

國立成功大學
110 學年度第 1 學期
學生事務與輔導工作研討會



主辦單位：學生事務處

承辦單位：心理健康與諮商輔導組

中華民國 110 年 11 月 29 日

目 錄

會議程序	3
109 學年度各系導師輔導工作獲獎名單	4
卓耕宇主任簡歷	5
109 學年度全校輔導傑出導師專訪特輯	6
經濟學系 蔡群立教授	6
化學系 林弘萍特聘教授	11
統計學系 蘇佩芳副教授	16
心理師服務系所、聯絡方式與轉介說明	20
心輔組諮商服務平台介紹	22

110 學年度第 1 學期學生事務與輔導工作研討會

會議程序

- 11:00~11:10 簽到入座
- 11:10~11:15 主席致詞
- 11:15~11:30 頒發 109 學年度各系導師輔導工作獎勵得獎之獎牌
- 11:30~11:35 專案宣導：學生操行-有關導師登錄分數作業
生活輔導組 黃郁真小姐
- 11:35~12:35 專題演講：現今校園常見性別事件之輔導與處遇
講者：卓耕宇主任（高雄市立中正高級工業職業學校輔導處）
- 12:35~12:50 導師工作問題研討
- 12:50~ 散會

109 學年度各系導師輔導工作獲獎名單

Award-winning departments in the 2020-2021 academic year.

特優：

醫學檢驗生物技術學系 Medical Laboratory Science and Biotechnology
交通管理科學系 Transportation and Communication Management Science
護理學系 Nursing
系統及船舶機電工程學系 Systems and Naval Mechatronic Engineering
職能治療學系 Occupational Therapy

優等：

物理治療學系 Physical Therapy
經濟學系 Economics
化學工程學系 Chemical Engineering
都市計劃學系 Urban Planning

甲等：

工程科學系 Engineering Science
電機工程學系 Electrical Engineering
統計學系 Statistics
生命科學系 Life Sciences
工業與資訊管理學系 Industrial Information Management
企業管理學系 Business Administration
法律學系 Law
外國語文學系 Foreign Languages and Literature
水利及海洋工程學系 Department of Hydraulic and Ocean Engineering

卓耕宇主任簡歷

現職：高雄市立中正高級工業職業學校輔導室主任

公部門參與：教育部性別平等教育委員會課程教學組副召集人

國教署性平工作小組委員

國教院教科書中心性平議題諮詢小組委員

國教署高級中等學校性平教育資源中心學校諮詢委員

高雄市性別平等教育委員會事件防治組召集人

學歷：彰化師大輔導與諮商學系 86 級畢業

慈濟大學教育研究所畢業

高雄師大成人教育研究所博士班肄業

輔仁大學心理系博士班肄業

經歷：國立臺東高中專任輔導教師(1997-2003)

國立屏東教育大學師培中心/通識教育中心/教育系兼任講師(2006-2008)

社團法人台灣性別平等教育協會理監事/理事長(2004-2020)

高雄市學生輔導諮商中心大寮分區/個案管理組督導(2020-2021)

專長：青少年團體動力/親職教育/性平教育/多元性別(教育部性平教育師資人才)

獲獎紀錄：教育部 107 年度高級中等學校傑出輔導人員獎

109 學年度全校輔導傑出導師

專訪特輯

經濟學系 蔡群立教授

撰文：新聞中心實習記者 羅苡暉

訪談：心輔組 鄭淑惠、新聞中心實習記者 羅苡暉

生活在網路快速發展的世代，資源的獲取越來越容易，但競爭也越來越激烈，很多學生也容易陷入資源過多的迷茫。面對這個世代，群立老師除了用朋友的心態與學生相處，努力利用資源幫助學生，更重要是希望勉勵同學們還是要付出行動，「先盡力後隨緣，但很重要還是要開心生活。」

#把學生當朋友，在朋友需要時伸出援手

群立老師進入成大十六年，除了休假那一年，其餘十五年皆擔任導師，甚至連擔任主任時也同時接任導師。「擔任導師，我可以更理解學生的需求，而擔任主任，讓我有更多且更快速的資源可以幫助學生，雖然要付出更多心力，但很值得。」從一開始就可以感受到群立老師對學生的用心。而面對這麼長時間的與學生相處，我們問老師對於擔任導師這麼多年的心情變化及保持動力的訣竅，老師分享其實心境並沒有甚麼太大的改變，可能因為對擔任導師的期望就是沒有設限，希望可以像朋友般地與學生相處，幫助更多的學生，正向的影響他們。至於保持動力及花很多時間在學生身上，老師認為花時間是小事，自己更希望可以真的幫助他們，更提及可以把學生當作朋友，把人與人的相遇當作很特別的緣分，而每年都會有新的朋友、學生，何嘗不好。這樣的心態轉換也會讓導師工作變得比較不是額外的負擔，反而像是結交朋友並在他們需要幫助時伸出援手，在遠行時給予祝福。

#珍惜每次相遇的緣分

訪談過程中，常常感受到老師十分珍惜與學生的每一段緣分，這也可以源於群立老師擔任導師第四年印象深刻的故事。那時有次導聚老師與一位大四學生同桌吃飯，當時學生就有分享自己喜歡爬山但家裡卻十分反對，並跟老師分享每次登山的喜悅及下次要

去爬山的期待，後來個別導談也分享許多登山的故事，老師也十分祝福並叮囑那位同學一切小心安全。之後在某次過年前後，老師忽然收到學校的電話，說有同學登山失蹤，而那位同學當時也連絡不上，當時老師也安慰他的家長一切都還有希望，但過了幾天，結果出來了，失事的就是那位學生，這也成為老師永遠不會忘記的故事。雖然難過，卻也讓老師更珍惜每次與不同人相遇的緣分。這個故事之後也有個小插曲，大約四五年後，老師又遇到一位喜歡登山的學生，那位女學生也分享他們每年都會帶漫畫去那位學長失事的地方紀念他，也讓老師很感動，感受成大學生的善良。

