習 談身障畢業生的職涯發展，為未來而教—身障學生畢業後都去哪兒了？</p>	<p>針對身心障礙學生畢業後的求職困境，分享可行的解決方式及能運用的相關資源，讓老師能在</p>	<p>九成以上的參與人員認為可以增進對身心障礙學生職涯發展的瞭解，提升自己輔導身障生就業的能力與</p>	<p>因與另一個教師輔導知能講座同時辦理，老師表示很可惜只能二擇一，因講座安排需尊重講師方便</p>	<p>全校教職員 /38人</p>

	111/11/23(三)13:20-15:00	學生未來的就業路上，助他一臂之力。	信心。	的時間，但未來爭取在可能範圍內儘量將講座時間錯開。	
8	「動心起念出發吧」 111/11/23(三)13:20-15:00 明明樓 AI 教室	藉由動物牌卡隱喻投射內心，進而調節情緒，引發正念。	約 8 成的參與人員反應確實能透過牌卡體驗，投射練習引發正念。	有老師覺得講師分享體驗的帶領和引導內容過淺，且較空泛，建議情緒分類和命名時可以給參考詞彙。	全校教職員 20 人
9	性平教育 這真的不算愛-從跟蹤騷擾法看情感教育 111/11/30(三)13:20-15:00 明明樓 AI 應用教室	跟騷法與導致相關情感議題講授及實務經驗分享	九成五以上的參與人員表示，透過講師的講授和實務經驗分享，了解跟騷法的類型與刑責；透過依附理論觀點，對於輔導學生有實質上的幫助。	由於參加的人數較多，AI 教室的桌椅必須挪動，建議後續辦理教師場時使用大一點的空間。	全校教職員 41 人
10	《你需要的是休息，而不是放棄》 讀書會 111/11/24(四) 13:20-16:00 明明樓 AI 創客教室	藉由導讀《你需要的是休息，而不是放棄 / 親子天下出版》這本書，講師分享自身經驗，並針對提問，相互交流與討論。	9 成以上的參與人員感覺到收穫，對與心理學的相關資訊更為了解。	研習內容豐富多元，因受限時間因素，使得很多心理學的概念無法一一說明清楚，練習的部分也能再多一些時間。	全校教職員 18 人

教師體驗工作坊

場次	講題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 / 人數
1	生命的焦距 111/10/4(二)13:20-15:00 明明樓 AI 教室	凝視神態、生活的樣貌與生令角度在鏡頭的捕捉與呈現下，引領我們體驗萬物所帶來的驚艷和對生命的珍惜。	9 成以上的參與人員對於學習運用鏡頭看見不同生命的視野和運用構圖讓影響更活潑有豐富的收穫。	講師帶入生命省思的部分較少，但收穫很豐盛。	全校教師 / 30 人
2	創造自己療癒花園 -微景觀生態瓶 111/10/5(三)13:20-15:00 明明樓 AI 教室	在手作水生苔癭的綠林世界中，找到療育與呵護自己的內在力量。	9 成 2 以上的參與人員對手作生態瓶工作坊體驗感到非常滿意，對成品也很喜愛。	水生苔蘚植物照顧不易，除了陽光之外，老師可以在手作時多傳授一些照顧秘訣。	全校教師 / 28 人
3	打造天然防禦力 -護膚乳與薰衣草精油酒精 111/10/13(四)13:20-15:00 明明樓 AI 教室	手作體驗純天然「護膚乳」和「薰衣草精油酒精」舒緩緊繃神經，貼身的照顧呵護自己。	9 成 3 以上參與人員對護膚乳和精油酒精的製作過程與氛圍感到療癒。	精油酒精味道十分怡人，但在配方比例上老師可以再多說明一點。	全校教師 / 26 人

4	樂嚐酒酒：品味葡萄酒的世界 111/10/18(二)13:20-15:00 保齡球館 2F 飲務教室	體驗葡萄酒帶來的樂趣，從體驗品酒禮儀開始，享受葡萄酒所帶來的迷人放鬆世界。	9成2以上參與人員對講師講解和透過體驗品嚐感到滿意。	講師講述很多酒標辨識、酒莊，都是比較難以感同身受的，建議這部分可減少一點。	全校教師 /21人
5	拒絕傷害保護自己 -醫護防身術 111/10/27(四)13:20-15:00 大舞蹈教室	處理校園危機事件的程中，如何在「自保」的前提下協助學生，學習面對校園暴力事件時具備保護自己的能力並讓自己安全。	9成以上的參與人員對醫護防身術有更多的認識，透過實作也更有真實感。	希望老師可以再多講些真實案例，讓我們可以有心理預備可能遇到的暴力狀況。	全校教師 /20人
6	「和諧粉彩」藝術中彩繪療癒人心 111/11/17(四)13:20-16:00 明明樓 AI 教室	短暫的自我時光、放下「老師」身分衣裳，在指尖紛彩藝術中體驗眼到、手到、心到的療癒時刻	9成5以上的參與人員感到能從中體會到專注於當下的舒壓並整理自己的內在狀態，使大腦休息片刻。	在彩繪工具上的擺設可以在事前先擺設好，協助學員在課堂中能專注於老師的示範，在繪畫中能更順暢進行。	全校教師 /22人

學生心理講座

場次	講題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	【軟能力認證 B-2-12】 自殺防治 成為關懷種子員的攻略守則 111/10/05 (三) 13:10-15:00 宗山樓二樓 大會議室	增進學生同儕關懷技巧與危機辨識能力。了解校內心理健康資源及求助、轉借管道。	9成以上的參與學生感到能加深對自殺防治守門人的概念與知識，以及了解可以如何辨識與運用策略協助身邊需要關心的人。	講師因健康因素，無法前往現場，因此轉變為線上進行，少了些面對面互動、討論與實際演練的機會。	全校學生 /35人
2	【軟能力認證 B-2-12】 自殺防治 黑夜裡的微光-談自我照顧與情緒因應 111/10/26 (三) 13:10-15:00 宗山樓二樓 大會議室	增進學生對自我身心狀態的覺察，瞭解面對挫折、負面經驗時能夠如何調適壓力和情緒。	9成以上的參與學生感到能加深對自殺防治守門人的概念與知識，並了解自我照顧與情緒因應的重要性及增加自己可實際運用的方法。	有些學生姍姍來遲，影響講座進行，建議下次講座可再次提醒並告知學員參與講座的原則，若違反則不給予認證等。	全校學生 /26人
3	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 速讀與超速學習力 111/10/05(三)13:10-15:00 明明樓 AI 創客教室	透過學習金字塔重新奠定學習基礎方式，並藉英國托尼伯贊速讀法帶領學生重新建構與領略閱讀心法、技法等綜合運用。	9成學生表示透過講座能協助瞭解速讀的技巧與抓取重點的方法，提升大腦學習機能與效率。	有行前提醒參與學生自備一本書來體驗，實際帶書前來的學生只有2-3位，建議承辦人可以自備幾本現場使用。	全校學生 /25人

4	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 自我知識管理學習力 111/10/12(三)13:10-15:00 明明樓 AI 創客教室	講述知識管理的定義，執行時的流程與三種方，在學習當中如何實際應用，提供有效的知識分類方法。	9 成學生表示透過講座能協助瞭解管理的思維、找資料的能力及運用技巧提升注意力，擴大舒適圈替代跳脫舒適圈。	講師授課風格互動多，能引導學生更投入其中，透過影片分享，使學生能有所思維啟發，進而使其對學習有更多元的方式與心態。	全校學生 /20 人
5	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 曼陀羅思維筆記術 111/10/19(三)13:10-15:00 明明樓 AI 應用教室	從介紹曼陀羅思維術開始，教授各領域運用之曼陀羅套版，以培養各領域解決問題能力與全面思維力。	9 成學生表示透過講座能協助利用曼陀羅思維來規畫目標及清楚有效的執行方向。	講座內容實用，講師授課風格精采有活力，實際操作與即時回饋，對學生的幫助大，參與學生期待能多邀請該位講師講授學習相關課程。	全校學生 /12 人
6	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 高效時間管理 111/11/02(三)13:10-15:00 明明樓 AI 創客教室	討論如何做好時間管理的干擾排除、建立時間管理的重要性排序以及強化時間管理的小技巧。	9 成學生表示透過講座能協助瞭解事情做輕重緩急的分類、以及建立時間管理的簡單小技巧，以及排除干擾的因素。	講師提供學生正確時間管理概念以及隨手可使用的技巧，與學生互動高，使學生參與度提升，對學生有相當大的幫助。	全校學生 /19 人
7	【軟能力認證 B-2-12】 面對情緒風暴，給自己一個優雅的轉身 111/11/09(三)13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室	分享面對壓力、負面情緒的原則和方式，可以如何照顧自己的身心狀態。	8 成 5 以上參與學生了解身心壓力的徵兆與負面情緒調節的策略。	學生對於放鬆體驗的活動普遍反應很好，未來或許可再邀請講師前來帶領像是憂鬱、無力等特定情緒主題探索的工作坊。	全校學生 /22 人
8	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 打造個人品牌思維力 111/11/11(五)13:10-15:00 明明樓 AI 創客教室	講述品牌的思維與價值，以及如何運用個人品牌的架構做經驗知識整理與問題解決，學習建立個人品牌以作為知識複利。	9 成學生表示透過講座能瞭解品牌核心的重要性，透過思考品牌的價值與影響力，引導學生從自身品牌開始建立，進而運用在學業及工作當中。	講師演講風格生動、有趣，參與學生課堂中鮮少低頭划手機，皆認真的傾聽講師分享以及即時與講師對話分享，未來可再邀請該位講師分享其他主題。	全校學生 /18 人
9	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 拖拖拉拉向前走! 111/11/23(三)13:10-15:00 明明樓 AI 創客教室	討論拖延者的心理狀態與形成因素，引導覺察拖延所帶來的好處和影響，學習與拖延相處的方法。	9 成學生表示透過講座能了解拖延症狀的內在心理衝突，並透過聆聽他人拖延到自律的故事，提升學生想改善拖延的動機以及用正向眼光看待拖延。	講師透過自身拖延經驗分享，啟發學生思考連結自身經驗，高度提升學生專注力與參與力，建議未來可尋找以生命經驗分享、與學生互動多的講師。	全校學生 /23 人
10	【軟能力認證 B-2-12】 特教知能研習 談身障畢業生就業路，為未來而學—畢業後學長姐都去哪兒了? 111/11/23(三)15:10-16:30	藉由案例分享的方式，增進學生對職涯發展及身障生畢業流向之了解，激勵學生思考自己未來的方向，做好求職準備。	8 成 7 以上的學生對講座表示具啟發性，可提升學習興趣，並激發思考。	參與講座的一般生人數多於身障生，未來應加強宣導，鼓勵身障生踴躍參加。	全校學生 /21 人

11	【軟能力認證 B-2-5】 性平教育 從我到我們—談親密關係溝通、 恐怖情人與跟騷法 111/12/7(三) 13:10-15:00 明明樓 AI 應用教室	透過講座的分享，如何在親密關係中流暢地溝通、分辨恐怖情人及瞭解今年剛上路的跟騷法如何影響著我們的生活。	9 成以上學生表示，透過講師的講授和實務經驗分享，對跟騷法有全面的了解和認識，並且更懂得人際界限的拿捏與處理。	跟騷法有關法律的內容較生硬，學生較難體會，建議以後多運用與學生相關的例子做說明，以增加學生重視跟騷法與自身的相關性。	全校學生 33 人
12	【軟能力認證 B-2-12】 來張走出憂谷的地圖 111/10/19(三)13:10-15:30 宗山樓 2 樓 大會議室	透過講者的專業實務經驗分享憂鬱的自我評估和「自我療癒」。	9 成以上的參與學生表示能幫助自己更了解憂鬱症，也學習到如何辨識憂鬱的相關症狀，以利進行後續的自我照顧與求助。	參與學生對於憂鬱症有更深入的了解，期待未來能再辦理類似議題型態的講座。	全校學生 /11 人
13	【軟能力認證 B-2-12】 岔路：愛·吵架 111/10/25(二)15:10-17:30 宗山樓 2 樓 大會議室	吵架也可以表達真實的感受與想法，如何在面對親密的家人，即使情緒不佳，也能有效溝通而不會傷害到愛。	雖然報名的同學僅少數有來參加，但因此讓參與學生與講者充分進行討論、互動，能協助生活中正遭遇「岔路」的學生來說，是指引的明確方向。	講座辦理時間為星期二，有部分學生反應對此議題有興趣，但該時間要上課，建議未來辦理講座仍以星期三較佳。	全校學生 /4 人
14	【軟能力認證 B-2-12】 動心起念出發吧 111/11/23(三)15:10-17:30 智慧科技館 1 樓 AI 應用教室	利用「動物情緒療癒卡」，從動物隱喻投射內心剖析情緒來由、釐清所欲所惡而安撫自我，進而調節情緒，引發正念，實現自己理想的生命樣態。	雖然參加人數較少，但因為本活動旨在情緒解析，所以講師可以更加細緻的引導學生覺察個人的情緒，並針對負向情緒、悲觀意念進行梳理與詮釋，找到讓自我能稍加安適的位置。	學生反應下午 3 點辦理此一活動，此時段不利於安排行程，建議日後可調整時間。	全校學生 4 人

學生職涯講座

場次	講題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	瘟疫危機-談職場領導與合作協調力 111/9/14(三)13:00-15:00 宗山樓 2 樓諮商大會議室	透過測驗找到專屬天賦來妥善發揮，並透過團隊合作的方式，從四大疫情病毒的深淵裡解救，體驗領導合作協調力。	約 9 成 2 的學生透過講座能瞭解人際關係建立關鍵四階段並透過信任來建立 ABCD 法則。	講師藉由一開始的牌卡遊戲帶入玩家體驗去瞭解團隊合作的重要性，部份同學比較晚入場無法完整體驗整個過程，建議可再次邀請。	全校學生 /38 人
2	讓你成為時間管理大師-桌遊體驗 111/9/14(三)15:00-17:00 宗山樓 2 樓諮商大會議室	透過桌遊了解目標與時間重要性，進而對於自己的生涯有所規劃。	約 9 成 1 的學生透過講座的分享，瞭解成功人士的七大價值，目標管理與職場運用。	講座內容生動豐富，搭配桌遊情境與學生互動、多元素材來讓學生更容易進入主題，很充實，建議可再次邀請。	全校學生 /36 人

