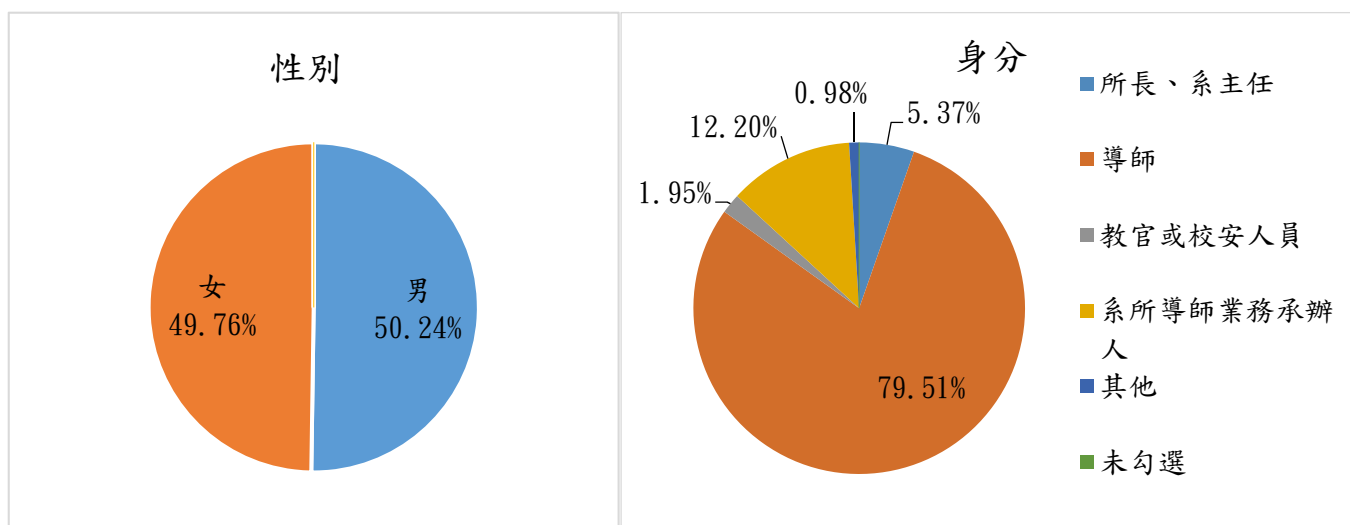


109 學年度第 1 學期學生事務與輔導工作研討會滿意度統計

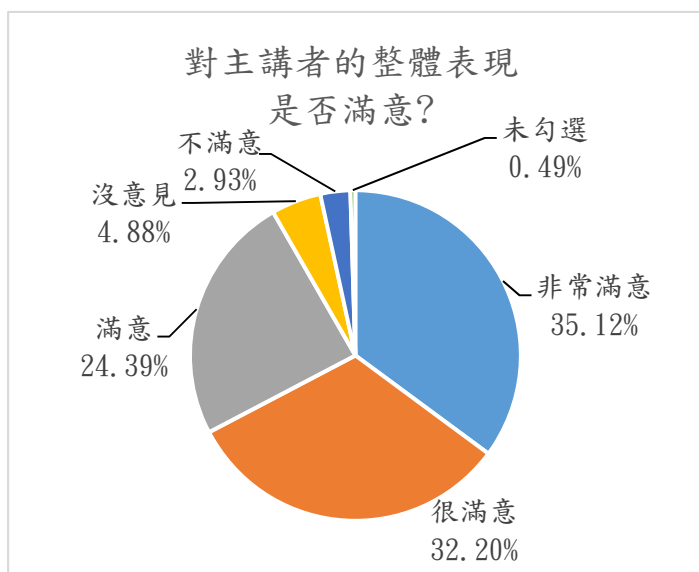
109.11.23

本次回收（紙本與網路）共 205 份。

壹、基本資料統計

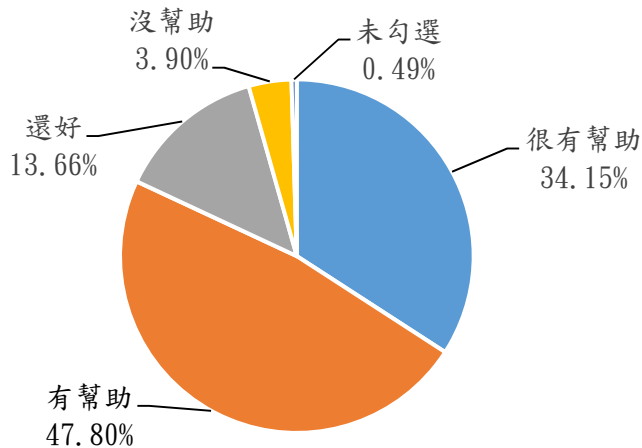


貳、活動滿意度統計



問卷中列舉之原因：無

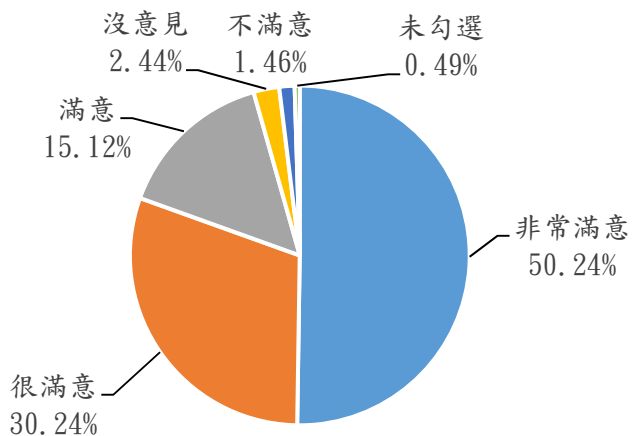
請問專題演講的內容
是否對您有幫助？



問卷中列舉之原因：

1. 重要健康資訊，與輔導內容連結。

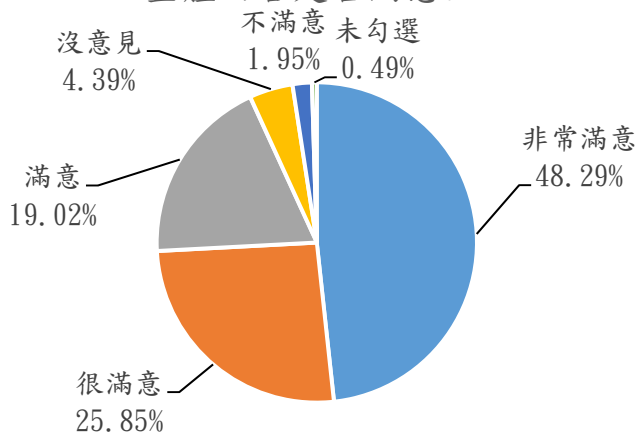
對本活動的時間及報名
名便利性是否滿意？



問卷中列舉之原因：

1. 可以避開午休的時間為佳。
2. 活動希望可以從 11:20 開始。
3. 午餐時間拖晚了。
4. 到 13:10。

對本次活動地點的安排
整體而言是否滿意？



問卷中列舉之原因：無