#導師就像是家醫科，第一線處理不同的疑難雜症

面對學生的各種情緒，很多時候是負面的，問老師應該如何處理這些情緒。老師反而覺得還好，「我常常開玩笑對同學說，你們的這些煩惱有時是因為你們在這個年紀，若你們年長一點回去看這些問題，這些可能就不會是問題了。」，所以有時面對學生不同的情緒，對老師說反而不是負面的情緒，那這時老師很常做的就是善用同理心、傾聽學生的需求，透過說出來，很多學生就更釐清自己的方向，有時更只是希望可以有人能支持他們的意見，推他們一把，但每個學生的特質都不一樣，還是要依不同學生的特質有不同的處理方式。

問到學生最常遇到的問題，老師表示很常是生涯規劃、不知道畢業要做甚麼，那老師有時就會請他們先思考之後最想要做甚麼，如果都不知道，可以利用排除法，慢慢將範圍縮小，慢慢縮到一個範圍，就往前走吧。因為現在很多人也會讀碩博士，所以還有一些摸索的時間，就繼續往前走。這個回答並不是不給明確的方向，而是勉勵學生不要設限自己未來的路，在往前走的路上也會更認識自己，找到自己喜歡的路，老師更表示自己也是這樣摸索上來的，也分享在前面幾個工作若是不喜歡就可以趕快換，透過嘗試找到喜歡的方向，做了才會知道接下來的成果。最終不管有沒有找到目標，最重要的還是要付出行動，踏出嘗試那一步。

#盡力後隨緣，開心最重要

老師也分享曾經遇到一位學生，同時雙主修兩個科目卻在心情上造成很大的壓力，而去詢問老師應該如何處理。當時老師聽到後就直接建議學生負荷不來就退掉，不要讓自己壓力這麼大，開心最重要，那同學就說有其他老師建議要努力維持，父母沒意見，那他也覺得若是維持會很棒但目前壓力很大，當時老師聽完還是建議同學退掉，並不是

為了附和他，而是在各種評估下，同時感覺其實學生是希望老師可以支持他的決定，最後學生也退掉了，在畢業後也到很棒的研究所，這也讓群立老師覺得當導師還有很重要的一部份是引導學生做出更開心的決定。

老師也分享，雖然都是大學，有時候不同學校要處理的問題卻不太一樣，像私立學校處理的問題就跟國立不太一樣，像成大的學生可能就比較是對自我要求太高、想太多、過度要求自己等，雖然老師覺得在成大蠻幸福的，學生都很優秀，但在私下、課程上不時勉勵學生要適時放鬆，過開心一點，更認為學業、專業很重要，但人際關係也是十分重要的一環。

#建立「可以找我尋求幫助」的形象

如何發現學生的需求或是願意讓他們說出自己的難處。群立老師分享，他認為很重要事件建立「老師會幫助你」的形象，像是透過每學期的一對一對談，雖然只是一些日常瑣事、輕鬆的對話，但也可以更了解學生，最重要是讓學生信任你。「發現問題，不如讓學生主動來找你」，讓學生若是真的需要幫助，他就會願意來找你協助。但除了學生主動尋求協助，老師也可以參考心情量表、導談等間接關心同學。

問到有沒有諮詢學生或是建立形象的 SOP，老師認為每個學生的特質都不一樣，很難用制式的流程來面對每一個特質，很重要還是要願意真誠的認識每一位學生。更說到師生關係的溝通是雙向的，有時候雖然老師很願意幫助學生，但若學生不願意講，有時候也是學生自己的損失，老師也不用一直勉強去找出學生面臨的困境，有盡力就可以了。在跟學生拉近距離的方式，老師分享除了可以透過個別導談、導聚與學生相處，也可以在上課時分享一些觀點，或是參加學生活動、把學生當朋友相處等。老師也跟我們分享一次有趣的經驗。老師曾經參加系上的唱歌活動，跟同學合唱還跳舞，學生覺得十分有趣也降低跟老師的距離。這就像前文所提及「如何建立可以親近形象」的管道之一，但也並非所有導師都適用，這也可以源於群立老師有趣又不設限的個性。

#盡力不一定能克服每位學生的難題，但重要是「盡力」了

面對不同學生的困境，也讓老師發現身心障礙學生尤其辛苦，不管是生活、課業、心理、生理，甚至對整個家庭都會有一些影響。而有時群立老師很用心的對待每一位學生，付出了自己的心力、時間，卻還是會遇到一些比較難處理的個案，那尋求心理師等

專業的幫助也是很重要的。老師就分享曾經遇過一位有身心相關嚴重疾病的同學，不願意出席、不願意互動，甚至老師不停主動傳訊息、打電話給他也不一定會回覆，而回覆也常是負面的貼圖等。當時老師除了關心同學，找他的醫生諮詢、在沒錢時帶他吃飯、半夜回訊息、幫忙面試訓練、甚至在前一天都幫忙規劃好全部行程後，卻因為同學打電話說來不及，而載他去搭車，雖然讓學生願意相信老師，卻沒有很顯著的態度改善。而在連絡父母後，發現父母也放棄了，甚至變成老師安慰家長，雖然老師付出了極大的努力，但同學的學習意志及生活態度仍持續低落，也讓老師十分沮喪不知道如何幫助，但老師仍持續與同學保持聯絡，並勉勵他「天助自助者」，只要他願意，老師隨時都願意幫助他。

#沒有目標，「靠航」也是一個好選擇

老師以他在經濟系觀察為例，認為大一有做規劃十分重要。大一剛進來都差不多，都很優秀，大學四年出去的差距就可以差很多，其中很重要就是對於未來要有一些規劃或是目標。像是大一進來可能想去香港工作，所以會以大陸研究所為目標，進而找資源、練英文朝著目標前進。雖然有目標的人占少數，但這是一種風氣，若一些學長姐有這樣的經驗，就可以學習、參考，有更多的想像，但不管想朝甚麼目標前進，這些資源都是需要投入時間來付出的。