3	運動休閒出路與職涯發展 111/9/27(二)10:00-12:00 運管系 1 樓多媒體教室	念運動休閒管理系的學生除了做國手，畢業能幹嘛？透過老師的觀察與觀察現有產業的經營生態，帶給學生不一樣的視野。	9 成以上的學生認為講座內容透過老師的觀察現有運動產業的經營生態，能帶給他們不一樣的視野。	講師帶來的演講內容生動豐富，從其雙重身份(運動教練兼營養師)的專業，更能說服如何有效運動，建議下次可邀請帶來更專業的運動營養課程。	運管系學生/46 人
4	【軟能力認證 B-2-13】 九宮格幸福百日計畫 111/10/19(三)13:00-15:00 賈桃樂明新分館	運用曼陀羅九宮格思考法，做好未來人生目標管理，打造專屬個人幸福行動計畫。	9 成以上學生透過課程認識曼陀羅九宮格思考法，願意試著運用方法來規畫自己的生活、課業與其它生活。	少部分學生晚進場館未能即時參與小組討論，未來可先與講師確認分組的規劃，讓後參與的同學能有分組上的調整或其它彈性安排。	全校學生 /17 人
5	【軟能力認證 B-2-13】 學習賦能與建立自信 111/10/19(三)15:00-17:00 賈桃樂明新分館	透過職能盤點卡盤點優弱勢能力，再加上學習策略卡具體在規劃增能方案，進而有效提升賦能、建立自信。	9 成以上的學生透過職能盤點卡檢視自己的優弱勢能力，並在講師的鼓勵之下在小組進行當中勇於發言表達自己的想法與感受。	少部分學生在分組進行中顯稍被動與安靜，未來可針對分組方式先與講師進行溝通並調整帶領，讓參與的成員不受分組影響亦能順利進行。	全校學生 /17 人
6	【軟能力認證 B-2-13】 活出不煩，做自己情緒的聰明人 111/10/26(三)15:00-17:00 宗山樓 2 樓大會議室	學會適時為自己療傷，提升對生命與工作的韌性，學習自我探索並重拾內心的平靜，從興趣到專業，工作時不再心累。	9 成以上同學透過課程練習感受自己的情緒變化並思考如何找到方法接住自己的情緒，並從中探索與認識自己。	課程進行中需要分組討論，少數同學較為安靜、害羞或不善於表達，會有落單的狀況，未來可與講師先行確認課程進行方式，並協助分組，以增加學生參與活動的積極度。	全校學生 /32 人
7	【軟能力認證 B-2-13】 不要再寫一份說不出口的履歷 111/11/9(三)13:00-15:00 賈桃樂明新分館	拋棄從學校時養成的那套剪剪貼貼的報告作法，學習如何把網路上說的套用到自己身上，完成一份屬於自己的履歷。	8 成 5 以上學生透過課程願意開始練習撰寫履歷，並檢視自己的優勢項目成為自己履歷展現的亮點。	參與學生為全校學生，未來擬規劃履歷自傳課程設定為大三或大四或參與職場實習的學生，透過實戰撰寫履歷與逐一檢視修正亦能增加	全校學生 17 人
8	【軟能力認證 B-2-13】 打動人心的高效溝通術 111/11/9(三)15:00-17:00 賈桃樂明新分館	了解阻礙溝通的三個關鍵要點，掌握有效的溝通步驟，想要精準的維持好關係帶領你必須要掌握到手的溝通技巧。	9 成以上學生能透過講師分享影片辨識對話當中所要傳達與正確接受到語言、文字資訊。	建議未來可再思考以溝通練習的內容加以安排規劃。	全校學生 18 人
9	【軟能力認證 B-2-13】 斜槓我的人生 111/11/16(三)15:00-17:00 宗山樓 2 樓大會議室	本講座透過老師帶領，協助同學自我探索，學習運用自身專業和才能，經營多職人生。	9 成以上學生認識斜槓的定義，從認識自己與探索興趣當中發展多元職業類別。	未來可再針對各類型講題提供更為具體的工作與商業模式，讓即將踏進職場的新鮮人能有更多元的職涯選擇性。	全校學生 14 人

10	【軟能力認證 B-2-13】 職場面試穿搭大全 111/11/23(三)13:00-15:00 宗山樓 2 樓大會議室	認識 10 大面試穿搭法則與禁忌；面試服裝上的選色技巧，學習穿搭服裝的原則，讓面試加分。	當天參與人數雖少，但能從參與的成員，逐一分享各科系未來的職業工作角色所需配搭的服裝與妝容，加深多元職類的認識。	因礙於時間有限，僅由講師介紹基本彩妝的內容及如何運用，未能以分小組方式進行妝容練習，建議可再規劃課程內容與增加實地練習的機會。	全校學生 13 人
11	【軟能力認證 B-2-13】 職場禮儀，要從別人看不見的地方練習! 111/11/23(三)15:00-17:00 宗山樓 2 樓大會議室	認識職場禮儀，並學習讓你在職場發光的職場應對技巧以及練習從小事著眼的刻意練習方式。	當天參與人數雖少，講師以各種職場情境角色扮演方式讓學生模擬其中，嘗試以第三者的角色去辨識職場上常見的 NG 行為，避開職場的地雷區。	整場講座互動關係良好，未來可再規劃與邀請授予職場議題等相關講座。	全校學生 12 人

競賽、體驗活動

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	「遠距教學的迫降」徵文活動 111/09/21-111/10/21 線上徵文	徵求學生分享在疫 情期間，學校上課方 式從實體授課轉換 成遠距教學，在學 習上受到什麼影響， 以及此經驗對自己 產生的新覺察與發 現。	能從學生角度瞭解 遠距教學後的經驗， 發現學生對自我學 習品質的期待、自 我約束力、交通便 利性與遠距教學方 式之相關因人而異， 但大部分學生仍希 望能夠實體授課， 包含問答即時、實 際人際互動的溫度 交流等因素。	透過校園各處張貼 海報、誠品禮券、 進班宣導吸引學生 投稿，這次主題發 揮性高，扣緊疫情 下的遠距教學議題， 藉此瞭解學生的心 聲。	全校學生 /98 人
2	【軟能力認證 B-3-6】 「無人知曉的日子」心理衛生週 111/10/25(二)-10/27(四)12:00-14:00 明光樓 1 樓廣場、賈桃樂明新分館	透過趣味闖關活 動，傳達自殺防治 相關概念，包含身 心狀態檢測、同儕 關懷、危機辨識與 心理資源認識。	9 成以上的學生表 示闖關活動很有趣， 也更了解憂鬱、自 殺相關議題，並且 反思個人的生命意 義。	擺攤其中一個關 卡體驗時間較長， 導致人潮擁塞，該 關卡可多準備幾份 材料給學生能同時 進行。	全校學生 /142 人
3	【軟能力認證 B-2-3】 「遇見美好的自己」徵文活動 111/10/17-111/11/11 線上徵文	透過文字的描述 方式讓別人來認識 自己，依據個人的 實際經歷與成長背 景過程，模擬一份 求職履歷表以及所 需撰寫自傳內容。	8 成以上學生表 示透過撰寫自傳方 式能認識到自己， 也能檢視自己的成 長背景與思考未來 自己想朝向的生涯 方向。	因徵文宣傳不足， 導致參與人數不盡 理想，未來可在校 園內公布欄位或學 生常聚集的場域當 中張貼海報訊息， 吸引學生能主動報 名參加。	全校學生 /31 人
4	「賈桃樂明新分館-導覽體驗」 111/10-111/12 每週三 12:00-13:00 賈桃樂明新分館(明光樓 1 樓)	帶領大家來逐一 體驗賈桃樂分館的 設施設備，學習面 試技巧	9 成以上同學表 示館內設施設備新 穎、氛圍非常明亮 舒適，透	持續於班級輔導、 系導師相關公開活 動中進行宣傳，增 加場館	全校學生 /78 人

		巧、認識自己的九型人格特質。	人臉辨識能測試自己的人格特質與適合職場角色感到新鮮有趣。	的曝光程度。	
--	--	----------------	------------------------------	--------	--

學生工作坊

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	【軟能力認證 B-3-7】 與情緒共舞~馬賽克拼貼杯墊工作坊 111/10/14(五) 13:10-16:00 宗山樓 2 樓大會議室	帶領學生馬賽克拼貼過程中，覺察自身情緒，將內在狀態轉化並呈現於創作。	9 成以上參與學生創作的過程中能更貼近自己，也更了解自己最近的心情。	因活動性質，事前材料準備較為繁複，可多預留一點時間場佈和場復。	全校學生 /11 人
2	【軟能力認證 B-2-5】 性平教育 解碼數位性別暴力-怪獸解體公司桌遊 111/11/09(三)13:00-16:00 明明樓 AI 創客教室	運用邊邊女力協會設計之怪獸解體公司桌遊進行數位性別暴力的概念講解。	9 成 5 以上的學生表示，透過桌遊的方式及講師 PPT 講授，能夠清楚認識數位性別暴力的知識，以及如何防治數位性別暴力的發生，保護自己也保護他人。	運用桌遊的方式講授課程，有趣且容易理解，課程中學生的投入和專注力提高許多，未來辦理活動能以此方向做為參考。	全校學生 7 人
3	【軟能力認證 B-3-7】 守護愛從「小」練習工作坊 111/11/30(三)13:10-16:30 宗山樓 2 樓 大會議室	本工作坊練習從一個「簡單純粹的關係」展開，透過與小動物的關係連結，練習愛與守護。	9 成以上學生能透過活動練習愛與守護，進而延伸建立正向關係連結，發展與他人的良好互動。	活動當日助理講師胖醬似乎仍因為覺得人多，而有些焦躁，在進行互動時學生會需要更多的耐心，其實這樣臨場的意外反而能呈現最真實的互動樣態。	全校學生 15 人
4	【軟能力認證 B-3-7】 「牌」出你專屬的職涯未來工作坊 111/11/30(三)13:00-16:00 賈桃樂明新分館(明光樓一樓)	透過職涯牌卡學習如何有效規劃並展現職涯性格優勢，協助個人職涯目標規劃。	9 成以上學生表示透過牌卡工作坊認識自己的興趣與未來想朝向的職涯方向，提前規劃做好準備。	講師說明方式清晰，現場學生能立即反應牌卡解析的問題及回饋，未來能再規畫此類活動，讓未接觸的學生能有機會體驗。	全校學生 15 人
5	【軟能力認證 B-3-7】 馬雅&精油香氣調頻，我看見自己工作坊 111/12/14(三)13:00-16:00 賈桃樂明新分館(明光樓一樓)	透過精油香氛，開啟大家感官的連結，調整自己的頻率，讓一切回歸最純粹的直覺感受，重新審視與詮釋對環境的認知。	8 成以上的學生表示透過講師的帶領，找到自己與家族印記與了解自己有哪些特質，並透過精油香氛調配成自己專屬的能量膏，練習從生活細節上增強自己的正向能量。	當天活動系統報名顯示為額滿，但仍有學生報名後未到的情形，未來將視報名情形預留 2-3 位候補名單，待釋出名額後由候補同學得以參加。	全校學生 24 人

【軟能力認證 B-3-7】學生成長團體

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
----	----------	------	------	-------	---------

1	<p>【軟能力認證 B-3-7】 人際溝通自我探索團體 111/11/7~12/12(一)18:00-20:00 宗山樓 2 樓諮商中心內團諮室 (因人數不足而無法舉辦)</p>	<p>此團體協助成員覺察自己的溝通方式，探索自身的特質。讓成員建立適合自己的人際互動模式。</p>	<p>未辦理</p>	<p>因人數不足故不能舉辦該團體，所以預計未來設計團體會以此學校學生的興趣出發，設計更讓學生感興趣的團體，例如：愛情團體，能夠促進學生的參與動機。</p>	<p>全校學生 0 人</p>
2	<p>【軟能力認證 B-3-7】 我們一起浪跡「生涯」 111/11/8~12/13(二)18:00-20:00 宗山樓 2 樓諮商中心內團諮室</p>	<p>透過團體協助成員探索個人的價值觀，並覺察自身對於生涯的目標與期待，並鼓勵成員進行生涯探索行動，並在行動後，協助成員反思與覺察。</p>	<p>本次團體整體滿意度達 9 成，參與成員普遍對於整體團體設計、流程、個人體驗上給予相對優良的評價與肯定。另對生涯概念、生涯困境、個人優勢與生涯行動與實踐上都有充足的學習與體會。</p>	<p>預計未來設計團體會以此學校學生的興趣出發，設計更讓學生感興趣的團體，例如：愛情團體，能夠促進學生的參與動機及參與人數。</p>	<p>全校學生 4 人</p>

【軟能力認證 B-2-10】學生心理測驗

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	<p>團體心理測驗 1 我的人生量表 111/9/21(三) 13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室</p>	<p>藉由測驗了解個人正負向人生價值，並篩選具有自我傷害傾向的學生，減少自殺的產生。</p>	<p>8 成以上學生能了解測驗結果的意義，並能夠對於自己個性的優勢與劣勢亦能掌握。</p>	<p>日後能清楚說明計分原則，並能協助確認，以避免錯誤分析。</p>	<p>全校學生 /21 人</p>
2	<p>團體心理測驗 2 多元智能量表(丙式) 111/10/04(二)13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室</p>	<p>藉由測驗了解個人的優勢特質和弱勢特質，幫助個人在學習活動和生涯發展上作自我探索和適切規劃。</p>	<p>8 成以上學生對自我的狀態、學習活動的自我探索上有更多的了解，亦能從不同面向瞭解對自我的個人特質。</p>	<p>在報名系統上，周二下午活動的學生報名參加人數較少，或許可再評估測驗活動的舉辦時間</p>	<p>全校學生/5 人</p>
3	<p>團體心理測驗 2 我的人生量表 111/11/29(二)13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室</p>	<p>藉由測驗了解個人正負向人生價值，並篩選具有自我傷害傾向的學生，減少自殺的產生。</p>	<p>8 成以上學生能了解測驗結果的意義，並能夠對於自己個性的優勢與劣勢亦能掌握。</p>	<p>日後能清楚說明計分原則，並能協助確認，以避免錯誤分析。</p>	<p>全校學生/6 人</p>
4	<p>團體心理測驗 4 多元智能量表(丙式) 111/12/21(三) 13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室</p>	<p>藉由測驗了解個人的優勢特質和弱勢特質，幫助個人在學習活動和生涯發展上作自我探索和適切規劃。</p>	<p>8 成以上學生對自我的狀態、學習活動的自我探索上有更多的了解，亦能從不同面向瞭解對自我的個人特質。</p>	<p>日後能清楚說明計分原則，並能協助確認，以避免錯誤分析</p>	<p>全校學生 /17 人</p>
5	<p>111-1 個別心理測驗活動 111/09/05-112/01/05 個別預約 宗山樓 2 樓諮商辦公室</p>	<p>提供學生個別申請線上施作人際行為量表或生涯信念檢</p>	<p>8 成以上學生在參與活動後，能夠清楚了解自己的關係及</p>	<p>建議未來可以增加相關測驗數量的採購。</p>	<p>全校學生 /36 人</p>

