

國立陽明交通大學111學年度第1次學生輔導工作委員會 會議紀錄

時間：111年9月22日(星期四) 中午12時

地點：圖書館8樓第一會議(新竹光復校區)

主席：林奇宏校長

出席：席：陳永昇教務長、張玉佩學生事務長、黃世昌總務長、徐文祥國際事務長(金孟華副國際長代理)、健康心理中心程千芳中心主任、軍訓室陳效邦主任(張郁菁教官代理)、醫學院教師代表阮琪昌教授、理學院教師代表林聖軒副教授、牙醫學院教師代表林宥成助理教授(王鼎涵助理教授代理)、光電學院教師代表黃英原助理教授、科技法律學院教師代表陳在方副教授、產學創新研究學院教師代表黃昱智副教授、生物醫學暨工程學院教師代表羅鴻基副教授、護理學院教師代表陳律言助理教授、博雅書苑教師代表梁瓊惠副教授、客家文化學院教師代表蔣淑貞副教授(請假)、校內具輔導理念教師代表劉奕蘭教授、職員工代表林惠理組長、學生代表邱筠恩同學(連聖豪同學代理)、學生代表麻筱祺同學

列席：席：陳怡如主任秘書(翁麗羨簡任秘書代理)、簡仁宗校聘副主任秘書(翁麗羨簡任秘書代理)、人事室陳慧嬪主任、健康心理中心許鶯珠校聘副主任、健康心理中心盧怡任助理教授、健康心理中心汪承宏心理師、健康心理中心張郁雯心理師、健康心理中心鄭家揚心理師、健康心理中心周揚邦心理師、健康心理中心呂靜宜心理師、健康心理中心許伶楓心理師、健康心理中心林奕嫻心理師、健康心理中心羅佩佳心理師、健康心理中心葉耘綱心理師、健康心理中心何政勳心理師、健康心理中心吳立妍心理師

記錄：謝詠芬

壹、主席報告

感謝各位擔任本校首任的學生輔導工作委員會的委員，本會係依教育部法規成立，透過會議上討論全校學生輔導相關議題，以利整合輔導資源，提升輔導成效，確保學生身心健康之福祉。

貳、報告事項

一、學務處學生輔導事務報告

主席裁示：獎學金與獎助學金之差異，可思考區隔，並參考他校做法。

二、國際處學生輔導事務報告

主席裁示：

一、請健康心理中心考量境外生需求，心理師人力可合理調整分派。

二、各單位加強雙語化服務部分，請人事室研議雙語加給的可能性，以獎勵制度鼓勵教職員提升雙語能力。

三、部分雙語化服務可採外包服務方式辦理(例如：各單位之一般公告可外包，或請本校工讀生協助翻譯)，請國際處於一個月內制定相關規

範，以提升本校國際化形象。

三、健康心理中心

(一)[110 學年度成果報告](#)

(二)[111 學年度上學期服務規劃](#)

主席裁示：

一、在職專班學生之心理輔導，應改由該生之任職公司協助輔導，或以外包方式辦理。

二、111 學年度新生總數，請再與教務處確認。

(會後與教務處註冊組確認，111 學年度新生人數含大學、碩博、在職碩、轉學生、境外生等，約為 6,134 人，近期仍有異動可能)。

參、提案

一、教育部大專校院自我傷害三級預防工作計畫檢核表辦理單位分工，請討論。

說明：

一、依教育部 111 年 6 月 2 日臺教學(三)字第 [1112803155 號函](#)辦理，須修訂校內學生自我傷害防治計畫，並於 10/31(一)檢前附校內修正後計畫及完成之「大專校院校園學生自我傷害三級預防工作計畫檢核表」函報教育部。

二、彙整各單位分工意見如[附件十四](#)。

決議：辦理單位統一改由一級單位為代表，刪除第 70 頁行動方案「12. 休、退學生，以及畢業生的後續聯繫與關懷」，第 70、71 頁之辦理單位修正後通過。

肆、臨時動議

一、烏俄學生關懷：

因應烏俄國際戰爭情勢，健康心理中心自今年 2 月起持續提供相關國際學生情緒關懷。本年度因部分烏克蘭新生透過中研院實習計畫來台，由中研院關懷中心提供諮商服務，而後轉讀本校。在國際處協助下，與中研院聯繫合作，提供學生入校後的關懷與諮商服務。新年度烏俄已報到的在學學生人數共計 21 人，已提供信件關懷：13 人、已協助轉入諮商：1 人。後續將與系所及國際處合作，持續關懷針對因戰爭狀況而受波及之國際學生。