老師的角色就是創造這些環境跟資源，但要不要努力還是看學生自己。像老師擔任系主任時有邀請更多學長姐來分享，讓同學對未來有更明確的參考，就算沒有目標，透過學長姐分享、老師創造機會，也可以暫時「靠航」，順著當時你覺得最適合的方向，邊走邊看，慢慢釐清自己喜歡或不喜歡的方向，但很重要的還是要願意去嘗試，之後「隨緣」的走到更多不同的選擇，但這一切最終還是要靠自己，沒有人可以幫你決定未來。

#老師就像藏寶庫，更重要是學生主動出擊

對很多學生而言，大學的教育環境跟國高中相差很多，除了選擇變的更多、生活面向變得更廣、主動性要更高，從為別人學習轉變更多到為自己學習，心態更要有所調適，其中導師的角色也有一些不同。以往的導師或許比較像是監督課業、授予知識的單方面傳授，但到了大學，導師更像是擁有各面向的寶藏資源庫，授予課程的同時，也可以分享日常的經驗、跟學生相似領域的專業，但不管寶藏有多少，都還是要由學生主動去發現。因為大學的環境相較自由，老師不太可能了解每一位學生，這時學生主動出擊、雙

向溝通就變得十分重要，你更了解老師，老師也可以更了解你，除了可以有更多生活經驗及專業知識的諮詢者，有時更可以幫學生寫出更有說服力的推薦信及創造更多機會。

最後老師還是分享認為導師還是需要願意熱心服務同學的特質，但老師們也同時面對研究、教學、輔導等不同事情，有得必有失，在關心學生的同時也須付出時間及心力，而每個老師的規劃並不相同，那對群立老師而言，幫助別人同時也是在累積他自己的正面能量，更笑說有時研究反而更煩心，也期待日後可以認識更多不同的朋友(同學)。

全校輔導傑出導師專訪---

化學系 林弘萍特聘教授

撰文：新聞中心實習記者 陳紫瑜

訪談：心輔組 鄭淑惠、林淑娟、新聞中心實習記者 陳紫瑜

林弘萍教授自民國 91 年進入成功大學化學系，擔任導師的資歷即將邁入第二十年。這些年來面對變化甚大的社會、教育環境，擁有多年教學經驗的弘萍老師所表現出來的，並非是跟不上時代的脫節感，而是早已將人生觀念融入生活，與學生打成一片，身教於言行中的踏實。

有時候有一點點缺陷，反而可以成為一種努力的動力

對於在教學與研究中努力的精神，弘萍老師提到，身為化學界少數的本土博士，在一眾海外歸國的留學博士中，很多時候會覺得自己比不上其他國外回來的老師。在如此壓力之下，原來在心中的一個缺陷，反而成為了一種努力的動力，對於需要做的事情會更認真地去做。「正因為我不是留學的博士，是因為覺得自己還有不足，所以需要更努力。」

用「請客」跨出第一步，拉近與學生的距離

面對現實又直接的學生，弘萍老師表示：「人跟人之間跨出去的第一步，還是從食物開始會比較簡單。我相信大家都當過學生，真的會這樣判斷，學生會從食物來判斷這個老師對他們的重視程度是到什麼地方。」當老師拿出一個很好吃的東西出來的時候，學生們對他的信任度也會跟著提高，老師便可以在這當中慢慢融入學生、與他們對話。

弘萍老師還提到，身為輔導老師一定要想到屬於自己適合的方法，來與學生互動。以弘萍老師的情形為例，因為剛開始擔任導師時只有 33 歲，體力和年齡等方面與學生都較為接近，加上擅長運動，於是與學生們打球成為了每天下課後的休閒。無論是排球、籃球、壘球，傍晚時常可以見到老師與學生在球場上切磋球技的身影，同時老師也兼任了系上壘球的指導教練，容易和學生們打成一片。他認為這是一種優勢，當老師能夠融入學生群時，能夠比較了解學生的問題、狀況。

除了課外的互動，老師也再次強調了認真教學的重要性，因為學生會比較信任對教

學認真的老師。「我的教書是非常認真的，也許沒有教的很好，但他們知道我是非常認真的。」弘萍老師表示，身為教學者應該要以身作則，讓學生感受到老師是認真的想要改變他們。當學生增加了對老師的信任後，會比較願意表達出他的困難。

「一加一大於二」，帶領學生體會分享的快樂

總是不吝於與學生共享美食的弘萍老師，提到自己的理財方法，也十分大方地與訪談者們分享。因為時常獲得帶領產學計畫的機會，弘萍老師本著「有福同享」的初衷，總是將從產學計畫中獲得的收益，通通拿出來與學生們一同享受美食。身為教師，若是有與校外廠商建立產學合作計畫的需求，弘萍老師認為此時除了善加利用學校的資源外，也應保持好與學生的連結。產學計畫合作的收入較為彈性，就有資源可以再跟下一屆的學生多做互動，成為一個收入與投資的正向循環。

「有些時候這種東西可以看作是投資。」弘萍老師說明，與學生們之間建立的關係網，是從小小的互動慢慢開始累積，累積個一、二十年之後就會開始蓬勃發展，到時會發現身邊的資源很多，可以互相幫忙的人也越來越多。

打破網路世代冷漠，用行動表達關懷

「現階段要透過行動、行為去讓學生知道，而不是嘴巴上說說。」談到十幾年前與現今師生間關係、社會氛圍的轉變，弘萍老師認為正是網際網路的發展，改變了人與人之間互動的方式。當人們習慣於網路上，只用訊息作為交流媒介時，人與人之間的信任感，容易在見不到面、紙上談兵似的交流過程中愈發下降，於是確切採取行動便成為了改善這個社會風氣的必要途徑。

「真的要務實地去做好每一件事情，也許不見得做得很好，但別人會感受到。」曾有畢業生表示，弘萍老師對他所產生最大的影響，是理解如何透過行動，學習去「在乎別人」。不論是食物方面對學生大方的分享，抑或是對清寒學生提供實質的工作機會、解答生活上的各種疑難雜症，弘萍老師總是力求提供面對面的實質幫助。或許在意、在乎的態度很難被傳遞、教導，不過弘萍老師正嘗試透過行動與行為，慢慢讓學生能從中體會、學習。