參、 期待在本研討會可以聽到的主題

主題類別	內容
學生輔導知能	1. 學生輔導（技巧指引、資源、障礙生輔導等）。 2. 現在年輕人心裡在想什麼？怎麼應付他們？ 3. 學生感情如何安撫。 4. 如何從和學生導談中發掘學生可能的問題？ 5. 學生不願意去心輔組時，如何處理？ 6. 學生經濟協助資源。 7. 學生若願意親自說明自己的問題，幫助會更大。 8. 精神疾病學生議題。 9. 情緒管理。 10. 紓壓。 11. 感情或網路遊戲成癮的議題。 12. 研究生與指導教授間的相處磨合課程主題。 13. 如何輔導學生自我探索，工作方向？ 14. 宗教輔導之做法。 15. 系所人員如何協助？ 16. 如何培養學生守法及紀律的態度？ 17. 導師如何避免踩到學生地雷？ 18. 本校案例。 19. 一些導師工作的實例。 20. 分享其諮商問題。 21. 如何彙整輔導工作內容，較有效率的方式？ 22. 如何避免學生事務與輔導工作流於形式？ 23. 美麗安全健康快樂有吸引力的校園如何提供給學生？ 24. COVID-19 對教學的注意及視訊教學的使用，校安中心的功能及資源及導師如何協助學生利用。

