

蓮荷心靈小棧

出刊日期 107/12/01

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。

期中考剛結束，懇請各位導師特別關助學生學習情形，若遇生活作息異常或到課情形異常學生，能初步約談了解學生問題，如需心理輔導協助者請轉介諮商中心各系所輔導老師，也歡迎來電諮詢輔導策略，抑或推薦參與本中心舉辦之學習輔導相關活動。此外，對於家中突遭變故者，除可協助學生申請校內外補助外，亦煩請特別關注學生身心狀況，如有需要亦可進行轉介，由專業輔導的介入，讓我們一同守護孩子，建立全校性的輔導支持網絡。

隨著社會的開放，性別議題的多元與複雜程度更勝於以往，尤其涉及法律相關問題大家不可不知，敬請各位導師能在適當的機會提醒同學注意。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：「《不可不知》自重尊重 營造青少年健康兩性關係」、「10 個關鍵字職涯成功密碼」、「輔助科技面面觀-應用服務模式 特殊生做學習的主人」。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!!

十二月份重要工作

1. 敬邀您參加 12/19(三)輔導知能-聽見情緒背後的聲音：談學生情緒輔導技巧。平日與學生互動過程中，是否遇到過因情緒問題而影響課業學習，每一個負面情緒背後，都曾經站著一個哭泣、內心受傷的自己，面對負面情緒，最難的是「對自己誠實」……。讓我們一起來探索學生負面情緒的來源、練習具體的情緒輔導技巧，誠摯的邀請您。
2. 為達到預警效果，避免同學在疏忽課業的情形下被退學，懇請老師於 108 年 1 月 4 日（五）前約談貴班**期中預警**的學生，並將學生「學習不佳原因」登錄於「導師輔導紀錄表」中。

3. 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

十二月份活動公告

活動聯絡電話、mail 如下：

☆諮商輔導：八甲校區共教會 G2 棟 3 樓、381245、e-mail:counseling@nuu.edu.tw

☆職涯發展輔導：八甲校區資工系 1 樓(賈桃樂學習主題館聯大分館)381242、e-mail:career@nuu.edu.tw

☆資源教室：二坪山校區產研創新暨推廣大樓(舊行政大樓)2 樓、381256、e-mail:yayu0606@nuu.edu.tw

週次	日期	時間	主題	主講人	地點	備註
12 ~ 15	12/3 (一)~ 12/28 (五)	09:00-21:00	愛在聖誕~ 生命教育關懷 月系列活動	守護天使 志工團隊	聯合校園 苗栗社福 機構	諮商 資教
12	12/5 (三)	13:00-14:50	別讓負面情緒綁架 你-打造更健康的人 際關係與生活	胡展誥心理師 (知名作家)	八甲校區 圖書館二樓 L1-213 大團體視聽 室	諮商 (已額滿)
12	12/5 (三)	17:00~19:00	桌遊 mix 牌卡 迸出人際新滋味	諮商中心 諮心聯盟守護 天使志工團隊	八甲校區 荷香園 學生餐廳	諮商 資教
13	12/12 (三)	13:00-14:50	打開性別眼、 看見新世界	郭雅貞心理師	八甲校區 光電系二樓 B3-228 中型演講廳	諮商 (已額滿)
14	12/19 (三)	13:00-14:50	導師輔導知能- 聽見情緒背後的 聲音：談學生情緒 輔導技巧	胡展誥心理師 (知名作家)	八甲校區 資工系一樓 B4-102 教室	諮商

週次	日期	時間	主題	主講人	地點	備註
15	12/26 (三)	12:00-14:50 (3 小時)	學會學-學習之道的智慧分享會 (演講及團體活動)	陳鏗任教授及其研究團隊 (交通大學教育研究所)	八甲校區 資工系一樓 B4-102 教室	諮商 (已額滿)
15	12/27 (四)	17:00~20:00	桌遊 mix 牌卡 迸出人際新滋味	諮商中心 諮心聯盟守護 天使志工團隊	二坪校區 活動中心 一樓	諮商 資教
12 ~ 15	12/4 (二)~ 12/25 (二)	18:30~20:30	小團體: 塔羅與我-談情感	藍文敏老師	二坪校區 產研創新暨 推廣大樓 七樓情 境教室	諮商 (已額滿)