學生踏進辦公室的那一刻，大概就能知道他有事要求助於你

在成功突破學生們的心房之後，有不少學生在遭遇困難時，選擇求助於弘萍老師。弘萍老師提到，雖然自己在系上是身障生最主要的輔導主力，但在擔任導師的過程中，發現臺灣目前也有許多家道中落的學生，正在求學與生計之間掙扎著。「雖然也有一開始就很窮的學生，不過通常在成大不多，家道中落的倒是有一些比例。有的家裡經商失敗，突然之間經濟很拮据的也有。」突然間遭遇到如此生活打擊的學生們，往往在迷惘與慌張之中，難以向導師啟口談錢的問題。此時若是能遇到讓自己足夠信任的老師，學生才會主動與老師提出困難。

源於人的自尊心，當學生們有求於老師時，往往會感到難以啟齒，無法採取最直接的方式來表達自己遇到的困難。「很少會看到有學生直接跟老師說老師我要三萬塊的，我這輩子還沒有見過。」弘萍老師提到，除了專題生之外，一般的大學生並不會主動去找老師，所以當學生鼓起勇氣踏進老師辦公室的那一步時，有很大的可能是他正遭遇著難以自己面對的困難，身為老師需要將事情看出來是一個訊號。

「沒有遇到困難學生是不會主動來辦公室的，所以當他走進來，確認身體健康平安之後，我就知道是怎麼回事了，我也不會直接點破說你是不是缺錢。」面對經濟困難的學生，弘萍老師往往會對學生提出兩種解決路徑——幫他寫獎學金推薦信，或者給予打工的機會。通常學生不需要當下回答他Yes/No，而是能夠在回家深思熟慮之後再打電話或寫email回覆老師，這時老師會再找學生與他們聯絡，讓他們提供資料。老師的堅持，便是希望每一個學生都能夠把學業給完成，不再被貧窮的問題給絆住。對弘萍老師而言，身為導師最重要的便是懂得察言觀色，在第一時間發現困難，提供幫助。

除了在學生遇到困難時給他們更多的可能性，讓學生們去建立更多的「資源清單」外，弘萍老師也提到，當我們手上握有更多的資源時，就也有能力可以去幫助更多的人。他決定利用自己在研究與產學合作中，所獲得的來自國家以及私人企業的資源，來幫助學生們。「我不會直接跟他們說：『你缺錢嗎？』讓他們不用付出就可以獲得他人提供的錢。我會說：『你有沒有興趣來打工？』這樣子才不會讓他們覺得自己是來跟他人伸手的。」弘萍老師提出自己的原則——要幫一個人，是要讓對方感覺到機會的存在，而不是可憐他直接給他錢。面對需要幫助的同學時，不應用施捨的動作來讓同學們感受到

被同情，而是利用身邊的資源，給予對方自立自強的機會。「之後看到他們終於可以獨當一面、成家立業了，我看到他們都很高興，就覺得夠了。」說到這裡，弘萍老師臉上的笑容洋溢著大大的滿足。

防範了一個學生走向錯誤的路，那等於是救了一個人

關於學校目前的輔導系統，弘萍老師提到目前老師的輔導工作還是很重要，因為大學生的心智還不是很成熟，網路的訊息也有很多是錯誤的，很多上面解決問題的方式是錯誤的處理方法。身為老師要慢慢地去協助學生，如何判斷哪一些訊息是正確的，遇到困難的時候的處理方法是什麼？這些都要找出它的正確做法。此時導師所花在關注學生的時間，就顯得至關重要了。

建議心輔組對老師做「新生訓練」，體會擔任導師的責任

當問題回到「一個老師願意花多少時間在他的工作上」時，弘萍老師表示，身為老師要有一個概念，要做一個典範。也建議心輔組應該在一個老師剛進學校，還有熱忱的時候，多花一些時間對老師做「新生訓練」。讓他們知道導師的工作事實上有點像醫生，如果防範了一個學生走向錯誤的路，那等於就是救了一個人，救了一個家庭。新來的老師常常會覺得自己的研究壓力大，時間又有限的情況下，最常想到的問題便是「升等」，在研究、教學與輔導時間上的拿捏，亦有諸多不易。但是弘萍老師認為，這個觀念需要在第一時間傳達給教師。「你幫助了一個學生讓他走往了正確的方向，真的至少就是救了一個家庭。」

建議心輔組調整身障生輔導模式，改變「特權」所帶來的束縛

弘萍老師補充，大部分企業對於身障身份的求職者還是不友善的。「大家不要以為身障有優勢，到外面求職時身障完全沒有優勢。我講實話，身障身分在求職時幾乎都遇到難題。」

在輔導身障者時，需要讓他們的自我概念能夠轉換，從根本去改變原來對「特權」的心態，回到職場上靠自己的能力競爭。弘萍老師對身障生退學條件之放寬權利，提出應該要用「申請」的模式，有修習課業困難的身障生可以再提出申請即可。此一做法不會在一開始就認定身障者學生之課業就是不好，是需要其他人的同情，才獲得了這個特權。若是能夠讓有困難的學生再提出申請，也能幫助他們看到自己既有的優勢、能力，

把自己看作是一般人。

多申請經費、人力，鼓勵導師工作

弘萍老師表示，還是希望學校多支持導師的工作，獎勵一些好的老師、肯付出的老師，讓他們覺得這份工作是被讚揚的。心輔組也要跟學校多申請一些經費、人力，讓一些老師更有機會被挖掘。弘萍老師表示，成大還有許多優秀的老師都默默地耕耘、付出了很多，應該要透過獎項，提供其他導師去相互學習。不知道該如何做的新進導師，也能夠在拿捏的過程中有一個更好、真實的範例。