肆、 活動建議與改進方向

內容
1. 有何技巧、適合的對話或者該避免說法。 2. 與特殊、高需求者進行對談。 3. 針對自閉、亞斯伯格症等特殊學生之輔導。 4. 壓力調適。 5. 導師業務的評比，使輔導業務演化成一種競賽，個人認為對輔導業務之常態化的影響是負面的，不健康的，建議可考量不同鼓勵機制，ex: 要求系所導師應完成各自的基本項目，盡了所應負責的項目後，就可給予獎勵，而不要去比較，分優劣。 6. 紓壓。 7. 時機上有一點點晚，但是仍是很有用，可以瞭解我們在守門人上所扮演的角色。 8. 重點是分享學生的心理不是心理師的心路歷程。 9. 建議在擷取社交軟體時，去識別化，EX: 大頭貼。 10. 投影片上的 information 請寄給導師，用拍照不方便紀錄，EX: Q&A 中導師所尋求的輔導資源。 11. 希望能提供實用資訊供導師及行政人員參考。 12. 光復校區場地好。 13. 心輔組辛苦了！美麗余組長報告清楚明瞭，聲音溫柔但堅定。 14. not the time from 11:10 to 13:00。 15. 以較小的規模方式舉行，人太多無法互動。 16. 增加心理輔導師。 17. 便當訂好吃一些，最好要有餐後水果。 18. 投影機對焦不準看起來很難過。 19. 控制時間(太久)。 20. 時間太長，可以更去蕪存菁一點更好。

伍、 業務單位檢討與建議

- 一、 導師輔導技巧、轉介學生等 Q&A，敬請參閱附件 2-1。
- 二、 觀察到身邊的人心情不好，甚至想傷害自己時之如何協助與輔導資源，敬請參閱附件 2-2。
- 三、 如遇學生緊急狀況，校安中心 24 小時專線(06-2381187 或 06-2757575 分機 55555) 通報處理，「國立成功大學學生精神疾病及自我傷害處理流程」敬請參閱附件 2-3。
- 四、 有關主題類別建議：紓壓、精神疾病的了解、如何面對人際互動、時間管理、性別平等教育等，每學期心理健康與諮商輔導組辦理一系列情緒壓力、人際溝通、時間管理、性別平等教育等講座、工作坊及成長團體，工作坊對象為教職員工生，成長團體主要對象為學

生，敬請參閱下表。未來活動對象持續規劃辦理。

【活動型式說明】

講座：一次性活動，時間大約是 2-3 小時左右，人數較無限制。主要由講師進行知識傳遞或個人經驗分享，與聽眾的互動方式與多寡則視講師風格而定。適合想多學習新知、瞭解他人經驗、拓展思考廣度的人。

工作坊：一次性活動，時間大約是 1-2 天，人數限制依活動主題而定。過程中通常會包括講課、活動體驗與分享等等，適合想探索自己以及與他人交流的人。

團體：每周一次，平均一學期會進行 6-8 次。通常有特定主題，大約 8-12 人共同進行，過程中會有較多互動、活動體驗、與分享，適合想深入探索自己以及與他人交流的人。

