

蓮荷心靈小棧

出刊日期 108/08/01

各位親愛的老師及同仁們，大家好：

蓮荷心靈小棧再次與您見面囉！希望藉由這份刊物，搭起生涯發展與諮商輔導中心與全校教職員們溝通及分享的橋樑，祈願你我皆有更多的學習與感動。

炎炎夏日，願各位師長身心靈都安康。在本期的蓮荷心靈小棧中，為各位師長收錄了多篇與輔導相關的文章以供參考，包括：【為什麼我不被喜歡？有時，你反而需要「接受不合群的自己」】、【各行薪情大公開 想拿高薪鎖定6熱區】、【誰說特殊教育學生是一種標籤】。期盼能為各位蓄積滿滿的正能量。歡迎深入閱讀，祝福大家!!

生涯發展與諮商輔導中心與各位一同成長!!

一、活動預告

108 學年度第一學期輔導知能研討會暨導師會議將於 108 年 9 月 4 日(三)舉行，地點為二坪山校區國際會議廳，此次演講主題為「從認識厭世代了解新世代」與「剛剛好的同理心：照顧他人，同時也顧好自己」，希望藉此增進輔導知能，為您充滿電力，迎接新學期的到來。

二、各系所專責心理師一覽表

主責輔導 老師 (分機)	系所	主責輔導 老師 (分機)	系所
藍文敏 (1253)	電子、語傳、能源、工設(夜)、建築(夜)	吳學治 (1255)	機械、原民專班、文觀、經管(夜甲)、客傳所
劉嘉芯 (2827)	工設(日)、經管(日)、建築(日)	林倚萱 (1825)	材料、光電、財金、資管、應外(夜)
廖于玄 (2828)	電機、土木、文創、經管(夜乙)	彭琬昕 (1206)	華文、資工、化工、環安

諮商輔導

為什麼我不被喜歡？有時，你反而需要「接受不合群的自己」

感覺格格不入，我在團體中「被排擠」了嗎？這時，你可以用 4 步驟來思考：與在乎別人眼光，不如優先考量「該怎麼做能讓自己最舒適」。

被排擠時的思考四步驟：發現被排擠時，該如何思考？

遭到排擠，對女性來說是非常嚴重的打擊。一旦發現只有我沒受邀一起吃午餐，或是大家不知道什麼時候開了一個 LINE 群組時，就會大受震撼。對於以周遭的評價來認定自我價值的女性而言，一旦被視為不被人當作同伴看待時會很難受。讓其他人有「這人遭到排擠」的印象後，也很容易被忽視，或被當作瘟神，人人敬而遠之。

如果你覺得自己好像遭受排擠，請參考在團體中「發現被排擠時該如何思考」的方法。……………[\(繼續閱讀\)](#)

生涯輔導

各行薪情大公開 想拿高薪鎖定6熱區

不管是社會新鮮人還是考慮轉職的上班族，心中難免都會響起這個聲音：合理薪水是多少？又要如何拿到高薪？為了回答這個難以啟齒，又讓人心心念念的問題，《Cheers》雜誌獨家與韋萊韜悅企業管理顧問公司合作，披露目前的薪資行情。

在140多個國家設有據點的韋萊韜悅，自1989年起開始在台灣進行整體薪資與福利調查，去年針對574家台商與外商公司，分析近50萬筆資料，整理出2018年台灣地區整體獎酬市場調查。

以2018年新進人員的起薪範圍調查來說，不難發現，台灣企業還是傾向分配較多薪酬在工程、資訊等職務。另方面，學歷愈高、起薪愈高的關係依舊存在，各職類碩士學歷的年薪都較大學學歷增加約5萬元；其中又以行銷類別最為明顯，一旦度上研究所學歷，年薪可達46萬4,000~55萬8,300元。……………[\(繼續閱讀\)](#)

特教知能

誰說特殊教育學生是一種標籤？！

這一篇文章，我想好好的來談特殊教育學生的身份，是否是一種標籤？這樣的標籤到底是誰決定的標籤？是孩子自己認定？父母認定？老師認定？周遭同學認定？還是社會大眾的認定？

如果這是一張標籤，那麼這標籤上面寫的到底是什麼？他所要傳達的資訊與意義到底

是什麼？

例如以學習障礙或注意力缺陷過動症孩子，取得特殊教育學生身份的資格，主要的考量在於當事人在學校的學習，需考量他的身心特質，而有一些特殊需求的考量。

如要獲取這些特殊需求的協助，就需要經過一連串嚴謹的資格與身分的鑑定，無論是醫療的鑑定，或者是特殊教育的鑑定。這考量在於為使有限的資源，能夠充分運用在實際需要的學生身上，因此在鑑定的門檻上，的確需要把關與設限。……[\(繼續閱讀\)](#)