		核表，並個別解釋測驗結果。	生涯困惑。		
--	--	---------------	-------	--	--

【配合-軟能力認證 B-2-0】Ucan 解析

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	Ucan 解析 1 111/10/18(二)12:00~13:00 宗山樓 2F 大會議室	本活動對象主要為提供大一(下)未參加班級輔導的學生，活動內容以分析 UCAN 結果及如何運用在個人生涯規劃為主。	9 成以上學生表示能擴展原本對於生涯規劃的想法、更能朝自己想要的生涯目標進行探索，有助於將生涯規劃的相關概念應用在生活中。	學生表示這次的活動讓收穫良多，希望日後可以多多辦理此類活動。	全校學生 9 人
2	Ucan 解析 2 111/12/13(二)12:00~13:00 宗山樓 2F 大會議室				全校學生 15 人

輔導股長培訓

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	人際溝通隱形的力量 111/10/12(三)13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室	分享 NLP 以及基本的同理傾聽與回應的概念，增進學生人際溝通技巧與人際敏感度。	約 9 成的參與學生更了解如何與人互動，學習觀察他人與同理心的技巧。	活動過程有多次分組討論的方式，學生有時會不確定講師討論的方向和問題而難以與他人互動，建議日後能先與講師討論進行方式。	輔導股長 /29 人

職涯諮詢、履歷健檢

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	【軟能力認證 B-2-13】 職涯諮詢、履歷健檢 (場次請見報名系統) 宗山樓 2 樓 職涯諮詢室	透過測驗、履歷健檢及模擬面試等一對一的職涯諮商服務，協助同學檢視個人職涯準備與職涯探索。	約 8 成以上的學生表示透過諮詢後對於未來的工作較有想法以及如何精進自己的專業能力。	該學期配合勞動部職涯諮詢時段有限，初次諮詢者以半小時初談為主，部分學生皆再次申請第二次進行諮詢，未來再視諮詢人數、需求等新增職涯諮詢時段。	全校學生 /53 人

資源教室活動

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	新生暨家長座談會議 111/7/16(四)11:00-12:00 賈桃樂明新分館	1. 說明資源教室工作內涵、輔導措施及身心障礙學生相關規定，提供相關建議及諮詢。 2. 藉由面對面的交流溝通，了解學生狀況。	九成學生與家長認同藉由面對面的交流溝通，能促進單位與家長的合作，以共同協助身心障礙學生在校學習及生活。	本次座談會搭配學校新生見面會執行，學校與我們都提供中餐，亦在同時段造成不同單位搶人的問	

		況及需求。		題，建議下次可以結合辦理單位共同辦理活動，亦或詳細瞭解學校整體提供哪些服務。	
2	開學同樂會(8月-10月) 111/09/15(四)12:00~13:10 資源教室	透過大一新生迎新暨慶生活動，讓新生認識同儕、相互了解，建立友誼關係，提升人際互動之能力，適應新生活。	8成4的學生對本次活動同儕間相互支持與協助，進而建構支持團體的力量。	因活動參與人數踴躍，用餐區空間不足，故開放會議空間供學生用餐。未來宜考量人數多寡，安排合適空間。	資源教室 師生/40人
3	身心障礙學生助理人員期初工作會議 111/09/19(一)12:00~13:10 宗山樓二樓大會議室	傳達資源教室「身心障礙學生助理人員」行政重要事項，以及工作過程中所提供的教學與生活協助之資源運用。	參與學生能了解對身心障礙學生之服務注意事項與教學原則，反映對日後的工作上助益良多	會議當天仍有部份學生遲到，以致會議時間稍有延遲，建議往後中午會議時間可以往後延10~15分，如表訂12:15~12:20開始，並在會議結束前再次提醒學生要準時。	助理人員、 工讀生/40人
4	學生期初會議 111/09/20(二) 12:10~13:00/17:30~18:30 宗山樓4樓會議室/資源教室	宣導學務處、諮商中心及資源教室之活動訊息，介紹可使用之特教資源，鼓勵學生擴展生活經驗，並協助學生在遭遇校園適應或學習問題時適當運用資源。	參與學生表示能了解資源教室活動之活動訊息及可使用之特教資源，並透過調查能掌握學生的需求。	因宗山樓會議場地借用流程變更，需要事先填寫借用日誌並確認好冷氣開放時間，未來宜儘早提出申請，使得在活動時間安排與流程規劃掌控上可以更精準。	資源教室 學生/80人
5/6	特教知能研習 教師場： 『泛自閉症學生的溝通、輔導與班級經營策略』 111/09/29(四) 13:00-15:00(線上研習) 學生場： 『嗨！你好！瞭解、尊重與接納泛自閉症同學』 111/09/29(四) 15:00-17:00(線上研習)	1 教師場：學習如何在教學中，提升與泛自閉症生的關係建立與提升情境調適能力，提升泛自閉症學生的融合，並達到有效的班級經營策略。 2. 學生場：不一樣，又怎樣？嗨！你好！透過此次研習，讓同學們瞭解、尊重與接納身旁的泛自閉症同儕。	有9成的師長對本次講座研習內容規劃感到滿意，從老師分享的互動案例中從行為的背後去認識可能忽略到這些自閉症學生所要表現的動機。	1. 線上 teams 研習，有時會因為網路訊號關係，講師聲音會變小聲，畫面比較慢。 2. 軟體選擇部分學生建議用 google meet，不然有些人會看不到聊天按鈕。	全校教職 員工/119 人； 全校學生 /21人
7	畢業生轉銜會議	協同就服單位，使身	講師不僅說明畢業學	講師介紹人力銀行網	資源教室

	111/10/26(三)13:10-15:00 管院 106 會議室	心障礙學生於生涯階段轉換時，了解可使用的求職資源，學習如何準備履歷資料，以獲得適當的生涯安置。	生就業需求概況，並針對履歷的製作和自傳的撰寫，提供實用的原則和具體的步驟，也給予建議及諮詢，以協助學生做好求職準備。	站上的資源，因學生手邊沒有電腦，無法同步，將來或可嘗試使用手機 App，或配合電腦教室之設備，亦可增加學生當場實作的時間來因應。	大四學生 /22 人
8	RUN RUN 鐵馬征道 111/11/05 (六)8:00~17:00 台中東豐自行車綠廊	藉由騎乘自行車與 GO KART 賽車體驗活動，走訪東豐自行車綠廊，讓身心靈獲得抒發與壓力釋放，盡情閱覽風景之美!	參與學生透過騎乘單車及賽車 GO KART 體驗，約九成的同學提高其敏覺力、觀察力及反應力，激發體能潛力，達到運動與休閒之效果，並從中獲得成就感。	當天活動皆按流程表順利執行，唯下午的時候天空不作美竟飄下細雨，所幸備有輕便雨衣。	資源教室 師生/30 人
9	「價值·導向人生」工作坊 111/11/16(三)13:10-15:40 賈桃樂明新分館	透過牌卡了解與釐清個人價值觀，明白自己真心認同的目標，實踐個人在乎的價值本身，就能湧出源源不絕的動力。	講師準備的內容豐富，透過分組方式讓組員互相分享，並嘗試讓學生走出群組與其他組員互動，以增進人際互動的機會。	活動報名及參與人數超過預期人數，建議日後可多辦理此一類型活動。	資教教室 學生/20 人
10	遊麗寶，瘋秋天 111/11/19(六)08:00~17:10 麗寶樂園	透過戶外教學體驗，調劑身心與抒緩課業壓力，並促進學生間的正向互動、增進情感交流，拓展人際關係。	參與的學生 8 成以上透過活動凝聚情感，拓展人際關係。	因園區太大，同學雖已進行分組，但部份同學想玩的不同，仍有落單現象，所幸在集合時間大家都有準時出現。	資源教室 師生/30 人
11	香氛蠟燭~祈願恩典 111/11/23(三)12:00~13:10 資源教室&賈桃樂明新分館	藉由感恩節，團聚分享感恩時刻，享受美味烤雞餐點，並透過手作 DIY 活動，藉由螢螢燭火，漫漫香氣，祈願感恩。	8 成 4 的學生表示透過手作 DIY 發揮創意，並讓人覺得很放鬆、抒壓。	手作 DIY 製作學生反應熱烈，未來編列費用可增加人數及預算。	資源教室 師生/30 人
12	祈願恩典感恩餐會 111/11/23(三)11:30-15:00 哈佛講堂	藉由規劃感恩節活動，搭建資源教室師生聯繫橋樑及互動機會，達到友善人際互動之目的。	9 成的老師收到手作 DIY 作品，皆能感受到學生心意，來用餐的老師能增加對資源教室的認識。	此次活動部份老師因公務無法參與改由學生代為製作香氛蠟燭於活動後親自送給老師以表達對老師的感謝之意。	教職員 25 人
13	特教知能研習 談身障畢業生就業路，為未來而學—畢業後學長姐都去哪兒了？ 111/11/23(三)15:10-16:30	藉由案例分享的方式，增進學生對職涯發展及身障生畢業流向之了解，激勵學生思考自己未來的方向，做好求職準備。	8 成 7 以上的學生對講座表示滿意，認為講座具啟發性，可提升學習興趣，並激發思考。	參與講座的一般生人數多於身障生，未來應加強宣導，鼓勵身障生踴躍參加。	全校學生 /21 人
14	學生聯合交流 111/11/21(一)11:50-13:10	藉由規劃學生聯合交流餐聚活動，增進	學生參與踴躍，9 成以上學生認為透過聯合	日後辦煮火鍋活動建議學生只放自己要吃	資源教室

	資源教室(欣雅、馨云)	個管老師與學生、學生間彼此互動的機會，相互支持與鼓勵，建立正向的互動關係。	交流分享活動，可以增進與同儕間的互動與連結，提升正向人際關係。	的量即可，以避免食材浪費。	師生/60人
15	「生命教育電影賞析」活動 111/11/29(二) 17:30~20:30 資源教室 身心障礙學生及其協助同學、輔導人員/20人	透過戶外活動，調劑身心，促進學生間的正向互動、增進情感交流，拓展人際關係。	80%學生透過活動，更能瞭解：每個人都值得被愛、被接納，往往是已擁有的小事，而不是忙碌一生的追求和慾望。	請假，索性有同學下課一起來參與。因場地受限部份同學需調整位置，下次若辦理相關活動擬以賈桃樂為主，投影及場地會讓同學觀看起來增加舒適度。	資源教室 師生/20人
16	生日我們一起過(11月~1月) 111/11/30(三)12:00~13:10 資源教室	透過慶生活動，認識同儕、相互了解，建立友誼關係，提升人際互動之能力。	9成以上學生認為透過慶生活動，可以凝聚資源教室學生們的情感，達到同儕間相互支持與協助，進而建構支持團體的力量。	有學生反應希望可以每個月一次的慶生活動，擬將學生建議納入下一學期活動規劃之考量。	資源教室 師生/40人
17	「和諧粉彩甜入你心」工作坊 111/11/30(三)13:20~16:30 資源教室	藉由不同媒材如藝術治療，提升學生的專注力、自我概念、壓力調適。	有8成以上參與同學能感受到療癒，放鬆人心，並藉由團體活動的安排，凝聚資源教室學生們的情感，活動內容充實且有趣。	原訂活動於11月30日舉辦，因承辦人員確診，因此延期至12月7日辦理，故活動時間安排上較為緊湊、時間益縮短，日後若有相關活動，建議可安排較長時間。	資源教室 學生/20人
18	匠師的故鄉-葵海休閒農場焗窯 111/12/03(六)08:00~17:00 葵海休閒農場	透過戶外教學享受農村體驗，更貼近大自然的焗土窯，食農體驗製作大甲芋頭酥、米食DIY，園區內一年四季栽培向日葵、蓮花池划船，到海邊河口生態教室體驗。	有8成以上的參與學生覺得活動有助於增進與同儕的互動機會，抒緩平時的課業及生活的壓力。	學生自然農場體驗要挖土，有些學生不喜歡而沒有參與此次體驗。日後宜先事先說明，以增加學生參與意願。	資源教室 師生/30人
19	「我的人生，我來玩」工作坊 111/12/7(三)13:10~15:40 賈桃樂明新分館	學習規劃盤點生涯現況與資源，透過桌遊體驗生涯抉擇與學習對生涯的影響，創造個人最佳生涯履歷。	學生參與熱烈超出預期，8成學生透過桌遊『體驗生涯歷程』與『把握關鍵資源』，面對逆境，翻轉人生。	活動同學參與度高，延長了半小時才結束，未來擬提前進行分組規劃，安排人員進行協助。	資源教室 學生/20人
20	學生聯合交流 111/12/7(三)12:00~13:30 九湯屋新豐店(建鈞)	提升身心障礙學生對資源教室的認識，創造彼此互動機會。	9成的學生認為透過聯合交流活動，可以增加與小家成員間的互動，建立人際關係，達到成員間相互支持與協助，進而建構小家成員間的向心	部份學生因有感冒症狀不想影響他人與習慣一個人用餐...等原因無法參與，造成出席率較低，期待未來疫情穩定後有更多學生參與。	資源教室 師生/24人