109 學年度第 1 學期心理健康與諮商輔導組幸福力養成計畫

【關於愛情的二三事】

活動時間	主題	地點	講師 / 主辦
109.09.23(三) 15:10-17:00	愛的模樣(一)—親密關係價值觀大探索	心輔組小會議室	廖聆岑心理師
109.10.07(三) 15:10-17:00	愛的初心(二)—探索個人特質，以及我在關係中的樣貌	心輔組小會議室	廖聆岑心理師
109.10.21(三) 15:10-17:00	愛的風暴(三)—親密關係中的溝通 1	心輔組小會議室	廖聆岑心理師
109.11.04(三) 15:10-17:00	愛的風暴(四)—親密關係中的溝通 2	心輔組小會議室	廖聆岑心理師
109.11.18(三) 15:10-17:00	愛的平行線(五)—好好說再見	心輔組小會議室	廖聆岑心理師

【希望心靈富足】

活動時間	主題	地點	講師 / 主辦
109.10.14- 109.12.09 (每周 三)18:30-20:30	往相反的地方去—孵夢、讀夢、玩夢 團體	心輔組團諮室	黃子寧實習心理 師
109.10.15- 109.12.03 (每周 四)18:30-20:30	談一段與自己的戀愛	心輔組團諮室	洪欣宜實習心理 師

【期待人我和諧】

活動時間	主題	地點	講師 / 主辦
109.09.19(六) 09:10-16:10	聞香減壓~芳療紓壓工作坊	機械系館 4 樓 91408 室	錢靜怡心理師

【人際溝通訓練】

活動時間	主題	地點	講師 / 主辦
109.10.06(每周二)18:30~20:30	聊聊天這件事—人際溝通練習團體	心輔組團體室	林采明實習心理師

【其他】

活動時間	主題	地點	講師 / 主辦
109.09.01- 109.12.31 預約式，額滿為止	想破頭啊！（用自我引導問句幫助問題解決的思考）	心輔組小會議室	許民憲心理師

導師Q&A

Q1：我想知道高風險學生名單，可以嗎？

A：學生輔導法第17條「學生輔導工作相關人員，對於因業務而知悉或持有他人之秘密，負保密義務，不得洩漏。但法律另有規定或為避免緊急危難之處置，不在此限。前項人員並應謹守專業倫理，維護學生接受輔導專業服務之權益。」。此外，心理師法第17條「心理師或其執業機構之人員，對於因業務而知悉或持有個案當事人之秘密，不得無故洩漏。」也因此，**除非學生有自我傷害或傷害他人的風險，以及其他法律所規定的事項外，心理師不得打破保密的規定。但是，如果學生狀況許可，或會影響學業，心理師會鼓勵學生告知老師。**

Q2：沒有學過輔導技巧，我身為導師，可以做甚麼？

觀察、關心、支持、認識學校輔導資源、

☒ **別這麼說：想開一點、很快就會好起來**

☒ **可以這麼做：**

☒ **傾聽與理解**，例如：「你還好嗎？」「感覺你很挫折、你一定覺得很苦惱...」「如果是我，也會覺得很不好受」

☒ **陪伴與支持**，例如：「我很願意跟你一起想想看要怎麼解決你的困境」、「如果你暫時不想說，沒關係。但如果有需要可以讓我知道」

導師Q&A

Q3：學生出現哪些狀況需要轉介？

有明顯自殺意念、出現怪異行為（例如：覺得有人要害他、有人在監視他、自言自語…等）或性格、行為有明顯變化者（例如：突然變得容易暴怒，甚至出現暴力行為…等）、情緒不穩、失眠超過一個禮拜、學業成績明顯降低、沒有特殊原因已持續一段時間未到校上課者、目前生活中有明顯壓力源，需長期高關懷者。