面對學生的抗拒，要先習慣「等」

導師在輔導學生時，也容易遇到不少的挫折與壓力，此時弘萍老師總是提醒自己，導師能對學生產生很大的影響力，要學會付出跟「等」。當成功的案例回到成大找老師時，他們總會安慰老師：「老師你已經盡力了啦，ok了。」像這樣師生間互相的扶持、鼓勵，給了弘萍老師許多的成就感，能夠持續在導師這一份工作打拼。弘萍老師認為，學生們在身邊的時候，他們會協助修正錯誤、成為精神上的支持。跟學生之間的互動越來越好之後，會發現形成了一個群體一起在往前。他想告訴在輔導的過程中感到挫折的老師們：「幫助學生時，他會知道，至於他什麼時候感受到、開竅，真的要花時間去等。『等』是很重要的美德。」

弘萍老師提出關於導師這一份職業的最大的心得，那就是——心存善念。期許各位師生們在成長的過程中，能夠保持善良的初心。「走過很多路之後就會知道，心存善念是很重要的。」

全校輔導傑出導師專訪---

統計學系 蘇佩芳副教授

撰文：新聞中心實習記者 梁晴晴

訪談：心輔組 鄭淑惠、林淑娟、新聞中心實習記者 梁晴晴

每個人都有他該去的地方，伴學生探索未來之路

蘇佩芳老師大學時就讀成大數學系，並曾修習教育學程、也擔任過兩年的高中教師；畢業後留在成大深耕，持續攻讀成大統計所碩、博士學位；她目前除擔任統計系的教授外，也協助成大醫院擔任巨量科學中心顧問一職。「我常跟學生開玩笑說：成大校園的那根柱子是我貢獻的。」長年累月下在校園編織而成的緊密人脈網絡，成為蘇老師幫助學生時的神奇百寶箱，能針對學生們不同的狀況找出癥結點，再提供適當且明確的管道與協助。若學生遇經濟困難，她提供救濟管道、協助同學申請獎助學金；學生在課業與職涯方面感到困惑，她則安排課後輔導、介紹研究兼職的機會、引薦學長姐提供就業經驗分享；學生因感情或家庭關係而受挫時，她便適時轉介心理師來協助輔導……從理性到感性、從務實的解決管道到溫暖的陪伴慰藉，學生總能在蘇老師身上得到不同面向的力量，而究竟是怎麼樣的心境與初衷，讓她一路上總是樂於輔導學生、源源不絕地散發出光與熱呢？

蘇老師認為，學生主動求助於你背後的意義，是對你的信任。務實與樂觀並存的個性，讓她在傾聽學生的問題後總能提出選項、指出盲點。「你希望老師怎樣幫你？甚麼是你喜歡的？你想怎麼規劃？短期一年內的目標是甚麼？」且蘇老師認為學生年輕就是本錢，因此總鼓勵學生勇敢去追求令自己快樂的事物，大家在學生時期本就一無所有，並沒有甚麼好損失的；但她也建議，如果同學當下不清楚自己喜歡甚麼或未來的方向，就既來之則安之先把學生的本分做好、認真讀書持續探索自己的未來。

人心最複雜，謹慎拿捏進退

十幾年來走過的輔導經歷，蘇老師感嘆不同的人看同一件事物，角度就會不同，沒有對錯之分。長久培養下的敏銳，讓她總能用心看見每個學生的不同。蘇老師說，透過觀察互動大致上就能對學生的狀況與背景先有所準備，便能給出深具同理心的回應；若遇到較被動的學生，則請周遭朋友/師長主動看顧、掌握動靜。不論遇到何種情形，最重要的依然是回歸核心，與學生共同努力，找出每個人的熱忱或問題之所在。

在旁人看來，學生與蘇老師相處時充滿信任的自在氛圍，其實亦是她在長年輔導學生

的過程中，一步步摸索出的互動之道。要如何使師生雙方皆保持在舒適自在的距離，蘇老師坦言須謹慎拿捏，有她自己的原則，進退間都有學問，尤其若一味地將所有情緒或關愛都表露出來，反而會導致學生產生負擔；如此一來，不僅會讓單純的好意受到曲解，自己也可能感到挫折，進而對輔導工作感到心灰意冷。對此，蘇老師笑言自己心態調適很重要，不要奢望輔導必定能看見成果，只要盡自己所能、把愛的種子埋下，當下溫柔陪伴就已經是最有力的幫助；儘管如此，從多年累積下的學生卡片與信件中，不難看出蘇老師輔導時展現的真心，依然都被學生們珍藏在心底。

兼顧學術與輔導 時間管理的靈活運用

在台灣，學生普遍對校內建立的心輔單位相當陌生，遇上挫折與難關的第一直覺往往是尋求系上老師協助；反觀在歐美的教育體系中，除了輔導體系完善、資源充足以外，學生也相當清楚這些管道的存在，並對心理輔導抱持開放中立的態度，因此蘇老師期盼未來學校內輔導體系的資源與能量再多補強。但另一方面，她也贊成系上老師共同協助參與學生輔導，畢竟教師是第一線接觸學生的人。只是對老師們而言，要如何在學術研究、輔導工作、甚至個人的家庭生活間取得平衡，才是最有苦難言的挑戰。

「不能把自己耗盡，要有個人空間充電才能再當 giver。」蘇老師除了在統計系任教、還曾榮獲成大教學傑出獎之外，擔任成大醫院的顧問，同時也擔任國外期刊副主編，公務繁忙的她，毫不吝於分享對時間管理的心得與感想。她坦言曾看過有教授因為太受學生歡迎而疲於應付，導致在學術研究上進度落後；也有教授只忙於自身的研究，忽略學生，則有違教育的本質。因此在時間分配的課題上，蘇老師將一天當中切割為大、小時間：上午時，把握人體高效能的專注狀態，以從事長時間、數小時的學術研究與備課等專業領域；下午則安排研究外的各類事宜，包含學生輔導，面談或處理電子郵件等行政。秉持著「靈活運用小時間」為原則來處理事項，不浪費每個半小時或甚至 10 分鐘。長期培養下來的作息，不僅替她保留了精力與時間在學術研究上，也成為她在輔導學生時安穩有力的基石來源，因為她深知必須先將自身狀態調整好，在面對學生時方能給出適切可靠的幫助與指引，如此一來才是長期且正面的互動關係。