			力。		
21	身心障礙學生助理人員期末工作會議 111/12/12(一)12:00~13:10 宗山樓二樓大會議室	交流與分享資源教室「身心障礙學生助理人員」服務心得與建議事項，促進彼此間互相學習與經驗傳授。	9成助理人員透過會議對於工作的反思與回饋更佳完善，並對於未來在協助及相關規定更瞭解。	部份同學於時間內未參與會議，以於會後提供PPT，並請個管老師協助轉達相關訊息。	助理人員 工讀生/25人
22	學生聯合交流活動活動 111/12/13(三)12:00-13:30 小時厚牛排(雅鈴)	藉由規劃學生聯合交流餐聚活動，增進不同科系學生彼此互動的機會。	8成以上生參與學生能透過活動，增加我與同儕間的互動關係。	學生大多第四節跟第五節都有課，一年級有些同學都需要勞作服務，中午吃飯時間就變的很趕，以後安排活動時間可以再調整	資源教室 師生/20人
23	冬至團圓 寒冬送暖 111/12/14(三)12:00-14:00 資源教室	透過活動，認識同儕、相互了解，建立友誼關係，提升人際互動之能力，凝聚資源教室學生們的情感，建構團體支持力量。	9成5學生認為本次活動有助於增進與同儕之互動機會，能抒緩其課業及生活壓力，並表示未來願意繼續參加或推薦其他同學參加活動。	活動場地設在資源教室，學生感覺有親切感，但因疫情影響，少數學生對於有人未戴口罩裝盛食物的行為仍有疑慮，未來可增加宣導。	資源教室 師生/81人
24	聖誕有禮，手作幸福 111/12/21(三)12:00-16:00 賈桃樂明新分館	為促進校內身障生身心健康，享受節慶所賦予的歡樂及聯絡情誼。	8成以上學生透過聖誕節慶小活動，同學可以增加與他人的社交能力並感受到節慶喜悅，增進師生交流。	場地的部份因為沒有洗手台及製作上需要大量的清洗器具，以後有辦類似活動，需未來將提早尋找較合適的空間，以提供較佳的學習環境。	資源教室 師生/50人
25	學生聯合交流 111/12/22(四)11:50-13:10 資源教室(翠華)	提升身心障礙學生對資源教室的認識，創造彼此互動機會。	九成學生對整體服務表示滿意，認為本次活動有助於增進與同儕之正向互動，拓展人際關係，增進對資源教室的向心力。	原設計請身障生邀請其助理人員一同出席，趁著歲末進行感恩活動，但報名的協助同學仍在少數，未來可再加強邀請，讓身障生培養惜福的心態，並練習表達感謝。	資源教室 學生 20人

內部輔導專業研習

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	特教生的輔導實務與技巧 111/8/11(四)9:30-16:00 宗山樓2樓小會議室	研習增進了服務資教學生的輔導知能，也能透過講師引導充分討論目前自身輔導資教學生的困難，並研擬出相應的解決策略。	約有8成參與人員覺得研習能幫助自己了解身心障礙學生的輔導技巧，透過案例討論能以不同角度思考遇到的輔導工作困難和解決策略。	講師講述方式較為發散，較難以聚焦和引發輔導人員的反思與聯想。講師講述部分比例可再調高一些，原有準備的PPT內容也沒能完整分享，有	中心輔導 人員/21人

				些可惜。	
2	性議題諮商輔導之專業知能研討 與個案督導 111/8/25(四)	對於性議題諮商之處理更能有效擬定輔導策略及掌握各項資源之運用。	9 成以上的輔導人員認為的同仁表示透過研習能更清楚知道性諮商的理論架構，覺得自己較能掌握一些性諮商技巧。	性議題已逐漸在諮商的過程中出現，成為心理師不可避免的內涵，但可惜時間不夠充足，未來有機會可再安排進階或實務應用研討。	中心輔導人員/14 人
3	解碼數位性別暴力 111/09/21(三)	如何使用網路防止自己受到侵害，避開網路性別暴力和危險，做一個聰明使用者。	9 成以上的參與人員覺得研習能幫助自己更了解數位性別暴力的概念。	數位性別暴力越來越常在諮商的過程中出現，惟時間不夠充足，建議未來可再安排進階或實務應用研討。	中心輔導人員/17 人
4	EFT 情緒取向治療個案研討 111/11/3(四)13:30-16:30 宗山樓 2 樓小會議室	增進專業輔導人員個案概念化技巧，學習情緒焦點取向治療在輔導工作上的應用。	9 成以上的參與人員覺得研習能幫助自己更了解 EFT 情緒取向治療的觀點和實務技巧，增進自己的諮商實務知能。	由於時間和提案性質的限制，講師的分享層次著重在如何蒐集資訊，建議未來若再辦理 EFT 情緒取向主題，可舉辦較為進階的課程，將討論重點多放一些在處遇的部分。	中心輔導人員/20 人
5	「和諧粉彩」藝術中觀照自我 111/11/17(四)10:00-12:00 宗山樓二樓 大會議室	藉由講師引導與帶領和諧粉彩創作的過程，進一步自我觀察，同時觀照自我，增進學習，將助於往後與學生的輔導工作。	9 成以上的學員感覺到收穫，專注於當下、舒緩身心，並與個人內在狀態做結合，完成個人作品，增進輔導工作上的運用與自我觀照。	在時間安排上，可與講師討論多預留些時間，讓學員可彼此分享個人作品，可從互動分享中多一些回饋及不同的看見。	中心輔導人員/13 人
6	彩虹下的微光 - 跨性別與無性戀 111/12/26(一)10:00-13:00 宗山樓二樓小會議室	探討同志與多元性別諮商之專業準備、同性婚姻之後運動創傷與制度缺憾、跨越性別框架-跨性別者之處境與議題、性是否為必須，以了解無性戀的世界。	9 成以上同仁表示透過本研討會能提升對多元性別諮商的專業準備、瞭解跨性別者在社會中的處境與議題，並思考與認識無性戀者的世界。	隨著同婚法案通過後，多元性別族群的議題也逐漸延伸，需要更多看見與討論，透過理解、減少誤解共創友善的環境；對專輔人員而言，持續更新社會脈絡有助於個案工作品質。	中心輔導人員/16 人
7	三級預防輔導機制與實務研討 111/12/22(四)10:00-13:00 宗山樓 2 樓小會議室	認識三級預防輔導機制與實務的研討，協助專輔人員及資教人員更清楚其機制與運作。	9 成以上的參與人員覺得研習能幫助自己更了解三級預防輔導機制與運作。	講師內容豐富，除對三級預防輔導機制與實務的認識，也提供個案管理工作的內容及責任分工，但卻無法帶到後續的處理機制蠻令人惋惜的，以後可再舉辦相關議題	中心輔導人員/16 人

				的研討。	
補助大專校院辦理輔導工作計畫					
場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	「創傷知情於大專學生輔導實務工作中的運用」研討會 111/08/09(二)8:50-16:30 鴻超樓平面會議室	透過研討會啟發思考引導學習、有助增進工作相關知能技巧、對於個人學習收穫良多。	9 成以上的輔導人員表示有助增進工作相關知能技巧、有助於提升實務、行政或教學研究工作之創新。	建議講師能更聚焦在創傷知情的內涵與具體實踐方法。	北二區專輔人員/74 人
各項會議					
場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	新生暨家長座談會議 111/7/16(四)11:00-12:00 賈桃樂明新分館	1. 說明資源教室工作內涵、輔導措施及身心障礙學生相關規定，提供相關建議及諮詢。 2. 藉由面對面的交流溝通，了解學生狀況及需求。	9 成學生與家長認同藉由面對面的交流溝通，能促進單位與家長的合作，以共同協助身心障礙學生在校學習及生活。	本次座談會搭配學校新生見面會執行，學校與我們都提供中餐，亦在同時段造成不同單位搶人的問題，建議下次可以結合辦理單位共同辦理活動，亦或詳細瞭解學校整體提供哪些服務。	新生及家長/65 人
2	111-1 全校教師輔導知能研習 111/9/1(四)13:00-15:00 中正堂	分享分享創業之路，藉以提供教師們和學生職涯抉擇時的經驗分享，並藉經驗影響經驗，勉勵全校師生，提升導師們的輔導知能。	9 成 3 左右以上的教師表示專題講座的内容分享使其在專業輔導知能以及和學生談論生涯選擇上能有所增長。	參與老師反應難得請到企業界高階且成功創業的講師應多給一點講座時間，對於創業心路歷程與過程可以更加細膩的分享。	全校教師 /260 人
3	身障生導師會議 111/09/13(二)12:00~13:00 宗山樓二樓大會議室	介紹資源教室工作內涵，鼓勵導師主動善加運用各項資源，以協助班上身心障礙學生適應校園生活，並提高學習成效。	9 成老師透過會議的方式，宣導資源教室可使用之特教資源，使導師在處理身障生生活適應或學習問題時有資源可以運用	教師對身障生的定義以及取得身分的部分，仍有許多誤解，若有相關會議場合可多加宣導，提升教師輔導班上身障生的能力。	全校教師 /45 人
4	轉復學生座談會 111/09/22(四)12:00-13:00 宗山樓二樓大會議室	關懷轉、復學生促進其在校適應，宣達本校各項重要措施(教務、學務)及心理衛生相關資源，以利學生後續運用。	9 成學生對於諮商中心的服務及活動內容更瞭解、能夠瞭解自己目前的身心適應狀況、對於軟能力畢業門檻有更多的認識、	多數轉復學生未報名參與座談會，將於座談會後將相關資訊寄給學生，並在學生填寫大專心理健康測驗後，篩出需高關懷學	轉復學生 /40 人

			參加座談後有助於就學適應、更知道如何使用諮商中心的資源。	生，提供主動關懷。	
5	輔導股長期初會議 111/9/23(五)12:00-13:00 宗山樓二樓大會議室	說明輔導股長義務與權益，宣導諮商暨職涯中心輔導資源及班級輔導、心理衛生活動。	9 成以上的輔導股長更了解諮商中心的業務和活動，認識到諮商資源如何使用並轉介同學尋求協助，更了解輔導股長在班級扮演的角色和重要性。	多數輔導股長反應講解清楚，可方便使用line@群組與關鍵字自動回復功能查詢輔導股長相關資訊。	輔導股長 /60 人
6	輔導股長期中會議 111/11/11(五)12:00-13:00 宗山樓二樓大會議室	宣導同儕關懷技巧，安排各院系心理師與輔導股長互動，並促進輔導股長彼此間的交流。	8 成以上的輔導股長更了解如何扮演轉介者的角色和聆聽他人的技巧。	有許多輔導股長報名了卻未能出席，可多加強行前宣導，並請未能前來之輔導股長事前通知承辦人。	輔導股長 /40 人
7	特殊教育推行委員會會議 111/11/14(一)12:00-13:00 管理學院 106 會議室	審議112年度特殊教育計畫、教育部補助大專校院輔導及招收身心障礙學生工作計畫及112年度教育部補助大專校院推動身心障礙學生職涯輔導計畫經費申請案。	審議本校特殊教育計畫經費申請案，並規劃身障生職涯輔導方案，向教育部提出112年度補助經費申請，以提升身障生校園生活品質、學習成效及生涯發展。	議程資料的呈現未跟上校務變革，有些數字誤植或名稱錯誤，未來應注意及時更新，以確保資料的正確性。	特推會委員、諮商中心主任、資教老師/19人
8	系輔導老師工作會議 111/9/27(二)12:00-13:00 宗山樓二樓大會議室	為推廣本校諮商輔導暨職涯發展中心業務，提升輔導專業知能，交流彼此輔導經驗。	9 成以上的系輔導老師更了解轉介e化系統，且對UCAN測驗於學生學習成效衡量之應用有基本的認知，並給予熱烈的討論。	當日雖然有讓系輔導老師對UCAN測驗於學生學習成效衡量之應用有基本的認知，但受限時間影響，沒有進行更深入地探究。	系輔導老師、諮商暨職涯中心主任、老師 /38 人
9	系導師會議 111/11/2 (三)12:00-13:00 各系自行安排	透過學務資料的傳遞，使系所能更熟悉學務工作當前推動事項，並善加運用學務資源協助學生，另能夠運用此平台討論學生學習、生活與適應狀況。	9 成系導師對於學務工作當前推動事項更瞭解，亦知道如何做運用。	有部分科系系助理，為新任所以不清楚系導師會議的重要性，需加強宣導。	系導師、系主任、系教官及系助理/313 人
10	新生普測說明會 111/12/6(二)12:00-13:00 宗山樓二樓大會議室	導師能透過此會議了解如何辨識與協助高關懷學生，並	9 成導師了解如何辨識與協助高關懷學生。	當天有導師提問該如何與諮商中心合作、瞭解學生狀況，	各系導師、諮商暨職涯中心

		知曉諮商資源以提供後續輔導。		此部份透過當天會議有進行轉介關懷說明，後續應進行院系心理師與各班導師之間的連結，提升導師轉介及關懷的知能。	主任、老師 /47人
--	--	----------------	--	---	---------------