Q4：如何轉介心理師？

打電話、或面對面、Email(可詳述學生狀況提供訊息)、諮商系統：
填寫學生轉介單、查詢導生高關懷名單。還可以預約自己的單次諮詢哦！



Q5：我把學生轉給心理師之後，我可以知道學生談的狀況嗎？

心理師在與學生接觸後，會主動聯繫老師回覆評估狀況，以及後續計畫。若老師沒收到回覆，亦可主動與心理師聯繫。

Q6：學生已休學，心輔組會持續提供服務嗎？

若評估學生有需求，且仍留在台南，心輔組會視狀況持續提供諮商服務協助。若學生同意，導師也可以偶爾透過電話或Email關心。

一起手拉手，關懷你和我

附件2-2

生活中有時候會出現我們難以預料的事情影響我們的心情，

- 情緒：驚嚇、害怕、悲傷、難以接受、罪惡感、易怒、易緊張.....
- 生理：食慾及睡眠受影響、頭痛、拉肚子、身體緊繃.....
- 行為：哭泣、責備自己及他人、什麼都不想做或做很多的事、喝酒、抽菸.....
- 認知：反覆憶起事件、注意力無法集中、自責的念頭、人生無常.....

當我們身心出現這些改變時，你可以試試這些方法，
協助自己穩定情緒：

- 維持作息：盡可能維持規律的作息，有助穩定身心狀態。
- 找人陪伴：找家人、朋友及師長聊天、吃飯或是散心。
- 興趣抒壓：透過喜歡的休閒協助自己轉換情緒。
- 運動宣洩：撥出時間運動以緩解壓力。
- 宗教信仰：透過宗教信仰協助自己平靜心情。

當我觀察到身邊的人心情很不好，甚至想傷害自己時，
我可以

1. 問：主動關懷及積極聆聽。
2. 應：適當回應和支持陪伴。
3. 轉介：資源轉介與持續關懷，透過多方陪伴提供更好的支持。

如有立即性的危機，請直撥 **119** 請求協助

24小時校安中心：(06)238-1187 或校內分機 55555
心輔組：校內分機 50328

找到他的家長、朋友 → 連絡系所(導師、系主任、系辦行政人員)、宿舍管理員、輔導員、房東

如果這些情形嚴重影響生活，
或是持續超過一個月以上，
請務必尋求專業人員的協助，
尋求協助不是脆弱而是堅強，
需要時歡迎預約心輔組諮商，
讓心理師陪你一起度過。



心輔組諮商預約

Let's hold each other's hand and take care of each other

Sometimes things happen unexpectedly in our lives that affect our moods,

- Feelings: shocked, scared, sad, unbearable, guilty, irritable, tensed...
- Physical: loss of appetite and sleep, headache, diarrhea, tense body...
- Behaviors: crying, blaming self and others, not feeling like doing anything or doing too many things, drinking, smoking...
- Thoughts: recurrent thoughts or memories, difficulty concentrating, self-blaming, feeling uncertain about life...

When we feel those changes in our body and mind, you could try the following ways to you stabilize your mood:

- Keep your routine: Trying to keep your daily routine and activities can help you feel grounded in your mind and body.
- Reach out to other people: Talk to your family, friends, and teachers, have meals with them, or relax.
- Do things that you like: Doing activities you like for recreation can help you change your mood.
- Sports: Finding time for sport can reduce stress.
- Religious and spiritual belief: Religious and spiritual practice can help you feel calm.

If someone around me feeling distressed, or even wanting to hurt themselves, I can--

1 Ask: Show your care and be an active listener.

2 Respond: Respond appropriately, offer your support and be there for them.

3 Referrals: Reach out to other resources and continue to provide support. Seeking out multiple resources can provide better care.

- For immediate danger, please dial 119 for help.
- 24/7 hotline through NCKU security center: (06)238-1187 or Ext.55555.
- Ext. 50328 for Counseling and Wellness Services Division.
- Reach out to their parents and friends.
- Contact the Department (Professor, Department Chair, Department Secretary), Student Housing Managers, Counselors, or Landlord.

If these conditions seriously affect your life, or last more than 1 month, please seek professional help. Seeking help is not a sign of weakness, instead it's a sign of strength. Please make an appointment when you feel a need. Let counselors support you through this time.