忙碌背後 來自家庭最堅定溫暖的力量

在學校，蘇老師是同事眼中的認真老師、是學生心中的溫暖港灣；而轉過身來，她搖身一變成為手握鍋鏟的媽媽，延續著時刻不浪費的精神以維繫家務運作。「睡覺前要先將電鍋定時，起床就能有熱的早餐吃！」蘇老師眼神閃閃發亮、精神奕奕地分享著她的生

活之道，只因她明白家庭於每個人而言，有著難以取代且無可比擬的重要性。

「我在美國工作時，下午四點同事們就準備下班出去外面野餐，在台灣怎麼可能有人工作到四點就去野餐？但那些同事，反而語帶同情地看著我說：『妳的生活品質在哪裡？』」這席話讓她省思到，家庭與生活的平衡才是生命中的根本，才能源遠流長，尤其隨著年紀漸增，家人陪伴的重要性將愈發彰顯出來。因此即使學校的事務再忙，蘇老師對於工作及家庭間的分際仍劃得分明，時間到就是下班，下班回家後就專心陪伴孩子、與丈夫分工料理家務；除此之外，還能維持大部分平日晚餐開伙、甚至飯後固定慢跑的各種好習慣。

蘇老師不藏私分享她高效率做事的小撇步，例如在周末上市場時買齊一週內的食材，並一口氣完成洗滌分裝、備料、收納保鮮等程序，如此一來便能在大幅減少週間的料理時間，往往在下班返家後 30 分鐘內，就可以從廚房端出三道菜。「先了解自己的習性，再安排優先順序去一一對付」蘇老師的另一個小習慣，就是在早晨時先列出當日待辦事項，並享受每件事完成後將其從清單上劃掉的快感。她會根據每件事務的特性，分別安排在適當時機去處理，長時間處理大事情，瑣碎時間處理小事情，這種作法除了能幫助釐清工作進度外，也可配合當下的身心狀態來調整做事順序。蘇老師規律的作息中，當然少不了對睡眠的重視，她每日完成學校與家庭中各項任務後，便會準時就寢，一定給予身體滿滿七小時的修復時間，讓一天中從事研究時的專注力、輔導學生時的同理心、經營家庭時的幸福感，都漸漸沉靜下來並收合，透過充足睡眠以累積隔日重新再來的力量。

用同理心耕耘教育理念 視輔導為力上加力

蘇老師數年前決定結束美國的工作，放棄當地優渥的待遇，返回台灣從事研究工作。「很多事情不是錢的問題。」豁達的笑容底下，是她由衷相信回故鄉貢獻所學，將遠超過在國外所帶來的有意義。成功大學是蘇老師一路求學成長、生根結果的地方，面對學生徬徨時的求助，她總抱著天下父母心的心態而張開雙臂。「每個孩子都是明天的希望，我希望自己的小孩在成長過程中被善待，所以相信對學生父母而言也是如此。」身為兩個孩子的媽，加上曾在高中任教、國外工作不同環境下的經驗，讓蘇老師對不同背景的學生更富同理心，隨著對象不同而調整輔導內容與陪伴方式，但不變的是身為人師、身為人母的本能關愛。

隨著輔導年數增加，蘇老師肯定台灣教育制度近年來的努力與改變，加強在國、高中

階段幫助學生探索自我。「我認為有在路上了，但還需要進步。」除了教育體系的調整之外，最重要的是整體觀念仍須持續翻轉，從制度到教師、從家長到學生，都應鼓勵孩子發展潛力與熱情所在，幫助找到他們適合的方向，不再謹守過去分數至上的升學主義；如此一來，健全友善的教育制度將有助於學生的身心發展，方是促進正向循環的長久之計。

最後，蘇老師分享輔導工作是力上加力，不是靠一個人的力量、應該透過互相幫忙，彼此合作交流等方式，共同建立起密而不疏的輔導防護網，讓學生在面臨課業職涯、人際家庭等人生課題時，心靈能有所依歸、情緒可有所出路；而對教師與心理師而言，亦能在工作與生活間取得平衡，適時沉澱自我、以累積新的能量提供給學生，讓師生間達到長期且穩固的關係維繫。

心理師服務系所、聯絡方式與轉介說明

一、轉介說明

影響學習的因素相當多，例如：學生對學習認知有落差、學習的態度不夠積極、學習動機低落、未能掌握學習方法與策略、學習效率不佳、時間規劃不當、生涯不確定，或有其他心理適應因素的影響。因此，透過了解學生的學習困難，澄清導致學生學習表現低落的關鍵，將有助於提升學生的學習適應。

針對學習上的問題，導師可以這麼做：

- 【步驟一】**：先利用「導師個別輔導表」與學生個別晤談，了解導致學生學習困難的原因。
- 【步驟二】**：若學生學習困難與 學習適應 及 心理社會因素 有關，可經學生同意後，轉介心理師〈於輔導表上勾選，並請學生簽名填寫資料，再將輔導表送回心輔組即可〉，或直接與系所心理師聯絡。
- 【步驟三】**：系所心理師將與學生聯繫並討論後續諮商輔導安排，而後系所心理師將回覆有關學生輔導概況，並提供導師後續輔導學生時的相關建議。

二、心理師服務及系所分配表

心理師	服務及系所分配
廖聆岑心理師 分機 50328 lingchen@mail.ncku.edu.tw	初談與風險評估、個案分派與管理、心理諮商、心理衡鑑、團體諮商
謝喆瑋心理師 分機 50332 jwshie@mail.ncku.edu.tw	初談與風險評估、個案分派與管理、個別或團體諮商、心理健康活動推廣
許民憲心理師 分機 50335 z10502046@mail.ncku.edu.tw	初談與風險評估、個案分派與管理、個別或團體諮商、心理健康活動推廣
張文耀心理師 分機 50330 gustav@mail.ncku.edu.tw	化工系所、台文系所、歷史系所、數學系所、會計系所、藝術所、考古所、戲劇碩士學位學程、財金所、環醫所、臨醫所、食安所
謝佩玲心理師 分機 50332 11006014@gs.ncku.edu.tw	工資管系所、統計系所、經濟系所、建築系所、牙醫系、口醫所、資管所、數據科學所、老年所
錢靜怡心理師 分機 50333 moneyyi@mail.ncku.edu.tw	中文系所、機械系所、藥學系、生科系所、生技系所、熱植所、臨藥所、生化所、基醫所、藥理所、轉譯農業科學博士學位學程
馮莉婷心理師 分機 50334 leeantelope@gs.ncku.edu.tw	外文系所、交管系所、醫技系所、職治系所、護理系所、電信管理所、生理所、細胞所、微免所

