

112 學年度全校輔導傑出導師 分享座談

活動日期：2024/09/2 (一)上午 10:00-12:00

活動地點：【成功校區】圖書館 B1 會議廳

主辦單位：學生事務處

承辦單位：心理健康與諮商輔導組

目次

112 學年度全校輔導傑出導師分享座談時程表	2
講師簡介及講稿	3
112 學年度全校輔導傑出導師分享座談	6
護理學系 李歡芳副教授	6
外國語文學系 劉綺君助理教授	10

112 學年度全校輔導傑出導師分享座談時程表

日期：113 年 9 月 2 日(一) 上午 10 時 00 分至 12 時 00 分

主辦單位：學生事務處

承辦單位：心理健康與諮商輔導組

時 間	活 動 內 容	主 持 人
10:00~10:10	簽到入座 地點：【成功校區】圖書館 B1 會議廳	
10:10~10:15	主席致詞	洪良宜學生事務長
10:15~11:15	講題：心情繪妝盒二部曲：堅韌的溫柔 講者：鄭皓仁院長(寬欣心理治療所)	心理健康與諮商輔導組 李孟學組長
11:15~11:45	112 學年度全校輔導傑出導師分享座談 11:15-11:30 護理學系 李歡芳副教授 11:30-11:45 外國語文學系 劉綺君助理教授	心理健康與諮商輔導組 李孟學組長
11:45~12:00	Q&A	洪良宜學生事務長
12:00~	散會	

講師簡介及講稿

鄭皓仁院長

寬欣治療所院長 | 國家臨床心理師執照



專長

親密關係與人際困擾 | 情緒困擾 | 壓力調適 | 自我成長 | 親子諮商 | 創傷治療 | 企業授課 | EAP 員工諮詢

經歷

國立成功大學行為醫學研究所 | 台灣臨床心理師學會會員 | 台南市臨床心理師公會理事 | 前高雄長庚醫院資深臨床心理師 | 加拿大 VSBAM 國際芳療師認證 | 中華民國圖版遊戲推廣協會師資認證 | 正向教養家長課程講師

堅韌的溫柔

鄭皓仁 臨床心理師 寬欣心理治療所

課程內容

助人者職業耗竭發展階段

職業耗竭對身心狀況的影響

耗竭預防與照護三大步驟

同情疲勞

「一種幫助者會經歷的極端的緊張狀態，對別人所面對的痛苦持續關注會給幫助者造成次發性創傷壓力。」

同情疲勞也稱替代性或二次創傷壓力，簡而言之，是經歷過太多次感同身受的同情後出現的淡漠情緒。

替代性受創 (vicarious traumatization)

源自工作者對服務對象創傷事件與情節的同理投入，以及助人者或照顧者與服務對象之間的情感連結，乃是與創傷者一起工作不可避免的職業風險。

替代性創傷是一種動態的變化過程，如同影子一樣跟隨著，只要是能同理創傷倖存者，並且覺得有責任要幫助他們，都有可能經歷替代性創傷，其症狀與創傷後症候群 (PTSD) 雷同

從創傷知情角度看助人者職業耗竭發生原因

4F 與驚恐癱瘓

連結斷裂的身體與理智

從創傷知情角度看耗竭預防與照護

- 1.辨識界線模糊與自己的超載狀態
- 2.重新與身體連結、緩解身心反應
- 3.打造支持性環境
 - 理解助人者也有耗竭的時候
 - 學習身心負荷超載時的因應技巧

- 學習情緒調控、微自我照顧技巧
- 互相補位、互相支援
- 事後討論不檢討個人，著重於系統如何調整與互助

助人者的自我照顧資源

溝通前花點時間整理心情

回顧先前會談紀錄

溝通後花點時間消化心情

同儕督導

專業督導

專業課程

112 學年度全校輔導傑出導師分享座談

護理學系 李歡芳副教授

112學年度全校
輔導傑出導師分享

李歡芳
醫學院 護理學系
2024.09.02



輔導的過程
常常是一個團隊
非僅僅是一個人



從遺憾中學習

親愛的歡考老師：

謝謝你才剛帶我們就給我們滿滿的愛和關心，
還記得線選說明會時，你苦口婆心的叮嚀，
讓我在實習的時候都謹記這些話，
遇到挫折也會敢走下去，勇敢面對！！
這段期間，因遺憾的事讓我們都受了傷，
也謝謝老師支撐我們走下去，讓我們不再孤單傍徨。
那天在您辦公室一起吃起司蛋糕真的覺得好幸福～
祝您教師節快樂 我們愛您

學生 張喜 敬上

國立成功大學
National Cheng Kung University
教務處 教學發展中心

「展現真誠」 透過明確原則和有效溝通，建立彼此信任的互動

- 意見 1 嚴格且夕新，也能感受真的花很多心思在我們身上。
- 意見 2 老師會給很多很實用的建議建議。
- 意見 3 老師上課認真積極，要求嚴格，激發同學自主思考學習。
- 意見 4 老師會在報名時與我們相關建議。
- 意見 5 團體練習二份有點太多的感覺。
- 意見 6 非常認真老師，課程安排也十分豐富！
- 意見 7 老師教學很用心認真。
- 意見 8 上課內容精實。
- 意見 9 了不能真真。
- 意見 10 1.從老師的課程安排、經驗分享、回饋建議都能深刻感受到老師對護理的專業與熱忱，教學態度認真。
- 意見 11 老師很認真，授課內容很充實，可以學到很多。

◆ 學生會思辨老師的要求是否合理

◆ 只要說服力足夠學生就會把老師的話放在心裡

「重視安全」

強調就學安全和健康身心，保持緊密支持的聯繫

- ◆ 學生總有不想上課時，但安全必須確認
- ◆ 寧可多一句關心，也許就能挽回遺憾



「培養價值」

注重當責自我與同理他人，奠基為人處事的態度

- ◆ 護理學系系訓「同感、尊重、敬業、愛人」
- ◆ 不只是授業解惑，更要傳道
- ◆ 換位思考，培養同理共情

「你敢不敢把你自己或家人交給你這樣的護理師來照顧？」

「當我跌倒時，什麼情況下會想要別人來扶我？什麼情況下我不想被看見？」

「引導學習」

分享挫折經驗與親身示範，鼓勵獨立與合作機會

- ◆ 建立亦師亦友的關係
- ◆ 適當引導、適時放手
- ◆ 手心朝下總比手心朝上來的幸福



「你可能會犯的蠢事老師也都幹過，所以老師在求學時代跟你是一樣的」

再多一點關心或陪伴

善的種子必定在他心中發芽

同感、尊重、敬業、愛人

祝福老師們教師節快樂、中秋節愉悅



多面向的導師角色



- 如父母般關懷學生
- 如朋友般與他們交心
- 每個學生都是獨特的星星，擁有無限潛能
- 致力於搭建知識的橋樑，引導學生探索自我，發掘內在寶藏
- 用耐心和愛心與學生溝通，創造一個溫暖理解的空間，幫助他們面對生活挑戰，保持積極樂觀的態度

引導學生探究自己

每位學生都是獨特的個體，擁有無限可能

1

發現潛能

幫助學生認識自己的獨特之處

2

搭建橋樑

她為學生創造探索知識的機會。

3

鼓勵成長

綺君老師支持學生面對未來的挑戰。