For appointments:

國立成功大學學生精神疾病及自我傷害處理流程

99年5月12日第689次主管會報修正通過

101年2月22日第721次主管會報修正通過

103年12月24日第774次主管會報修正通過

校園事件—學生精神疾病及自我傷害

校安中心 24 小時專線(55555、06-2381187)

進入「成大校園事件通報系統」

值班人員接觸個案並至現場瞭解個案情況，研判是否為自傷或傷人高危險群

1. 聯絡家長(境外生聯絡導師或指導教授及國際事務處共同協處)。
2. 請心輔組與衛保組至現場處理(如非上班時間，聯絡該兩組電話留守人員提供必要的資訊或協助處理)

否

是否立即送醫

是

依照個案狀況給予適當處理

1. 降低自傷或傷人危險性
2. 討論不自殺契約
3. 安排照顧者與保護性環境
4. 考慮門診治療與中長期心理諮詢

研判立即送醫指標

評估是否具有自傷或傷人之虞，但非處在保護性環境下，包括：

1. 無法進行溝通。
2. 情緒及行為不穩定。
3. 具不符合現實的知覺或思考(如妄想、幻聽)
4. 藥物或酒精濫用。
5. 曾有多次自傷行為
6. 缺乏社會支持系統(如獨居、無好友)

1. 告知家長同意送醫

2. 駐警隊協助送醫

3. 至醫院瞭解個案情況，

如何請求協助送醫

1. 連絡成醫急診室
(7-2225、7-2222、06-2766119) 或救護車(119)
2. 校內-連絡駐警
(66666) 戒護
3. 校外-租屋處轄區派出所

詳細記錄個案處理狀況，並依嚴重度報告主管及通知各單位協調事項

- 心輔組(50320)：住院期間與精神科保持聯繫並提供必要之心理諮商；出院後安排個案持續之中長期心理諮商；後續處理及回報。
- 軍訓室(55555)：追蹤及通報後續處理情形。
- 住服組(86340)：酌予協助學生出院後之特殊住宿需求。
- 衛保組(50430)：提供對同學及家長諮詢與衛教；建立家屬與醫療院所之專業溝通橋樑；後續處理及回報。
- 國際事務處(50990)：協助境外生輔導相關事宜。