心理師	服務及系所分配
陳坤毅心理師 分機 50334 kychen@mail.ncku.edu.tw	電機系所、工設系所、電腦與通信所、微電子所、創意產業設計所、國經所、尖端材料國際碩士學位學程、奈米積體電路工程博士學位學程、外籍生諮商
鄭姿屏心理師 分機 50331 11004031@gs.ncku.edu.tw	能源工程學位學程、航太系所、醫工系所、測量系所、民航所、電漿所、國企所、行醫所、醫療器材創新國際碩士班、外籍生諮商
黃威仁心理師 分機 50336 11006001@gs.ncku.edu.tw	化學系所、光電系所、物理系所、心理系所、法律系所、心智科學原理與應用國際博士學位學程、科技藝術碩士學位學程、跨領域神經科學國際博士學位學程
陳美淑心理師 分機 50321 11008087@gs.ncku.edu.tw	醫學系、地科系所、都計系所、資工系所、政治系所、人工智慧機器人碩士學位學程、智慧運算碩士學位學程、智慧運算工程博士學位學程、醫資所、健照所
李其熺心理師 分機 50336 11010049@gs.ncku.edu.tw	資源系所、環工系所、水利系所、物治系所、企管系所、自然災害減災及管理國際碩士學位學程、體育健康與休閒所、教育所
涂俊宇心理師 分機 50336 11011004@gs.ncku.edu.tw	全校不分系學士學位學程、材料系所、工科系所、系統系所、土木系所、海事所、製造所、分醫所、公衛所、智慧製造國際碩士學位學程

心輔組諮商服務平台介紹



- 平台網址：
https://happiness.osa.ncku.edu.tw/cs_ncku/index.aspx
- 路徑：心輔組網頁/線上申請心理諮商
 - 全校教職員生：預約諮商或諮詢
 - 教職員：轉介學生





國立成功大學
National Cheng Kung University

諮詢輔導服務e化系統

個別諮詢、個別諮詢申請

訊息(Info):

人的一一生中,或多或少都會遇到困難、挑戰與壓力,當一個人陷入情緒障礙、心情和緊張的事情糾結在一起,有時會很難理清思緒。當一個喜歡、值得傾聽與分享的人,可以比你想像的更強大與富有力量。心理師會陪伴你、讓你談話自己的煩惱,你可以與自己的過去、找到適合的步驟、與你期待的心情感想法,當一個聽的懂你在與最懂的人同在,會讓你覺得好過一點。心理師會觀察的困難,這樣你也可以釐清你的情緒,也會努力與你面對及處理問題。

(為使諮詢能更行的更順利,請先閱讀以下的服務說明)

國立成功大學心理健康與諮詢輔導組

個別諮詢/諮詢(晤談)服務說明書

- 一、心理健康與諮詢輔導組(心輔組)對本校教職員工生竭誠提供個別諮詢/諮詢服務,因資源有限,請珍惜使用並審慎評估諮詢需求。
- 二、個別諮詢是透過一對一的晤談方式,幫助來談者在心理層面上對目前所遇到的問題與困擾進行自我了解、釐清問題與需求,協助來談者對目前所遇到的問題與困擾進行自我了解、釐清問題與需求,協助來談者對目前所遇到的問題與困擾進行自我了解、釐清問題與需求。

成大心理健康與諮詢輔導組

點選想要諮詢的時間

諮詢輔導服務e化系統

個別諮詢、個別諮詢申請

初談時間表

預約諮詢區: 2019/03/07 - 2019/03/28 日期 2019/03/11 [上週][下週]

	星期一 2019/03/11	星期二 2019/03/12	星期三 2019/03/13	星期四 2019/03/14	星期五 2019/03/15
08:00-09:00			<input type="checkbox"/> 魏淑娟	<input type="checkbox"/> 吳思華	<input type="checkbox"/> 廖曉芬 <input type="checkbox"/> 魏坤祺
09:00-10:00	<input type="checkbox"/> 張文耀 <input type="checkbox"/> 魏坤祺		<input type="checkbox"/> 魏淑娟	<input type="checkbox"/> 吳思華	<input type="checkbox"/> 謝天海 <input type="checkbox"/> 魏坤祺
10:00-11:00	<input type="checkbox"/> 魏坤祺			<input type="checkbox"/> 魏靜怡	<input type="checkbox"/> 謝天海 <input type="checkbox"/> 魏坤祺
11:00-12:00	<input type="checkbox"/> 魏坤祺		<input type="checkbox"/> 張文耀 <input type="checkbox"/> 許世豪	<input type="checkbox"/> 魏靜怡	<input type="checkbox"/> 許世豪
13:00-14:00	<input type="checkbox"/> 柯昭欣		<input type="checkbox"/> 李瑞屏	<input type="checkbox"/> 魏佳豪	<input type="checkbox"/> 廖曉芬
14:00-15:00		<input type="checkbox"/> 張文耀	<input type="checkbox"/> 張文耀	<input type="checkbox"/> 魏佳豪 <input type="checkbox"/> 張文耀	<input type="checkbox"/> 張文耀 <input type="checkbox"/> 謝天海

成大心理健康與諮詢輔導組



Online backup, file sync... 國立成功大學_學生e服務... 國立成功大學_學生事務處... 國立成功大學_個人行政工... Yahoo! 搜尋... Your press: Print... 中華郵政We