教師輔導講座					
場次	講題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	自殺防治 大學生自殺與自傷行為之探究與因應 111/08/18(四) 13:30-15:30 線上 TEAMS 進行	更了解自殺防治守門人的重要概念、如何辨識自殺高風險的徵兆及可運用的資源與因應策略。	9成5以上的參與人員感到能加深對自殺防治守門人的概念，以及了解可以如何辨識與因應高風險學生的需要。	因線上辦理，講師的設備與網路可在測試時再次確認，包含網速、影片播放、要連結的網站等，避免當天活動因設備狀況影響活動進行。	全校教師 /227人
2	解碼數位性別暴力 111/9/21(三)13:20-15:00 明明樓 AI 教室	如何使用網路防止自己受到侵害，避開網路性別暴力和危險，做一個聰明使用者。	8成9以上的參與人員對數位性別暴力有更多的認識和防範。	建議能多一點實際案例的分享和數位的操作，讓我們更能感同身受。	全校教師 /57人
3	『泛自閉症學生的溝通、輔導與班級經營策略』 111/09/29(四) 13:00-15:00 線上 teams 進行	學習如何在教學中，提升與泛自閉症生的關係建立與提升情境調適能力，提升泛自閉症學生的融合，並達到有效的班級經營策略。	有9成的參與人員表示從老師分享的互動案例中，認識其行為的背後可能忽略到這些自閉症學生所要表現的動機。	1. 線上 teams 研習，有時會因為網路訊號關係，講師聲音會變小聲，畫面比較慢。 2. 軟體選擇部分學生建議用 google meet，不然有些人會看不到聊天按鈕。	全校教師 /119人
4	「來張走出憂谷的地圖」 111/10/12(三)13:20-15:00 明明樓 AI 教室	面對憂鬱情緒，我們也能為自繪製一張地圖，幫助自己走出生命的憂谷。	8成8以上的參與人員對如何回應憂鬱症獲得更多的技巧和能力。	建議可帶入實際操作練習，讓老師們能更熟悉回應憂鬱症的技巧。	全校教師 /50人
5	自殺防治 成為學生的心靈捕手 111/10/19(三) 13:20-15:00 明明樓 AI 創客教室	師生短暫相聚，成為彼此生命某一時刻的相會、支持者，學習成為守門人的知識、態度與互動技巧。	9成以上的參與人員表示能加深對自殺防治守門人的概念與知識，以及了解可以如何辨識與運用策略協助身邊需要關心的人。	教師到場人數與教室空間、媒材擺設可以做些調整，以利上課空間與活動進行時能較為從容。	全校教師 /47人

6	「岔路：愛·吵架」 111/10/25(二)13:20-15:00 宗山樓 2F 會議室	吵架也可以表達真實的感受與想法，如何在面對親密的人，也能有效溝通而不會傷害到愛。	8成9以上的參與人員對如何在親密關係中安心溝通有更進一步的理解。	分享內容稍嫌太淺，可再多分享親密關係中衝突和好的心理作用或機轉。	全校教師 /28人
7	特教知能研習 談身障畢業生的職涯發展，為未來而教—身障學生畢業後都去哪兒了？ 111/11/23(三)13:20-15:00	針對身心障礙學生畢業後的求職困境，分享可行的解決方式及能運用的相關資源，讓老師能在學生未來的就業路上，助他一臂之力。	九成以上的參與人員認為可以增進對身心障礙學生職涯發展的瞭解，提升自己輔導在身障生就業的能力與信心。	因與另一個教師輔導知能講座同時間辦理，老師表示很可惜只能二擇一，因講座的安排需尊重講師方便的時間，但未來爭取在可能範圍內儘量將講座時間錯開。	全校教職員 /38人
8	「動心起念出發吧」 111/11/23(三)13:20-15:00 明明樓 AI 教室	藉由動物牌卡隱喻投射內心，進而調節情緒，引發正念。	約8成的參與人員反應確實能透過牌卡體驗，投射練習引發正念。	有老師覺得講師分享體驗的帶領和引導內容過淺，且較空泛，建議情緒分類和命名時可以給參考詞彙。	全校教職員 20人
9	性平教育 這真的不算愛-從跟蹤騷擾法看情感教育 111/11/30(三)13:20-15:00 明明樓 AI 應用教室	跟騷法與導致相關情感議題講授及實務經驗分享	九成五以上的參與人員表示，透過講師的講授和實務經驗分享，了解跟騷法的類型與刑責；透過依附理論觀點，對於輔導學生有實質上的幫助。	由於參加的人數較多，AI教室的桌椅必須挪動，建議後續辦理教師場時使用大一點的空間。	全校教職員 41人
10	《你需要的是休息，而不是放棄》讀書會 111/11/24(四) 13:20-16:00 明明樓 AI 創客教室	藉由導讀《你需要的是休息，而不是放棄/親子天下出版》這本書，講師分享自身經驗，並針對提問，相互交流與討論。	9成以上的參與人員感覺到收穫，對與心理學的相關資訊更為了解。	研習內容豐富多元，因受限時間因素，使得很多心理學的概念無法一一說明清楚，練習的部分也能再多一些時間。	全校教職員 18人

教師體驗工作坊

場次	講題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	生命的焦距 111/10/4(二)13:20-15:00 明明樓 AI 教室	凝視神態、生活的樣貌與生令角度在鏡頭的捕捉與呈現下，引領我們體驗萬物所帶來的驚艷和對生命的珍惜。	9成以上的參與人員對於學習運用鏡頭看見不同生命的視野和運用構圖讓影響更活潑有豐富的收穫。	講師帶入生命省思的部分較少，但收穫很豐盛。	全校教師 /30人

2	創造自己療癒花園 -微景觀生態瓶 111/10/5(三)13:20-15:00 明明樓 AI 教室	在手作水生苔癬的綠林世界中,找到療育與呵護自己的內在力量。	9成2以上的參與人員對手作生態瓶工作坊體驗感到非常滿意,對成品也很喜愛。	水生苔蘚植物照顧不易,除了陽光之外,老師可以在手作時多傳授一些照顧秘訣。	全校教師 /28人
3	打造天然防禦力 -護膚乳與薰衣草精油酒精 111/10/13(四)13:20-15:00 明明樓 AI 教室	手作體驗純天然「護膚乳」和「薰衣草精油酒精」舒緩緊繃神經,貼身的照顧呵護自己。	9成3以上參與人員對護膚乳和精油酒精的製作過程與氛圍感到療癒。	精油酒精味道十分怡人,但在配方比例上老師可以再多說明一點。	全校教師 /26人
4	樂嚐酒酒:品味葡萄酒的世界 111/10/18(二)13:20-15:00 保齡球館 2F 飲務教室	體驗葡萄酒帶來的樂趣,從體驗品酒禮儀開始,享受葡萄酒所帶來的迷人放鬆世界。	9成2以上參與人員對講師講解和透過體驗品嚐感到滿意。	講師講述很多酒標辨識、酒莊,都是比較難以感同身受的,建議這部分可減少一點。	全校教師 /21人
5	拒絕傷害保護自己 -醫護防身術 111/10/27(四)13:20-15:00 大舞蹈教室	處理校園危機事件的程中,如何在「自保」的前提下協助學生,學習面對校園暴力事件時具備保護自己的能力並讓自己安全。	9成以上的參與人員對醫護防身術有更多的認識,透過實作也更有真實感。	希望老師可以再多講些真實案例,讓我們可以有心理預備可能遇到的暴力狀況。	全校教師 /20人
6	「和諧粉彩」藝術中彩繪療癒人心 111/11/17(四)13:20-16:00 明明樓 AI 教室	短暫的自我時光、放下「老師」身分衣裳,在指尖紛彩藝術中體驗眼到、手到、心到的療癒時刻	9成5以上的參與人員感到能從中體會到專注於當下的舒壓並整理自己的內在狀態,使大腦休息片刻。	在彩繪工具上的擺設可以在事前先擺設好,協助學員在課堂中能專注於老師的示範,在繪畫中能更順暢進行。	全校教師 /22人

學生心理講座

場次	講題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	【軟能力認證 B-2-12】 自殺防治 成為關懷種子員的攻略守則 111/10/05 (三) 13:10-15:00 宗山樓二樓 大會議室	增進學生同儕關懷技巧與危機辨識能力。了解校內心理健康資源及求助、轉借管道。	9成以上的參與學生感到能加深對自殺防治守門人的概念與知識,以及了解可以如何辨識與運用策略協助身邊需要關心的人。	講師因健康因素,無法前往現場,因此轉變為線上進行,少了些面對面互動、討論與實際演練的機會。	全校學生 /35人
2	【軟能力認證 B-2-12】 自殺防治 黑夜裡的微光-談自我照顧與情緒因應	增進學生對自我身心狀態的覺察,瞭解面對挫折、負面經驗時能夠如何調適壓力和情緒。	9成以上的參與學生感到能加深對自殺防治守門人的概念與知識,並了解自我照顧與情緒因應的重要性	有些學生姍姍來遲,影響講座進行,建議下次講座可再次提醒並告知學員參與講座的原則,若違反則不	全校學生 /26人

	111/10/26(三) 13:10-15:00 宗山樓二樓 大會議室		及增加自己可實際運用的方法。	給予認證等。	
3	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 速讀與超速學習力 111/10/05(三)13:10-15:00 明明樓 AI 創客教室	透過學習金字塔重新奠定學習基礎方式，並藉英國托尼伯贊速讀法帶領學生重新建構與領略閱讀心法、技法等綜合運用。	9 成學生表示透過講座能協助瞭解速讀的技巧與抓取重點的方法，提升大腦學習機能與效率。	有行前提醒參與學生自備一本書來體驗，實際帶書前來的學生只有 2-3 位，建議承辦人可以自備幾本現場使用。	全校學生 /25 人
4	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 自我知識管理學習力 111/10/12(三)13:10-15:00 明明樓 AI 創客教室	講述知識管理的定義，執行時的流程與三種方，在學習當中如何實際應用，提供有效的知識分類方法。	9 成學生表示透過講座能協助瞭解管理的思維、找資料的能力及運用技巧提升注意力，擴大舒適圈替代跳脫舒適圈。	講師授課風格互動多，能引導學生更投入其中，透過影片分享，使學生能有所思維啟發，進而使其對學習有更多元的方式與心態。	全校學生 /20 人
5	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 曼陀羅思維筆記術 111/10/19(三)13:10-15:00 明明樓 AI 應用教室	從介紹曼陀羅思維術開始，教授各領域運用之曼陀羅套版，以培養各領域解決問題能力與全面思維力。	9 成學生表示透過講座能協助利用曼陀羅思維來規畫目標及清楚有效的執行方向。	講座內容實用，講師授課風格精采有活力，實際操作與即時回饋，對學生的幫助大，參與學生期待能多邀請該位講師講授學習相關課程。	全校學生 /12 人
6	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 高效時間管理 111/11/02(三)13:10-15:00 明明樓 AI 創客教室	討論如何做好時間管理的干擾排除、建立時間管理的重要性排序以及強化時間管理的小技巧。	9 成學生表示透過講座能協助瞭解事情做輕重緩急的分類、以及建立時間管理的簡單小技巧，以及排除干擾的因素。	講師提供學生正確時間管理概念以及隨手可使用的技巧，與學生互動高，使學生參與度提升，對學生有相當大的幫助。	全校學生 /19 人
7	【軟能力認證 B-2-12】 面對情緒風暴，給自己一個優雅的轉身 111/11/09(三)13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室	分享面對壓力、負面情緒的原則和方式，可以如何照顧自己的身心狀態。	8 成 5 以上參與學生了解身心壓力的徵兆與負面情緒調節的策略。	學生對於放鬆體驗的活動普遍反應很好，未來或許可再邀請講師前來帶領像是憂鬱、無力等特定情緒主題探索的工作坊。	全校學生 /22 人
8	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 打造個人品牌思維力 111/11/11(五)13:10-15:00 明明樓 AI 創客教室	講述品牌的思維與價值，以及如何運用個人品牌的架構做經驗知識整理與問題解決，學習建立個人品牌以作為知識複利。	9 成學生表示透過講座能瞭解品牌核心的重要性，透過思考品牌的價值與影響力，引導學生從自身品牌開始建立，進而運用在學業及工作當中。	講師演講風格生動、有趣，參與學生課堂中鮮少低頭划手機，皆認真的傾聽講師分享以及即時與講師對話分享，未來可再邀請該位講師分享其他主題。	全校學生 /18 人

9	【軟能力認證 B-2-12】 學習輔導 拖拖拉拉向前走! 111/11/23(三)13:10-15:00 明明樓 AI 創客教室	討論拖延者的心理狀態與形成因素，引導覺察拖延所帶來的好處和影響，學習與拖延相處的方法。	9 成學生表示透過講座能了解拖延症狀的內在心理衝突，並透過聆聽他人拖延到自律的故事，提升學生想改善拖延的動機以及用正向眼光看待拖延。	講師透過自身拖延經驗分享，啟發學生思考連結自身經驗，高度提升學生專注力與參與力，建議未來可尋找以生命經驗分享、與學生互動多的講師。	全校學生 /23 人
10	【軟能力認證 B-2-12】 特教知能研習 談身障畢業生就業路，為未來而學—畢業後學長姐都去哪兒了？ 111/11/23(三)15:10-16:30	藉由案例分享的方式，增進學生對職涯發展及身障生畢業流向之了解，激勵學生思考自己未來的方向，做好求職準備。	8 成 7 以上的學生對講座表示具啟發性，可提升學習興趣，並激發思考。	參與講座的一般生人數多於身障生，未來應加強宣導，鼓勵身障生踴躍參加。	全校學生 /21 人
11	【軟能力認證 B-2-5】 性平教育 從我到我們—談親密關係溝通、恐怖情人與跟騷法 111/12/7(三) 13:10-15:00 明明樓 AI 應用教室	透過講座的分享，如何在親密關係中流暢地溝通、分辨恐怖情人及瞭解今年剛上路的跟騷法如何影響著我們的生活。	9 成以上學生表示，透過講師的講授和實務經驗分享，對跟騷法有全面的了解和認識，並且更懂得人際界限的拿捏與處理。	跟騷法有關法律的內容較生硬，學生較難體會，建議以後多運用與學生相關的例子做說明，以增加學生重視跟騷法與自身的相關性。	全校學生 33 人
12	【軟能力認證 B-2-12】 來張走出憂谷的地圖 111/10/19(三)13:10-15:30 宗山樓 2 樓 大會議室	透過講者的專業實務經驗分享憂鬱的「自我評估和「自我療癒」。	9 成以上的參與學生表示能幫助自己更了解憂鬱症，也學習到如何辨識憂鬱的相關症狀，以利進行後續的自我照顧與求助。	參與學生對於憂鬱症有更深入的了解，期待未來能再辦理類似議題型態的講座。	全校學生 /11 人
13	【軟能力認證 B-2-12】 岔路：愛·吵架 111/10/25(二)15:10-17:30 宗山樓 2 樓 大會議室	吵架也可以表達真實的感受與想法，如何在面對親密的人，即使情緒不佳，也能有效溝通而不會傷害到愛。	雖然報名的同學僅少數有來參加，但因此讓參與學生與講者充份進行討論、互動，能協助生活中正遭遇「岔路」的學生來說，是指引的明確方向。	講座辦理時間為星期二，有部分學生反應對此議題有興趣，但該時間要上課，建議未來辦理講座仍以星期三較佳。	全校學生 /4 人
14	【軟能力認證 B-2-12】 動心起念出發吧 111/11/23(三)15:10-17:30 智慧科技館 1 樓 AI 應用教室	利用「動物情緒療癒卡」，從動物隱喻投射內心剖析情緒來由、釐清所欲所惡而安撫自我，進而調節情緒，引發正念，實現自己理想的生命樣態。	雖然參加人數較少，但因為本活動旨在情緒解析，所以講師可以更加細緻的引導學生覺察個人的情緒，並針對負向情緒、悲觀意念進行梳理與詮釋，找到讓自我能稍加安適的位置。	學生反應下午 3 點辦理此一活動，此時段不利於安排行程，建議日後可調整時間。	全校學生 4 人