伍、散會：13:10

學務處學生輔導工作委員會報告

111.9.13

壹、學生輔導事務現況報告

一、110 學年度第 2 學期學雜費減免、弱勢助學金及就學貸款統計

類別	協助學生人數
學雜費減免	700
弱勢助學金	247
就學貸款	1,240

二、110 學年度第 2 學期急難濟助申請人數 6 人，核發 150,000 元。生活助學金申請人數合計 57 人，挺竹專案申請人數 1 人。

三、工讀金業務：

生輔一組業於本(111)年 3 月依各行政單位需求分配工讀生名額，並已將經費授權至各單位主計系統，計 45 個名額，共 1,899,900 元。生輔二組已分配大學部工讀金至各單位，共 5,362,146 元。

四、校內外獎助學金：

110 學年度第 2 學期校內外各項獎助學金計有 514 人次申請，共計 155 位同學獲獎，獲獎總金額為 4,197,000 元整。

五、學生團體保險：

110 學年之學生團體保險理賠部分，截至 3 月底為止，理賠金額計 2,827,503 元。已獲理賠人次計 161 人次，其中身故 2 人次，疾病 58 人次，意外 101 人次。

六、本(111)年度「高等教育深耕計畫」附錄 1 核定經費為新臺幣 1,382 萬 5,000 元；其中教育部補助經費為 882 萬 5,000 元，本校自籌款為 500 萬元。

七、原住民族學生業務

(一) 本(111)年度「高等教育深耕計畫」附錄 2 核定經費總計 80 萬，包含人事費 45 萬、業務費 35 萬。

(二) 110 學年度第 2 學期原民會獎助學金獲配名額：第一階段 10 人、第二階段 1 人。

八、新生入學輔導課程：e3 線上課程--包括生活法律、性

別平等、學校資源認識等等；開學典禮實體短演講--時間管

理、社團探索、自我挑戰，建立學生對未來大學生活的期望。

貳、學生輔導事務現況問題

一、高教深耕(附錄一)現況問題：

(一)因疫情之故，多項實體輔導機制無法順利實行，惟推行線上相關輔導機制較為可行。

(二)據教育部最新會議內容提到，明(112)年深耕 2.0(附錄一)之輔導機制學校須整體評估學生需求，再透過跨單位合作規劃設計整體輔導機制內容。此外，教育部要求學校設計規畫輔導機制時，應依學生需求(成績、系科及未來職場所需等)整體衡量、設計課程，於學生完成課程內之輔導後，再核發獎助學金；爰建議另邀請個案學生之導師、系所、健康心理中心與學務處共同討論，以訂出符合個案學生實際課程需求之輔導機制。

參、其他部分

因應新冠肺炎疫情對於弱勢學生提供輔導措施及人數：

因為疫情導致學生家長減班、停班之情形非常嚴重，有些家庭因為經營小吃生意，因為停止內用，生意一落千丈，致經濟困難，無法供應學生就學。生輔一、二組提供急難濟助方案，協助學生家庭經濟渡過疫情難關。110 學年度生輔一、二組計協助 40 名因疫情受影響之同學，補助金額計 490,000 元。

國際事務處學生輔導工作委員會報告

- 一、 國際事務處境外生事務組於六月份時針對境外生進行「校內行政單位及教學單位之雙語服務評估」相關問卷調查，對於行政及教學單位調查後結果，整理出以下幾點**境外生回饋**之建議：
 1. 希望各單位提供更多雙語化服務。
 2. 加強網頁、公告及表格雙語化（例：有同學因為看不懂公告，錯過畢業典禮及其他活動）。
 3. 提升承辦人英文程度（例：有次溝通很久但是一直無法得到確認訊息，後來到國際處才解決）。
 4. 希望增設新生輔導活動（例：新生訓練、提供學伴制度可解決選課上等問題、強化師生聯繫）。
 5. 針對畢業門檻、課程通過標準及一些機械操作說明，希望能提供英文版。
- 二、 希望能多提供英文講座活動讓境外生參加。（例：清大諮商中心之前舉辦了一系列英文活動，教導學生如何疫情期間安頓身心）。
- 三、 當同學遇到困難時前來辦公室尋求承辦人協助，時常情緒過於激動需要諮商師介入，各單位該如何緊急聯絡諮商師前來現場協助。
- 四、 國際處時常向學生宣導校內諮商中心之資源，但許多系所卻不知道校內有提供英語諮商服務，建議健康心理中心向各系所加強宣導英語諮商服務之資源。（例：最近系所因不知道健康心理中心可提供英文諮商服務，故來電詢問校內是否有資源能協助憂鬱症發作的同學，而當瞭解到健康心理中心能給予協助時表示非常詫異）
- 五、 非上班時間緊急協助（例：自殺防治），目前外籍生能使用的資源只有校安中心的24小時專線，但受限於值班人員之英語能力及夜間值班人力，能與學生安撫溝通的時間也很有限。學校是否有規劃其它緊急協助資源，第一時間面對突發狀況還是要有諮商專業的人員協助比較能做出適當處理。