成功大學 National Cheng Kung University

諸商輔導服務e化系統

心理諮商轉介、心理諮商學生轉介

同仁/老師 歡迎您

心理諮商轉介

心理諮商線上申請
心理諮商個案管理
心理諮商學生轉介

轉介轉介單

學年學期: 101 - 下
轉介日期: 2013/04/15

轉介者姓名: []
轉介者e-mail: [] [] 查詢學校
與當事人關係: []
轉介者連絡電話(手機/分機): [] / []

學號: []
姓名: []
性別: []
學院: []
科系: []
班級: []
連絡電話(手機/住宅): [] / []
e-mail: []
身分別: 本地生 僑生 外僑生 身障生

被轉介學生類別的問題是(請你原本順序填寫)
其保單: [] 其保單: []

轉介原因說明:
希望協助事項:

說明: 1.轉介學生資料請心轉接前, 請先向學生說明轉介原因, 並務必取得學生接受心理諮商同意書。
2.本單為隱私文件, 請尊重轉介者的隱私, 請勿複印、或給其它行政單位, 並務必妥善保存。

轉介轉介回覆單 (由心轉接填寫回覆)

處理轉介結果:
 已於 [] 簽章, 主辦說明如下所述。
 業經本單中心 說明: [] +
 其他 []
! 主辦處理說明如下:

Online backup, file sync... 國立成功大學_學生e服務... 國立成功大學_學生事務處... 國立成功大學_個人行政工... Yahoo! 搜尋... Your press: Print... 中華郵政We

成功大學 National Cheng Kung University

諸商輔導服務e化系統

心理諮商轉介、心理諮商學生轉介

同仁/老師 歡迎您

心理諮商轉介

心理諮商線上申請
心理諮商個案管理
心理諮商學生轉介

轉介轉介單

學年學期: 101 - 下
轉介日期: 2013/04/15

轉介者姓名: []
轉介者e-mail: [] [] 查詢學校
與當事人關係: []
轉介者連絡電話(手機/分機): [] / []

學號: 300022
姓名: 300022
性別: []
學院: 大學部
科系: 工學院
班級: []
連絡電話(手機/住宅): [] / []
e-mail: []
身分別: 本地生 僑生 外僑生 身障生

被轉介學生類別的問題是(請你原本順序填寫)
其保單: [] 其保單: []

轉介原因說明:
希望協助事項:

說明: 1.轉介學生資料請心轉接前, 請先向學生說明轉介原因, 並務必取得學生接受心理諮商同意書。
2.本單為隱私文件, 請尊重轉介者的隱私, 請勿複印、或給其它行政單位, 並務必妥善保存。

轉介轉介回覆單 (由心轉接填寫回覆)

處理轉介結果:
 已於 [] 簽章, 主辦說明如下所述。
 業經本單中心 說明: [] +
 其他 []
! 主辦處理說明如下:

成功大學 National Cheng Kung University

諮商輔導服務e化系統

心理諮商模組 > 心理諮商學生轉介

同仁/老師 歡迎您

心理諮商模組

心理諮商線上申請

心理諮商課程查詢

心理諮商學生轉介

訊息：儲存成功！

查詢 新增 刪除 儲存

[查詢條件]

學年 101 學期 下 處理狀態 全部

[查詢結果] < First | Previous | Page 1 / 1 | Next | Last > 1 Results >

序號	明細	學年	學期	被轉介學生姓名/學號	轉介日期	輔導轉介星圖號	目前處理狀態
1	編輯	101	下	[input type="text"/>022	2013/04/15	TF1012-0001	申請中

成功大學 National Cheng Kung University

諮商輔導服務e化系統

心理諮商模組 > 心理諮商學生轉介

同仁/老師 歡迎您

心理諮商模組

心理諮商線上申請

心理諮商課程查詢

心理諮商學生轉介

訊息：

查詢 新增

[查詢條件]

學年 101 學期 下 處理狀態 全部

[查詢結果] < First | Previous | Page 1 / 1 | Next | Last > 1 Results >

序號	明細	學年	學期	被轉介學生姓名/學號	轉介日期	輔導轉介星圖號	目前處理狀態
1	查看	101	下	[input type="text"/>022	2013/04/15	TF1012-0000	已回覆

[明細編輯區] 編輯

輔導轉介單

學年學期	101 - 下	轉介日期	2013/04/15
轉介者姓名	[input type="text"/>	*與當事人關係	師生
*轉介者 e-mail	[input type="text"/>	*轉介者連絡電話(手機/分機)	[input type="text"/>
*被轉介學生	學號 [input type="text"/> 姓名 [input type="text"/> 學制：大學部 學院：工學院 科系 [input type="text"/> 班級 [input type="text"/> 連絡電話(手機/分機) [input type="text"/> [input type="text"/> e-mail: [input type="text"/>@hw 身分別： <input type="radio"/> 本地生 <input type="radio"/> 僑生 <input type="radio"/> 外籍生 <input type="radio"/> 身障生		

*被轉介學生轉介日期與時間請依系統規定填寫



成功大學
National Cheng Kung University

諮商輔導服務e化系統

導師管理 > 導師輔導紀錄

資訊[Info.] :
查詢

[首次條件]

學生	104	學院	上	學號		姓名	
學院	全部	學院	全部	科系	全部	性別	全部
教師姓名	全部	教師職務	全部	教師方式	2	記錄日期	
諮詢類別	全部	導師	專業導師	課程		教師紀錄	全部
						導師紀錄人次	

[查詢結果 - 處理人次合計 :] < First | Previous | Page 1 / 0 | Next | Last - 0 Results >

序號 | 學號 | 學院 | 學號 | 姓名 | 性別 | 導師 | 業務次數 | 本學期次數 | 最後訪談時間

導師管理

導師輔導紀錄

成功大學
成大心理輔導與諮商輔導組

(一) 導師可以做進入心理諮商的高關懷學生輔導紀錄，供導師隨時記錄、查詢，並掌握學生狀況。

(二) 心理師可以從系統看到老師輔導紀錄，更了解學生狀況，與導師做更好的合作。