學生職涯講座

場次	講題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象
----	----------	------	------	-------	------

				人數	
1	瘟疫危機-談職場領導與合作協調力 111/9/14(三)13:00-15:00 宗山樓 2 樓諮商大會議室	透過測驗找到專屬天賦來妥善發揮，並透過團隊合作的方式，從四大疫情病毒的深淵裡解救，體驗領導合作協調力。	約 9 成 2 的學生透過講座能瞭解人際關係建立關鍵四階段並透過信任來建立 ABCD 法則。	講師藉由一開始的牌卡遊戲帶入玩家體驗去瞭解團隊合作的重要性，部份同學比較晚入場無法完整體驗整個過程，建議可再次邀請。	全校學生 /38 人
2	讓你成為時間管理大師-桌遊體驗 111/9/14(三)15:00-17:00 宗山樓 2 樓諮商大會議室	透過桌遊了解目標與時間重要性，進而對於自己的生涯有所規劃。	約 9 成 1 的學生透過講座的分享，瞭解成功人士的七大價值，目標管理與職場運用。	講座內容生動豐富，搭配桌遊情境與學生互動、多元素材來讓學生更容易進入主題，很充實，建議可再次邀請。	全校學生 /36 人
3	運動休閒出路與職涯發展 111/9/27(二)10:00-12:00 運管系 1 樓多媒體教室	念運動休閒管理系的學生除了做國手，畢業能幹嘛？透過老師的觀察與觀察現有產業的經營生態，帶給學生不一樣的視野。	9 成以上的學生認為講座內容透過老師的觀察現有運動產業的經營生態，能帶給他們不一樣的視野。	講師帶來的演講內容生動豐富，從其雙重身份(運動教練兼營養師)的專業，更能說服如何有效運動，建議下次可邀請帶來更專業的運動營養課程。	運管系學生 /46 人
4	【軟能力認證 B-2-13】 九宮格幸福百日計畫 111/10/19(三)13:00-15:00 賈桃樂明新分館	運用曼陀羅九宮格思考法，做好未來人生目標管理，打造專屬個人幸福行動計畫。	9 成以上學生透過課程認識曼陀羅九宮格思考法，願意試著運用方法來規畫自己的生活、課業與其它生活。	少部分學生晚進場館未能即時參與小組討論，未來可先與講師確認分組的規劃，讓後參與的同學能有分組上的調整或其它彈性安排。	全校學生 /17 人
5	【軟能力認證 B-2-13】 學習賦能與建立自信 111/10/19(三)15:00-17:00 賈桃樂明新分館	透過職能盤點卡盤點優弱勢能力，再加上學習策略卡具體在規劃增能方案，進而有效提升賦能、建立自信。	9 成以上的學生透過職能盤點卡檢視自己的優弱勢能力，並在講師的鼓勵之下在小組進行當中勇於發言表達自己的想法與感受。	少部分學生在分組進行中顯稍被動與安靜，未來可針對分組方式先與講師進行溝通並調整帶領，讓參與的成員不受分組影響亦能順利進行。	全校學生 /17 人
6	【軟能力認證 B-2-13】 活出不煩，做自己情緒的聰明人 111/10/26(三)15:00-17:00 宗山樓 2 樓大會議室	學會適時為自己療傷，提升對生命與工作的韌性，學習自我探索並重拾內心的平靜，從興趣到專業，工作時不再心累。	9 成以上同學透過課程練習感受自己的情緒變化並思考如何找到方法接住自己的情緒，並從中探索與認識自己。	課程進行中需要分組討論，少數同學較為安靜、害羞或不善於表達，會有落單的狀況，未來可與講師先行確認課程進行方式，並協助分組，以增加學生參與活動的積極度。	全校學生 /32 人
7	【軟能力認證 B-2-13】 不要再寫一份說不出口的履歷 111/11/9(三)13:00-15:00 賈桃樂明新分館	拋棄從學校時養成的那套剪剪貼貼的報告作法，學習如何把網路上說的套用	8 成 5 以上學生透過課程願意開始練習撰寫履歷，並檢視自己的優勢項目成為自己履	參與學生為全校學生，未來擬規劃履歷自傳課程設定為大三或大四或參與職場實習	全校學生 17 人

		到自己身上，完成一份屬於自己的履歷。	歷展現的亮點。	的學生，透過實戰撰寫履歷與逐一檢視修正亦能增加	
8	【軟能力認證 B-2-13】 打動人心的高效溝通術 111/11/9(三)15:00-17:00 賈桃樂明新分館	了解阻礙溝通的三個關鍵要點，掌握有效的溝通步驟，想要精準的維持好關係帶領你必須要掌握到手的溝通技巧。	9 成以上學生能透過講師分享影片辨識對話當中所要傳達與正確接受到語言、文字資訊。	建議未來可再思考以溝通練習的內容加以安排規劃。	全校學生 18 人
9	【軟能力認證 B-2-13】 斜槓我的人生 111/11/16(三)15:00-17:00 宗山樓 2 樓大會議室	本講座透過老師帶領，協助同學自我探索，學習運用自身專業和才能，經營多職人生。	9 成以上學生認識斜槓的定義，從認識自己與探索興趣當中發展多元職業類別。	未來可再針對各類型講題提供更為具體的工作與商業模式，讓即將踏進職場的新鮮人能有更多元的職涯選擇性。	全校學生 14 人
10	【軟能力認證 B-2-13】 職場面試穿搭大全 111/11/23(三)13:00-15:00 宗山樓 2 樓大會議室	認識 10 大面試穿搭法則與禁忌；面試服裝上的選色技巧，學習穿搭服裝的原則，讓面試加分。	當天參與人數雖少，但能從參與的成員逐一分享各科系未來的職業工作角色所需搭配的服裝與妝容，加深多元職類的認識。	因礙於時間有限，僅由講師介紹基本彩妝的內容及如何運用，未能以分小組方式進行妝容練習，建議可再規劃課程內容與增加實地練習的機會。	全校學生 13 人
11	【軟能力認證 B-2-13】 職場禮儀，要從別人看不見的地方練習！ 111/11/23(三)15:00-17:00 宗山樓 2 樓大會議室	認識職場禮儀，並學習讓你在職場發光的職場應對技巧以及練習從小事著眼的刻意練習方式。	當天參與人數雖少，講師以各種職場情境角色扮演方式讓學生模擬其中，嘗試以第三者的角色去辨識職場上常見的 NG 行為，避開職場的地雷區。	整場講座互動關係良好，未來可再規劃與邀請授予職場議題等相關講座。	全校學生 12 人

競賽、體驗活動

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	「遠距教學的迫降」徵文活動 111/09/21-111/10/21 線上徵文	徵求學生分享在疫情期間，學校上課方式從實體授課轉換成遠距教學，在學習上受到什麼影響，以及此經驗對自己產生的新覺察與發現。	能從學生角度瞭解遠距教學後的經驗，發現學生對自我學習品質的期待、自我約束力、交通便利性與遠距教學方式之相關因人而異，但大部分學生仍希望能夠實體授課，包含問答即時、實際人際互動的溫度交流等因素。	透過校園各處張貼海報、誠品禮券、進班宣導吸引學生投稿，這次主題發揮性高，扣緊疫情下的遠距教學議題，藉此瞭解學生的心聲。	全校學生 /98 人
2	【軟能力認證 B-3-6】 「無人知曉的日子」心理衛生週	透過趣味闖關活動，傳達自殺防治相關概念，包含身心狀	9 成以上的學生表示闖關活動很有趣，也更了解憂鬱、自殺相	擺攤其中一個關卡體驗時間較長，導致人潮擁塞，該關卡可多	全校學生 /142 人

	111/10/25(二)-10/27(四)12:00-14:00 明光樓 1 樓廣場、賈桃樂明新分館	態檢測、同儕關懷、危機辨識與心理資源認識。	關議題，並且反思個人的生命意義。	準備幾份材料給學生能同時進行。	
3	【軟能力認證 B-2-3】 「遇見美好的自己」徵文活動 111/10/17-111/11/11 線上徵文	透過文字的描述方式讓別人來認識自己，依據個人的實際經歷與成長背景過程，模擬一份求職履歷表以及所需撰寫自傳內容。	8 成以上學生表示透過撰寫自傳方式能認識到自己，也能檢視自己的成長背景與思考未來自己想朝向的生涯方向。	因徵文宣傳不足，導致參與人數不盡理想，未來可在校園內公布欄位或學生常聚集的場域當中張貼海報訊息，吸引學生能主動報名參加。	全校學生 /31 人
4	「賈桃樂明新分館-導覽體驗」 111/10-111/12 每週三 12:00-13:00 賈桃樂明新分館(明光樓 1 樓)	帶領大家來逐一體驗賈桃樂分館的設施設備，學習面試技巧、認識自己的九型人格特質。	9 成以上同學表示館內設施設備新穎、氛圍非常明亮舒適，透視人臉辨識能測試自己的人格特質與適合職場角色感到新鮮有趣。	持續於班級輔導、系導師相關公開活動中進行宣傳，增加場館的曝光程度。	全校學生 /78 人

學生工作坊

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	【軟能力認證 B-3-7】 與情緒共舞~馬賽克拼貼杯墊工作坊 111/10/14(五) 13:10-16:00 宗山樓 2 樓大會議室	帶領學生馬賽克拼貼過程中，覺察自身情緒，將內在狀態轉化並呈現於創作。	9 成以上參與學生創作的過程中能更貼近自己，也更了解自己最近的心情。	因活動性質，事前材料準備較為繁複，可多預留一點時間場佈和場復。	全校學生 /11 人
2	【軟能力認證 B-2-5】 性平教育 解碼數位性別暴力-怪獸解體公司桌遊 111/11/09(三)13:00-16:00 明明樓 AI 創客教室	運用邊邊女子協會設計之怪獸解體公司桌遊進行數位性別暴力的概念講解。	9 成 5 以上的學生表示，透過桌遊的方式及講師 PPT 講授，能夠清楚認識數位性別暴力的知識，以及如何防治數位性別暴力的發生，保護自己也保護他人。	運用桌遊的方式講授課程，有趣且容易理解，課程中學生的投入和專注力提高許多，未來辦理活動能以此方向做為參考。	全校學生 7 人
3	【軟能力認證 B-3-7】 守護愛從「小」練習工作坊 111/11/30(三)13:10-16:30 宗山樓 2 樓 大會議室	本工作坊練習從一個「簡單純粹的關係」展開，透過與小動物的關係連結，練習愛與守護。	9 成以上學生能透過活動練習愛與守護，進而延伸建立正向關係連結，發展與他人的良好互動。	活動當日助理講師胖醬似乎仍因為覺得人多，而有些焦躁，在進行互動時學生會需要更多的耐心，其實這樣臨場的意外反而能呈現最真實的互動樣態。	全校學生 15 人
4	【軟能力認證 B-3-7】 「牌」出你專屬的職涯未來工作坊 111/11/30(三)13:00-16:00 賈桃樂明新分館(明光樓一樓)	透過職涯牌卡學習如何有效規劃並展現職涯性格優勢，協助個人職涯目標規劃。	9 成以上學生表示透過牌卡工作坊認識自己的興趣與未來想朝向的職涯方向，提前規劃做好準備。	講師說明方式清晰，現場學生能立即反應牌卡解析的問題及回饋，未來能再規畫此類活動，讓未接觸的	全校學生 15 人

				學生能有機會體驗。	
5	【軟能力認證 B-3-7】 馬雅&精油香氣調頻,我看見自己 工作坊 111/12/14(三)13:00-16:00 賈桃樂明新分館(明光樓一樓)	透過精油香氣,開啟大家感官的連結,調整自己的頻率,讓一切回歸最純粹的直覺感受,重新審視與詮釋對環境的認知。	8 成以上的學生表示透過講師的帶領,找到自己與家族印記與了解自己有哪些特質,並透過精油香氣調配成自己專屬的能量膏,練習從生活細節上增強自己的正向能量。	當天活動系統報名顯示為額滿,但仍有學生報名後未到的情形,未來將視報名情形預留 2-3 位候補名單,待釋出名額後由候補同學得以參加。	全校學生 24 人

【軟能力認證 B-3-7】學生成長團體

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	【軟能力認證 B-3-7】 人際溝通自我探索團體 111/11/7~12/12(一)18:00-20:00 宗山樓 2 樓諮商中心內團諮室 (因人數不足而無法舉辦)	此團體協助成員覺察自己的溝通方式,探索自身的特質。讓成員建立適合自己的人際互動模式。	未辦理	因人數不足故不能舉辦該團體,所以預計未來設計團體會以此學校學生的興趣出發,設計更讓學生感興趣的團體,例如:愛情團體,能夠促進學生的參與動機。	全校學生 0 人
2	【軟能力認證 B-3-7】 我們一起浪跡「生涯」 111/11/8~12/13(二)18:00-20:00 宗山樓 2 樓諮商中心內團諮室	透過團體協助成員探索個人的價值觀,並覺察自身對於生涯的目標與期待,並鼓勵成員進行生涯探索行動,並在行動後,協助成員反思與覺察。	本次團體整體滿意度達 9 成,參與成員普遍對於整體團體設計、流程、個人體驗上給予相對優良的評價與肯定。另對生涯概念、生涯困境、個人優勢與生涯行動與實踐上都有充足的學習與體會。	預計未來設計團體會以此學校學生的興趣出發,設計更讓學生感興趣的團體,例如:愛情團體,能夠促進學生的參與動機及參與人數。	全校學生 4 人