諮商輔導

《不可不知》自重尊重 營造青少年健康兩性關係

許多民眾在青少年時期，開始對於兩性關係開始出現嚮往，臺北市政府衛生局呼籲，由於青少年正值兩性及親密關係發展階段，因此學習自重尊重的交友態度，才能營造一個健康長久的親密關係。

根據衛生福利部近10年的統計資料顯示可發現，全國性侵害案件被害人年齡以12~18歲的青少年最多，共占51.2%，而加害人年齡為12~18歲的青少年占整體之18.4%；以臺北市來說，性侵害被害人同樣以12~18歲的青少年最多，共占38.7%，而12~18歲的加害人也是整體佔率中最高的，佔了16.5%。

臺北市衛生局分別於民國96年與102年針對校園5萬餘小學五年級至高中(職)學生進行調查，結果顯示具戀愛經驗的學生比例，在國小由12.9%增加至20.65%，國中由25.12%增加至27.8%，高中(職)則由41.84%增加至48.1%，由此可知，青少年具戀愛經驗的比例不但逐年增長，且初次戀愛的年齡也逐漸年輕化。……………[\(繼續閱讀\)](#)

生涯輔導

10個關鍵字職涯成功密碼

現代人購買3C產品，常以「性價比」做為選購指標，也就是性能/價格，性價比愈高代表愈物超所值。職場上你的性價比有多少呢？微星科技人力資源暨行政管理處協理簡文哲表示，要設法讓自己成為「值得」的人才，讓人知道你不只值22K。

前亞都麗緻飯店總裁嚴長壽的第一份工作是送貨小弟，舉凡別人不想做的他就自告奮勇幫忙，平均每半年就被拔擢新的職位，二十八歲時升為美國運通總經理。

工作不要只要挑「軟」的做，凡是需要拚業績、常加班、壓力大的統統不要，這樣你

的性價比一定不高。有人認為薪水又不高，工作盡本分就好，何苦賣命？簡文哲很不以為然，「機會不等人，機會來時，高C/P值的人就出頭了。」微星一位資深經理剛進公司時只是專員，同期的人連副理都還升不上去，他的職位卻比別人高出三級。因為大家都避之唯恐不及的苦差事，他都自告奮勇接下、幫老闆解決難題，當然薪水和職級三級跳。……………[\(繼續閱讀\)](#)

特教知能

輔助科技面面觀-應用服務模式 特殊生做學習的主人

輔助科技是指可以用來改善身心障礙者生活的相關設備、服務、策略及介入計畫。「人類活動輔助科技模式 (human activity assisstive technology, HAAT)」是常被提及的輔助科技服務模式，透過活動 (Activity)、人 (Human)、情境 (Context)，以及輔助科技 (Assistive Technology) 組成要件，來強調人、活動及輔助科技之間的互動關係，最主要是幫助個人在特定情境中，運用輔助科技設備來參與活動。例如：一名無法言語的腦性麻痺學生 (人) 以電動輪椅 (輔助科技) 代步，到便利商店 (情境)，使用平板式溝通輔具 (輔助科技)，向店員表達要購買什麼飲品，並請他協助 (活動)。

另一個可應用在特殊生的輔助科技服務模式，是學生、環境、工作及工具模式 (Student, Environment, Task and Tool, SETT)。在學生的部分，會考量特殊生的能力及他參加活動的限制；在環境的部分，要了解特殊生的教學環境是否必須調整，能得到哪些支持；工作部分，要能分析特殊生參與的活動類型；工具部分，須考量是否有合適的輔助科技設備及服務能增進特殊生的表現。……………[\(繼續閱讀\)](#)