系所辦公室

- 系所主管：慰問支持及協助請假、補課事宜。
- 導師：安排照顧、慰問與支持及學業輔導。
- 班代：協助安排同學照顧。

Campus Mental Illness and Self-harm Case Report and Process Flow Chart

Approved by the 689th Supervisory Board on 12 May 2010

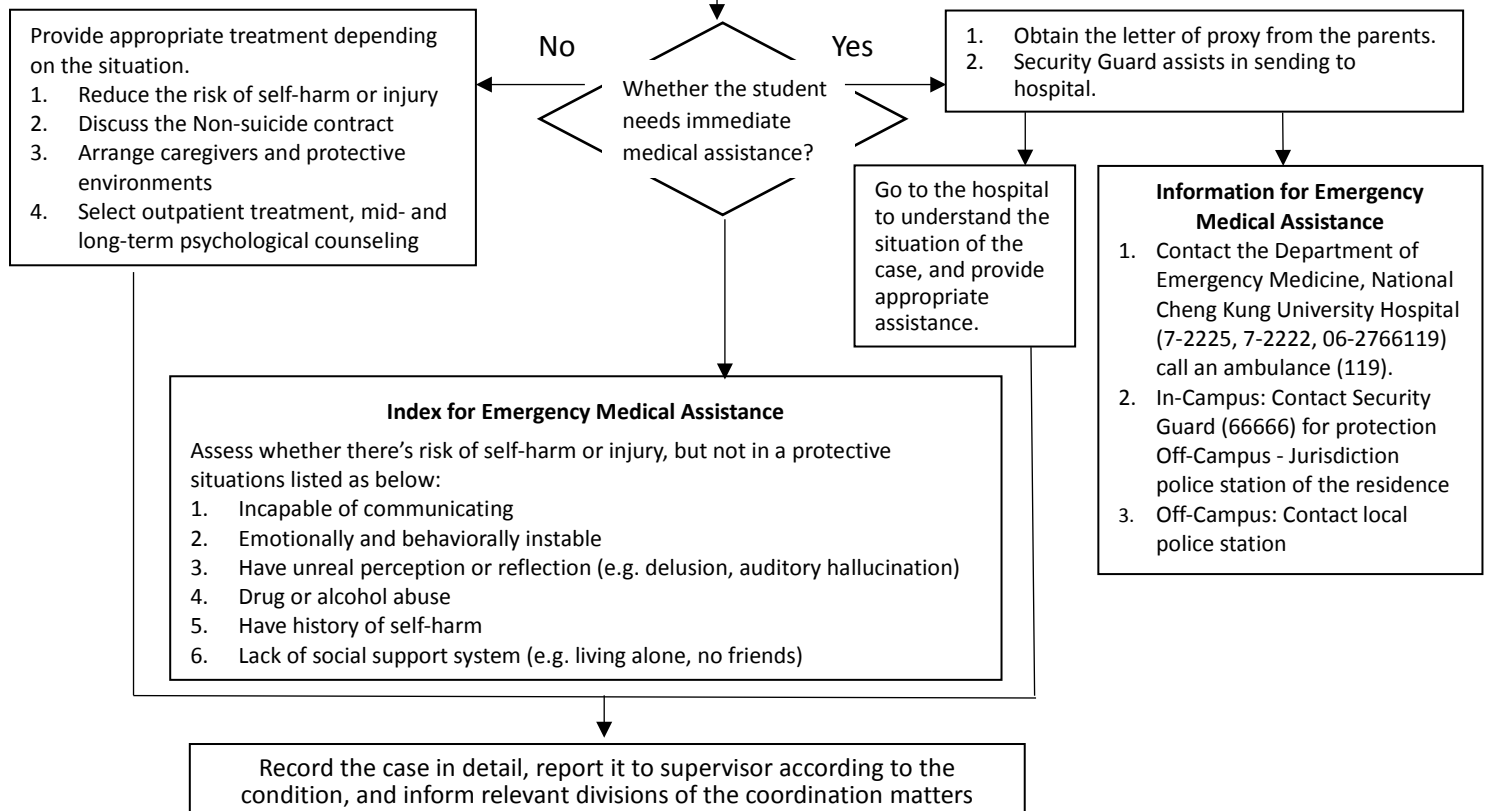
Approved by the 721th Supervisory Board on 22 Feb 2012

Approved by the 774th Supervisory Board on 24 Dec 2014

Campus Incident- Mental Illness and Self-harm Case

NCKU Security Center (55555, 06-2381187)
Enter < National Cheng Kung University Incident Report System>
Military training instructor on duty engages the case, arrives at the scene to grasp the situation, and evaluates whether it is a high-risk group of self-harm or injury.

1. Contact the parents (if foreign students, contact the tutor or adviser and Office of International Affairs)
2. Counseling and Wellness Services Division and The Health Center arrive and process at the scene (if not working hours, contact the on-call staffs of the two divisions, provide the necessary information or consultation assistance, and work together on the next working day)



Counseling and Wellness Services Division (50320)

- Keep in touch with the psychiatric department during hospitalization and provide necessary counseling service.
- Arrange the continuous and long-term psychological counseling for the case after discharge

Military Training Division (55555)

- Case track and report, Follow-up and report

Student Housing Services Division (86340)

- Accommodation arrangement for student after discharge

The Health Center (50430)

- Provide counseling service and health education to students and parents.
- Establish a professional communication bridge between family members and medical institutions.
- Follow-up and report

Office of International Affairs (50990)

- Assisting overseas students in counseling.

Department office

- Head of department: Condolence support, assistance for leave and make-up class
- Tutor: Arrange care, condolences and support, academic consultation
- Class representative: Assist in taking care of the students.

※These regulations were translated from the original Chinese. In the event of any discrepancies between the two versions, the Chinese always takes precedence.