【軟能力認證 B-2-10】學生心理測驗

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	團體心理測驗 1 我的人生量表 111/9/21(三) 13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室	藉由測驗了解個人正負向人生價值,並篩選具有自我傷害傾向的學生,減少自殺的產生。	8 成以上學生能了解測驗結果的意義,並能夠對於自己個性的優勢與劣勢亦能掌握。	日後能清楚說明計分原則,並能協助確認,以避免錯誤分析。	全校學生 /21 人
2	團體心理測驗 2 多元智能量表(丙式) 111/10/04(二)13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室	藉由測驗了解個人的優勢特質和弱勢特質,幫助個人在學習活動和生涯發展上作自我探索和適	8 成以上學生對自我的狀態、學習活動的自我探索上有更多的了解,亦能從不同面向瞭解對自我的個人	在報名系統上,周二下午活動的學生報名參加人數較少,或許可再評估測驗活動的舉辦時間	全校學生/5 人

		切規劃。	特質。		
3	團體心理測驗 2 我的人生量表 111/11/29(二)13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室	藉由測驗了解個人正負向人生價值，並篩選具有自我傷害傾向的學生，減少自殺的產生。	8 成以上學生能了解測驗結果的意義，並能夠對於自己個性的優勢與弱勢亦能掌握。	日後能清楚說明計分原則，並能協助確認，以避免錯誤分析。	全校學生/6 人
4	團體心理測驗 4 多元智能量表(丙式) 111/12/21(三) 13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室	藉由測驗了解個人的優勢特質和弱勢的特質，幫助個人在學習活動和生涯發展上作自我探索和適切規劃。	8 成以上學生對自我的狀態、學習活動的自我探索上有更多的了解，亦能從不同面向瞭解對自我的個人特質。	日後能清楚說明計分原則，並能協助確認，以避免錯誤分析	全校學生 /17 人
5	111-1 個別心理測驗活動 111/09/05-112/01/05 個別預約 宗山樓 2 樓諮商辦公室	提供學生個別申請線上施作人際行為量表或生涯信念檢核表，並個別解釋測驗結果。	8 成以上學生在參與活動後，能夠清楚了解自己的關係及生涯困惑。	建議未來可以增加相關測驗數量的採購。	全校學生 /36 人

【配合-軟能力認證 B-2-0】 Ucan 解析

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	Ucan 解析 1 111/10/18(二)12:00~13:00 宗山樓 2F 大會議室	本活動對象主要為提供大一(下)未參加班級輔導的學生，活動內容以分析 UCAN 結果及如何運用在個人生涯規劃為主。	9 成以上學生表示能擴展原本對於生涯規劃的想法、更能朝自己想要的生涯目標進行探索，有助於將生涯規劃的相關概念應用在生活中。	學生表示這次的活動讓收穫良多，希望日後可以多多辦理此類活動。	全校學生 9 人
2	Ucan 解析 2 111/12/13(二)12:00~13:00 宗山樓 2F 大會議室				全校學生 15 人

輔導股長培訓

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	人際溝通隱形的力量 111/10/12(三)13:10-15:00 宗山樓 2 樓大會議室	分享 NLP 以及基本的同理傾聽與回應的概念，增進學生人際溝通技巧與人際敏感度。	約 9 成的參與學生更了解如何與人互動，學習觀察他人與同理心的技巧。	活動過程有多次分組討論的方式，學生有時會不確定講師討論的方向和問題而難以與他人互動，建議日後能先與講師討論進行方式。	輔導股長 /29 人

職涯諮詢、履歷健檢

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
----	----------	------	------	-------	----------

1	【軟能力認證 B-2-13】 職涯諮詢、履歷健檢 (場次請見報名系統) 宗山樓 2 樓 職涯諮詢室	透過測驗、履歷健檢及模擬面試等一對一的職涯諮商服務，協助同學檢視個人職涯準備與職涯探索。	約 8 成以上的學生表示透過諮詢後對於未來的工作較有想法以及如何精進自己的專業能力。	該學期配合勞動部職涯諮詢時段有限，初次諮詢者以半小時初談為主，部分學生皆再次申請第二次進行諮詢，未來再視諮詢人數、需求等新增職涯諮詢時段。	全校學生 /53 人
---	--	--	--	---	---------------

資源教室活動

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	新生暨家長座談會議 111/7/16(四)11:00-12:00 賈桃樂明新分館	1. 說明資源教室工作內涵、輔導措施及身心障礙學生相關規定，提供相關建議及諮詢。 2. 藉由面對面的交流溝通，了解學生狀況及需求。	九成學生與家長認同藉由面對面的交流溝通，能促進單位與家長的合作，以共同協助身心障礙學生在校學習及生活。	本次座談會搭配學校新生見面會執行，學校與我們都提供中餐，亦在同時段造成不同單位搶人的問題，建議下次可以結合辦理單位共同辦理活動，亦或詳細瞭解學校整體提供哪些服務。	
2	開學同樂會(8月-10月) 111/09/15(四)12:00~13:10 資源教室	透過大一新生迎新暨慶生活動，讓新生認識同儕、相互了解，建立友誼關係，提升人際互動之能力，適應新生活。	8成4的學生對本次活動同儕間相互支持與協助，進而建構支持團體的力量。	因活動參與人數踴躍，用餐區空間不足，故開放會議空間供學生用餐。未來宜考量人數多寡，安排合適空間。	資源教室 師生/40 人
3	身心障礙學生助理人員期初工作會議 111/09/19(一)12:00~13:10 宗山樓二樓大會議室	傳達資源教室「身心障礙學生助理人員」行政重要事項，以及工作過程中所提供的教學與生活協助之資源運用。	參與學生能了解對身心障礙學生之服務注意事項與教學原則，反映對日後的工作上助益良多	會議當天仍有部份學生遲到，以致會議時間稍有延遲，建議往後中午會議時間可以往後延 10~15 分，如表訂 12:15~12:20 開始，並在會議結束前再次提醒學生要準時。	助理人員、 工讀生/40 人
4	學生期初會議 111/09/20(二) 12:10~13:00/17:30~18:30 宗山樓 4 樓會議室/資源教室	宣導學務處、諮商中心及資源教室之活動訊息，介紹可使用之特教資源，鼓勵學生擴展生活經驗，並協助學生在遭遇校園適應或學習問題時適當運用資源。	參與學生表示能了解資源教室活動之活動訊息及可使用之特教資源，並透過調查能掌握學生的需求。	因宗山樓會議場地借用流程變更，需要事先填寫借用日誌並確認好冷氣開放時間，未來宜儘早提出申請，使得在活動時間安排與流程規劃掌控上可以更精準。	資源教室 學生/80 人

5/6	特教知能研習 教師場： 『泛自閉症學生的溝通、輔導與班級經營策略』 111/09/29 (四) 13:00-15:00 (線上研習) 學生場： 『嗨！你好！瞭解、尊重與接納泛自閉症同學』 111/09/29 (四) 15:00-17:00 (線上研習)	1 教師場：學習如何在教學中，提升與泛自閉症生的關係建立與提升情境調適能力，提升泛自閉症學生的融合，並達到有效的班級經營策略。 2. 學生場：不一樣，又怎樣？嗨！你好！透過此次研習，讓同學們瞭解、尊重與接納身旁的泛自閉症同儕。	有 9 成的師長對本次講座研習內容規劃感到滿意，從老師分享的互動案例中從行為的背後去認識可能忽略到這些自閉症學生所要表現的動機。	1. 線上 teams 研習，有時會因為網路訊號關係，講師聲音會變小聲，畫面比較慢。 2. 軟體選擇部分學生建議用 google meet，不然有些人會看不到聊天按鈕。	全校教職員工/119 人； 全校學生 /21 人
7	畢業生轉銜會議 111/10/26(三)13:10-15:00 管院 106 會議室	協同就服單位，使身心障礙學生於生涯階段轉換時，了解可使用的求職資源，學習如何準備履歷資料，以獲得適當的生涯安置。	講師不僅說明畢業學生就業需求概況，並針對履歷的製作和自傳的撰寫，提供實用的原則和具體的步驟，也給予建議及諮詢，以協助學生做好求職準備。	講師介紹人力銀行網站上的資源，因學生手邊沒有電腦，無法使用手機 App，或配合電腦教室之設備，亦可增加學生當場實作的時間來因應。	資源教室 大四學生 /22 人
8	RUN RUN 鐵馬征道 111/11/05 (六)8:00~17:00 台中東豐自行車綠廊	藉由騎乘自行車與 GO KART 賽車體驗活動，走訪東豐自行車綠廊，讓身心靈獲得抒發與壓力釋放，盡情閱覽風景之美！	參與學生透過騎乘單車及賽車 GO KART 體驗，約九成的同學提高其敏覺力、觀察力及反應力，激發體能潛力，達到運動與休閒之效果，並從中獲得成就感。	當天活動皆按流程表順利執行，唯下午的時候天空不作美竟飄下細雨，所幸備有輕便雨衣。	資源教室 師生/30 人
9	「價值·導向人生」工作坊 111/11/16(三)13:10-15:40 賈桃樂明新分館	透過牌卡了解與釐清個人價值觀，明白自己真心認同的目標，實踐個人在乎的價值本身，就能湧出源源不絕的動力。	講師準備的內容豐富，透過分組方式讓組員互相分享，並嘗試讓學生走出群組與其他組員互動，以增進人際互動的機會。	活動報名及參與人數超過預期人數，建議日後可多辦理此一類型活動。	資教教室 學生/20 人
10	遊麗寶，瘋秋天 111/11/19(六)08:00~17:10 麗寶樂園	透過戶外教學體驗，調劑身心與抒緩課業壓力，並促進學生間的正向互動、增進情感交流，拓展人際關係。	參與的學生 8 成以上透過活動凝聚情感，拓展人際關係。	因園區太大，同學雖已進行分組，但部份同學想玩的不同，仍有落單現象，所幸在集合時間大家都有準時出現。	資源教室 師生/30 人
11	香氛蠟燭~祈願恩典 111/11/23(三)12:00~13:10 資源教室&賈桃樂明新分館	藉由感恩節，團聚分享感恩時刻，享受美味烤雞餐點，並透過手作 DIY 活動，藉由螢螢燭火，漫漫香	8 成 4 的學生表示透過手作 DIY 發揮創意，並讓人覺得很放鬆、抒壓。	手作 DIY 製作學生反應熱烈，未來編列費用可增加人數及預算。	資源教室 師生/30 人

		氛，祈願感恩。			
12	祈願恩典感恩餐會 111/11/23(三)11:30-15:00 哈佛講堂	藉由規劃感恩節活動，搭建資源教室師生聯繫橋樑及互動機會，達到友善人際互動之目的。	9 成的老師收到手作DIY 作品，皆能感受到學生心意，來用餐的老師能增加對資源教室的認識。	此次活動部份老師因公務無法參與改由學生代為製作香氛蠟燭於活動後親自送給老師以表達對老師的感謝之意。	教職員 25 人
13	特教知能研習 談身障畢業生就業路，為未來而學—畢業後學長姐都去哪兒了？ 111/11/23(三)15:10-16:30	藉由案例分享的方式，增進學生對職涯發展及身障生畢業流向之了解，激勵學生思考自己未來的方向，做好求職準備。	8 成 7 以上的學生對講座表示滿意，認為講座具啟發性，可提升學習興趣，並激發思考。	參與講座的一般生人數多於身障生，未來應加強宣導，鼓勵身障生踴躍參加。	全校學生 /21 人
14	學生聯合交流 111/11/21(一)11:50-13:10 資源教室(欣雅、馨云)	藉由規劃學生聯合交流餐聚活動，增進個管老師與學生、學生間彼此互動的機會，相互支持與鼓勵，建立正向的互動關係。	學生參與踴躍，9 成以上學生認為透過聯合交流分享活動，可以增進與同儕間的互動與連結，提升正向人際關係。	日後辦煮火鍋活動建議學生只放自己要吃 的量即可，以避免食 材浪費。	資源教室 師生/60 人
15	「生命教育電影賞析」活動 111/11/29(二) 17:30~20:30 資源教室 身心障礙學生及其協助同學、輔導人員/20 人	透過戶外活動，調劑身心，促進學生間的正向互動、增進情感交流，拓展人際關係。	1. 學生參與人數達預定的人數。 2. 80% 學生透過活動，更能瞭解其實每個人都值得被愛、被接納，生命中最美好的，往往是已擁有的小事，而不是忙碌一生的追求和慾望。	1. 近期仍有同學感冒及確診，所以突然請假，索性有同學下課一起來參與。 2. 因場地受限部份同學需調整位置，下次若辦理相關活動擬以買桃樂為主，投影及場地會讓同學看起來增加舒適度。	資源教室 師生/20 人
16	生日我們一起過(11月~1月) 111/11/30(三)12:00~13:10 資源教室	透過慶生活動，認識同儕、相互了解，建立友誼關係，提升人際互動之能力。	9 成以上學生認為透過慶生活動，可以凝聚資源教室學生們的情感，達到同儕間相互支持與協助，進而建構支持團體的力量。	有學生反應希望可以每個月一次的慶生活動，擬將學生建議納入下一學期活動規劃之考量。	資源教室 師生/40 人
17	「和諧粉彩甜入你心」工作坊 111/11/30(三)13:20~16:30 資源教室	藉由不同媒材如藝術治療，提升學生的專注力、自我概念、壓力調適。	有 8 成以上參與同學能感受到療癒，放鬆人心，並藉由團體活動的安排，凝聚資源教室學生們的情感，活動內容充實且有趣。	原訂活動於 11 月 30 日舉辦，因承辦人員確診，因此延期至 12 月 7 日辦理，故活動時間安排上較為緊湊、時間益縮短，日後若有相關活動，建議可安排較長時間。	資源教室 學生/20 人

