

# 蓮荷心靈小棧

出刊日期 107/09/01

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。

漫長的暑期即將結束，開學在即，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：「好人」危機、「求職季來了！3大線索掌握場動態 2018 年企業最愛大學生調查」、「從自閉症到發揮潛能，我們還可以如何做？」。期盼能為各位蓄積滿滿的正能量，迎接新學年度的到來!! 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!!**

## 九月份重要工作

- 9/10(一)~9/11(二) 舉行「107 學年度新生學涯導航」活動。提醒大一新生導師務必撥冗出席其中 9/11(二)下午 1:30~2:20 的「導生相見歡」，把握與導生第一次的互動機會，並請協助(1)「大專版--氏憂鬱量表」及(2)「大專校院就業職能平台(UCAN)施測--職業興趣診斷」二份測驗的施測。
- 9/10(一)13:40~15:20 於二坪校區大禮堂辦理新生學涯導航專題講座「年輕不迷茫-做個快樂的聯大人」，講師為中心心理師吳學治老師、林倚萱老師。
- 9/12(三)8:00~17:00 將於二坪校區辦理 107-1 學年度輔導知能研討會暨導師會議。會議議程如下：

日期	時間	活動內容	主持人/主講人	地點	備註
九	08:30~09:00	報到	工作人員	活動中心三樓	
	09:00~09:15	始業式	主講人:蔡東湖校長	國際會議廳	

月 十 二 日  ( 星 期 三 )	09:15~10:00	導師工作業務報告	主持人:蔡東湖校長 侯帝光學務長	國際會議廳	
	10:00~10:20	休息片刻，充電一下	工作人員	活動中心三樓	
	10:20~12:00	在生命的轉彎處~談面對 危機學生之談話技巧	主持人:蔡東湖校長 主講人:蕭富聰老師	國際會議廳	
	12:00~13:30	午餐時間	工作人員		
	13:30~14:10	頒發 106 學年度 績優導師獎暨心得分享	主持人:蔡東湖校長 主講人:績優導師	國際會議廳	頒獎
	14:10~14:20	頒發 106 年度 產學績優教師獎	主持人:蔡東湖校長	國際會議廳	頒獎
	14:20~14:30	頒發 107 年度 研究績優教師獎	主持人:蔡東湖校長	國際會議廳	頒獎
	14:30~14:40	休息片刻，充電一下	工作人員	活動中心三樓	
	14:40~16:30	情緒密碼-為自己心靈 洗澡的好方法	主持人:蔡東湖校長 主講人:陳威廷老師	國際會議廳	
	16:30~17:00	導師工作交流座談會	主持人:蔡東湖校長 侯帝光學務長	國際會議廳	
	17:00~	~賦歸~			

4. 9/13(四)8:30~16:00 將辦理國立聯合大學 107 年度職涯種子教師培訓課程，活動地點:賈桃樂學習主題館聯大分館/資工系一樓 B4-102 教室，歡迎報名參加。課程內容如下：

時間	課程主題	時數	內容
08:30-09:00	報到		
09:00-12:00	(產業趨勢與就業環境) 求職技巧大解析 履歷自傳篇	3	1. O*PASS 求職競爭力量表解析 2. 履歷撰寫要領
13:00-16:00	(產業趨勢與就業環境) 求職技巧大解析 面試篇	3	1. 面試的基本概念 2. 面試技巧

### 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)	劉嘉芯 (暫代) (2827)	華文、資工、化工、環安

## 諮商輔導

### 「好人」危機

你很習慣當好人嗎？

當別人對自己有所求，時常有say NO的困難？

在拒絕別人後，看到別人失望落寞的表情，心裡也會震起一波波的罪惡感？

小時候，我們被教育要當個聽話的「好孩子」，上學之後我們要當個認真向學的「好學生」，長大後我們要成為負責積極的「好員工」……我們把「變好」當作習以為常需要努力的方向。可是卻漸漸發現，當努力的對心儀的對象示好，對方的需要都盡力達成，卻只換來一張「好人卡」，關係卻仍然停留在朋友；努力當一個聽話的好孩子，最後卻是因為聽話而被要求地更多，要達到的標準更高。

努力的達成他人心目中的「好」，卻在最後發現：啊！早知道結果是這樣，我就不要這麼認真跟聽話。卻還是在下一次時候，不自覺地琢磨對方認為的好是怎麼樣，然後又不知不覺地變成對方滿意或喜歡的模樣。……………[\(繼續閱讀\)](#)

## 生涯輔導

### 求職季來了！3大線索掌握場動態2018年企業最愛大學生調查

2017年是職場劇烈震盪的一。趨勢端，AI（人工智慧）崛起，徹底顛覆各種工作模式和內涵；法規端《勞基法》二度修正，則大幅挑戰勞資關係動條件爭議不斷。

至於作為人才供給搖籃的高等教育端，同樣是紛擾頻傳屢成為輿論關注焦點。在這樣的態勢下，企業對高等教育評價及管理挑戰是否出現任何變化？格外值得探究。

《Cheers》雜誌自1997年起進行「企業最愛大學生」調查，迄今已進入第22年。不論從時間縱深與衡量廣度來看，這份調查都是最具權威性的參考指標。……[\(繼續閱讀\)](#)

## 特教知能

### 從自閉症到發揮潛能，我們還可以如何做？

人們把自閉的孩子叫做「星星的孩子」，因為他們猶如天上的星星，一人一個世界，獨自閃爍。

影片中，小男孩被媽媽牽著走進商場，他聽到遊樂器發出兒歌音樂、看到大頭照機閃出刺眼光芒，路人手上拿著塑膠袋摩擦作響、櫃姐為客人試噴香水的濃厚氣味撲鼻而來…接著他看見電視牆上，五六個螢幕同時閃出畫面與聲音，小男孩開始在商場中失控大叫，而眾人投以詭異眼光，看著這場突發的鬧劇…

他並不是調皮愛鬧的小男孩，事實上，他是一名自閉症患者。這支影片由英國自閉症協會以第一人稱視角拍攝，呈現出自閉症患者的世界與一般人完全不同，輕微的感官刺激就足以使他無法負荷，而當他因此出現無法控制的行為時，就成了外人眼中的不定時炸彈。……………[\(繼續閱讀\)](#)