18	匠師的故鄉-葵海休閒農場焗窯 111/12/03 (六) 08:00~17:00 葵海休閒農場	透過戶外教學享受農村體驗，更貼近大自然的焗土窯，食農體驗製作大甲芋頭酥、米食DIY，園區內一年四季栽培向日葵、蓮花池划船，到海邊河口生態教室體驗。	有8成以上的參與學生覺得活動有助於增進與同儕的互動機會，抒緩平時的課業及生活的壓力。	學生自然農場體驗要挖土，有些學生不喜歡而沒有參與此次體驗。日後宜先事先說明，以增加學生參與意願。	資源教室 師生/30人
19	「我的人生，我來玩」工作坊 111/12/7(三)13:10-15:40 賈桃樂明新分館	學習規劃盤點生涯現況與資源，透過桌遊體驗生涯抉擇與學習對生涯的影響，創造個人最佳生涯履歷。	學生參與熱烈超出預期，8成學生透過桌遊『體驗生涯歷程』與『把握關鍵資源』，面對逆境，翻轉人生。	活動同學參與度高，延長了半小時才結束，未來擬提前進行分組規劃，安排人員進行協助。	資源教室 學生/20人
20	學生聯合交流 111/12/7(三)12:00-13:30 九湯屋新豐店(建鈞)	提升身心障礙學生對資源教室的認識，創造彼此互動機會。	9成的學生認為透過聯合交流活動，可以增加與小家成員間的互動，建立人際關係，達到成員間相互支持與協助，進而建構小家成員間的向心力。	部份學生因有感冒症狀不想影響他人與習慣一個人用餐...等原因無法參與，造成出席率較低，期待未來疫情穩定後有更多學生參與。	資源教室 師生/24人
21	身心障礙學生助理人員期末工作會議 111/12/12(一)12:00~13:10 宗山樓二樓大會議室	交流與分享資源教室「身心障礙學生助理人員」服務心得與建議事項，促進彼此間互相學習與經驗傳授。	9成助理人員透過會議對於工作的反思與回饋更佳完善，並對於未來在協助及相關規定更瞭解。	部份同學於時間內未參與會議，以於會後提供PPT，並請個管老師協助轉達相關訊息。	助理人員 工讀生/25人
22	學生聯合交流活動活動 111/12/13(三)12:00-13:30 小時厚牛排(雅鈴)	藉由規劃學生聯合交流餐聚活動，增進我不同科系學生彼此互動的機會。	8成以上生參與學生能透過活動，增加我與同儕間的互動關係。	學生大多第四節跟第五節都有課，一年級有些同學都需要勞作服務，中午吃飯時間就變的很趕，以後安排活動時間可以再調整	資源教室 師生/20人
23	冬至團圓 寒冬送暖 111/12/14(三)12:00-14:00 資源教室	透過活動，認識同儕、相互了解，建立友誼關係，提升人際互動之能力，凝聚資源教室學生們的情感，建構團體支持力量。	9成5學生認為本次活動有助於增進與同儕之互動機會，能抒緩其課業及生活壓力，並表示未來願意繼續參加或推薦其他同學參加活動。	活動場地設在資源教室，學生感覺有親切感，但因疫情影響，少數學生對於有人未戴口罩裝盛食物的行為仍有疑慮，未來可增加宣導。	資源教室 師生/81人
24	聖誕有禮，手作幸福 111/12/21(三)12:00-16:00 賈桃樂明新分館	為促進校內身障生身心健康，享受節慶所賦予的歡樂及聯絡情誼。	8成以上學生透過聖誕節慶小活動，同學可以增加與他人的社交能力並感受到節慶喜悅，增進師生交流。	場地的部份因為沒有洗手台及製作上需要大量的清洗器具，以後有辦類似活動，需未來將提早尋找較合適的空間，以提供較佳的學習環境。	資源教室 師生/50人

25	學生聯合交流 111/12/22(四)11:50-13:10 資源教室(翠華)	提升身心障礙學生對資源教室的認識，創造彼此互動機會。	九成學生對整體服務表示滿意，認為本次活動有助於增進與同儕之正向互動，拓展人際關係，增進對資源教室的向心力。	原設計請身障生邀請其助理人員一同出席，趁著歲末進行感恩活動，但報名的協助同學仍在少數，未來可再加強邀請，讓身障生培養惜福的心態，並練習表達感謝。	資源教室 學生 20 人
----	---	----------------------------	---	--	-----------------

內部輔導專業研習

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象 /人數
1	特教生的輔導實務與技巧 111/8/11(四)9:30-16:00 宗山樓 2 樓小會議室	研習增進了服務資教學生的輔導知能，也能透過講師引導充分討論目前自身輔導資教學生的困難，並研擬出相應的解決策略。	約有 8 成參與人員覺得研習能幫助自己了解身心障礙學生的輔導技巧，透過案例討論能以不同角度思考遇到的輔導工作困難和解決策略。	講師講述方式較為發散，較難以聚焦和引發輔導人員的反思與聯想。講師講述部分比例可再調高一些，原有準備的 PPT 內容也沒能完整分享，有些可惜。	中心輔導 人員/21 人
2	性議題諮商輔導之專業知能研討與個案督導 111/8/25(四)	對於性議題諮商之處理更能有效擬定輔導策略及掌握各項資源之運用。	9 成以上的輔導人員認為的同仁表示透過研習能更清楚知道性諮商的理論架構，覺得自己較能掌握一些性諮商的技巧。	性議題已逐漸在諮商的過程中出現，成為心理師不可避免的內涵，但可惜時間不夠充足，未來有機會可再安排進階或實務應用研討。	中心輔導 人員/14 人
3	解碼數位性別暴力 111/09/21(三)	如何使用網路防止自己受到侵害，避開網路性別暴力和危險，做一個聰明使用者。	9 成以上的參與人員覺得研習能幫助自己更了解數位性別暴力的概念。	數位性別暴力越來越常在諮商的過程中出現，惟時間不夠充足，建議未來可再安排進階或實務應用研討。	中心輔導 人員/17 人
4	EFT 情緒取向治療個案研討 111/11/3(四)13:30-16:30 宗山樓 2 樓小會議室	增進專業輔導人員個案概念化技巧，學習情緒焦點取向治療在輔導工作上的應用。	9 成以上的參與人員覺得研習能幫助自己更了解 EFT 情緒取向治療的觀點和實務技巧，增進自己的諮商實務知能。	由於時間和提案性質的限制，講師的分享層次著重在如何蒐集資訊，建議未來若再辦理 EFT 情緒取向主題，可舉辦較為進階的課程，將討論重點多放一些在處遇的部分。	中心輔導 人員/20 人
5	「和諧粉彩」藝術中觀照自我 111/11/17(四)10:00-12:00 宗山樓二樓 大會議室	藉由講師引導與帶領和諧粉彩創作的過程，進一步自我覺察，同時觀照自我，增進學習，將助於往	9 成以上的學員感覺到收穫，專注於當下、舒緩身心，並與個人內在狀態做結合，完成個人作品，	在時間安排上，可與講師討論多預留些時間，讓學員可彼此分享個人作品，可從互動分享中多一些回饋	中心輔導 人員/13 人

		後與學生的輔導工作。	增進輔導工作上的運用與自我觀照。	及不同的看見。	
6	彩虹下的微光 - 跨性別與無性戀 111/12/26(一)10:00-13:00 宗山樓二樓小會議室	探討同志與多元性別諮商之專業準備、同性婚姻之後運動創傷與制度缺憾、跨越性別框架-跨性別者之處境與議題、性是否為必須，以了解無性戀的世界。	9成以上同仁表示透過本研討會能提升對多元性別諮商的專業準備、瞭解跨性別者在社會中的處境與議題，並思考與認識無性戀者的世界。	隨著同婚法案通過後，多元性別族群的議題也逐漸延伸，需要更多看見與討論，透過理解、減少誤解共創友善的環境；對專輔人員而言，持續更新社會脈絡有助於個案工作品質。	中心輔導人員/16人
7	三級預防輔導機制與實務研討 111/12/22(四)10:00-13:00 宗山樓2樓小會議室	認識三級預防輔導機制與實務的研討，協助專輔人員及資教人員更清楚其機制與運作。	9成以上的參與人員覺得研習能幫助自己更了解三級預防輔導機制與運作。	講師內容豐富，除對三級預防輔導機制與實務的認識，也提供個案管理工作的內容及責任分工，但卻無法帶到後續的處理機制蠻令人惋惜的，以後可再舉辦相關議題的研討。	中心輔導人員/16人

補助大專校院辦理輔導工作計畫

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	「創傷知情於大專學生輔導實務工作中的運用」研討會 111/08/09(二)8:50-16:30 鴻超樓平面會議室	透過研討會啟發思考引導學習、有助增進工作相關知能技巧、對於個人學習收穫良多。	9成以上的輔導人員表示有助增進工作相關知能技巧、有助於提升實務、行政或教學研工作之創新。	建議講師能更聚焦在創傷知情的內涵與具體實踐方法。	北二區專輔人員/74人

各項會議

場次	主題/時間、地點	活動內容	活動成效	檢討與建議	參加對象/人數
1	新生暨家長座談會議 111/7/16(四)11:00-12:00 賈桃樂明新分館	1. 說明資源教室工作內涵、輔導措施及身心障礙學生相關規定，提供相關建議及諮詢。 2. 藉由面對面的交流溝通，了解學生狀況及需求。	9成學生與家長認同藉由面對面的交流溝通，能促進單位與家長的合作，以共同協助身心障礙學生在校學習及生活。	本次座談會搭配學校新生見面會執行，學校與我們都提供中餐，亦在同時段造成不同單位搶人的問題，建議下次可以結合辦理單位共同辦理活動，亦或詳細瞭解學校整體提供哪些服務。	新生及家長/65人
2	111-1 全校教師輔導知能研習 111/9/1(四)13:00-15:00	分享分享創業之路，藉以提供教師們和學生職涯抉擇時	9成3左右以上的教師表示專題講座的内容分享使其在專業輔導知能以及和學生談論	參與老師反應難得請到企業界高階且成功創業的講師應多給一點講座時間，對於創	全校教師/260人

	中正堂	的經驗分享，並藉經驗影響經驗，勉勵全校師生，提升導師們的輔導知能。	生涯選擇上能有所增長。	業心路歷程與過程可以更加細膩的分享。	
3	身障生導師會議 11/09/13(二)12:00~13:00 宗山樓二樓大會議室	介紹資源教室工作內涵，鼓勵導師主動善加運用各項資源，以協助班上身心障礙學生適應校園生活，並提高學習成效。	9成老師透過會議的方式，宣導資源教室可使用之特教資源，使導師在處理身障生生活適應或學習問題時有資源可以運用	教師對身障生的定義以及取得身分的部分，仍有許多誤解，若有相關會議場合可多加宣導，提升教師輔導班上身障生的能力。	全校教師 /45人
4	轉復學生座談會 11/09/22(四)12:00-13:00 宗山樓二樓大會議室	關懷轉、復學生促進其在校適應，宣達本校各項重要措施(教務、學務)及心理衛生相關資源，以利學生後續運用。	9成學生對於諮商中心的服務及活動內容更瞭解、能夠瞭解自己目前的身心適應狀況、對於軟能力畢業門檻有更多的認識、參加座談後有助於就學適應、更知道如何使用諮商中心的資源。	多數轉復學生未報名參與座談會，將於座談會後將相關資訊寄給學生，並在學生填寫大專心理健康測驗後，篩出需高關懷學生，提供主動關懷。	轉復學生 /40人
5	輔導股長期初會議 11/9/23(五)12:00-13:00 宗山樓二樓大會議室	說明輔導股長義務與權益，宣導諮商暨生涯中心輔導資源及班級輔導、心理衛生活動。	9成以上的輔導股長更了解諮商中心的業務和活動，認識到諮商資源如何使用並轉介同學尋求協助，更了解輔導股長在班級扮演的角色和重要性。	多數輔導股長反應講解清楚，可方便使用line@群組與關鍵字自動回復功能查詢輔導股長相關資訊。	輔導股長 /60人
6	輔導股長期中會議 11/11/11(五)12:00-13:00 宗山樓二樓大會議室	宣導同儕關懷技巧，安排各院系心理師與輔導股長互動，並促進輔導股長彼此間的交流。	8成以上的輔導股長更了解如何扮演轉介者的角色和聆聽他人的技巧。	有許多輔導股長報名了卻未能出席，可多加強行前宣導，並請未能前來之輔導股長事前通知承辦人。	輔導股長 /40人
7	特殊教育推行委員會議 11/11/14(一)12:00-13:00 管理學院 106 會議室	審議112年度特殊教育計畫、教育部補助大專校院輔導及招收身心障礙學生工作計畫及112年度教育部補助大專校院推動身心障礙學生職涯輔導計畫經費申請案。	審議本校特殊教育計畫經費申請案，並規劃身障生職涯輔導方案，向教育部提出112年度補助經費申請，以提升身障生校園生活品質、學習成效及生涯發展。	議程資料的呈現未跟上校務變革，有些數字誤植或名稱錯誤，未來應注意及時更新，以確保資料的正確性。	特推會委員、諮商中心主任、資 教老師/19 人
8	系輔導老師工作會議 11/9/27(二)12:00-13:00	為推廣本校諮商輔導暨職涯發展中心	9成以上的系輔導老師更了解轉介e化系	當日雖然有讓系輔導老師對UCAN測驗於	系輔導老師、諮商暨

	宗山樓二樓大會議室	業務，提升輔導專業知能，交流彼此輔導經驗。	統，且對 UCAN 測驗於學生學習成效衡量之應用有基本的認知，並給予熱烈的討論。	學生學習成效衡量之應用有基本的認知，但受限時間影響，沒有進行更深入地探究。	職涯中心主任、老師 /38 人
	系導師會議 111/11/2 (三)12:00-13:00 各系自行安排	透過學務資料的傳遞，使系所能更熟悉學務工作當前推動事項，並善加運用學務資源協助學生，另能夠運用此平台討論學生學習、生活與適應狀況。	9 成系導師對於學務工作當前推動事項更瞭解，亦知道如何做運用。	有部分科系系助理，為新任所以不清楚系導師會議的重要性，需加強宣導。	系導師、系主任、系教官及系助理/313 人
	新生普測說明會 111/12/6(二)12:00-13:00 宗山樓二樓大會議室	導師能透過此會議了解如何辨識與協助高關懷學生，並知曉諮商資源以提供後續輔導。	9 成導師了解如何辨識與協助高關懷學生。	當天有導師提問該如何與諮商中心合作、瞭解學生狀況，此部份透過當天會議有進行轉介關懷說明，後續應進行院系心理師與各班導師之間的連結，提升導師轉介及關懷的知能。	各系導師、諮商暨職涯中心主任、老師 /47 人