110 學年度健康心理中心成果報告

壹、個別諮商服務

110 學年度(110 年 8 月 1 日至 111 年 7 月 31 日)，陽明及交大校區個別諮商總計 847 人、5,581 人次，女性較多，佔 63.2%；研究生佔 56.8%、大學生佔 38.1%、教職員佔 5.1%)。來談議題前三名為：自我議題、情緒議題、人際議題。

貳、新生心理健康調查及高關懷追蹤輔導

每年均會針對全校新生實施心理健康調查，以即時篩選與協助需關懷輔導的對象，亦能增進學生在自身的心理健康之認識與評估。

由專任心理師或系所心理師追蹤、關懷服務高關懷學生總計 259 人，另轉介進入晤談或是接受諮詢服務的學生人數共有 82 人，占約高關懷人數的 31.66%，聯繫狀況如下表。

110 學年度高關懷學生之聯繫和進入晤談人數表

		總人數	高關數	聯繫狀況		進入晤談
				Email 回	電話聯繫	
大學部	男	1428	46	5	19	14
	女	780	54	25	23	27
	其他	1				1
	小計	2208	100	30	43	42(42%)
研究所	男	2518	79	15	29	19
	女	1457	80	26	25	21
	小計	3975	159	41	54	40(25.16%)
高關懷學生總數		6183	259	82(31.66%)		

參、全校性心衛活動成果

一、說明

110 學年度上下學期全校心理衛生推廣活動主題，分別為「小麋鹿的 HYGGE 療癒日常—享受當下的生活魔法」及「混沌與悠遊，都是銀河的光點~It's Okay To Not Be Okay」，活動主角分別以小麋鹿和鯊魚設計發想。小麋鹿形象設計以懂得享受丹麥幸福哲學(HYGGE，音同呼嘎)為概念，傳達即使外界充滿未知與變化，仍能安定在當下，享受與自我或他人相處的時光的理念。鯊魚形象設計以外表看似鯊氣十足、力爭上游，卻有著過度努力、無法休息的哀愁為概念發想，旨在激發全校師生思考，如何跳脫出自己的小宇宙，循著銀河澄透的光點，在渾沌無邊之境，學會自游自在的必鯊神技，找到靜謐暮藍的心之所棲。

呼應近兩年在新冠肺炎疫情的影響下，人的生活與互動存在著巨變和動盪，也因著遠距教學、work from home 等，帶來了關係距離的改變，健康心理中心看見並關注全校師生的身心健康，活動以「自我照顧」作為主軸，例如關照疫情下身心健康的講座、探討因應變動與衝擊的正向資源與復原力、藝術媒材陪伴失落經驗的支持性團體，探討愛、失落與存在意義的深度讀書會，以及提供境外學生線上情緒支持團體，皆是扣連疫情波動下，具特色的心理健康促進和自我照顧的活動。

110 學年度陽明校區共計辦理七十九項活動，總計 1689 人次參與，滿意度達 4.7 (滿分為 5 分)；交大校區共計辦理二十三項活動，總計 2560 人參與，滿意度達 4.5 (滿分為 5 分)。主題包括壓力調適、舒眠、瑜珈療癒、心理界限、親子對話、親密關係溝通、情緒調節、自殺防治、生涯探索等，透過全校講座、工作坊與讀書會、手作體驗、線上尋寶、校園街訪、FB 宣傳活動、志工培訓團體、境外生線上情緒支持團體、宿舍活動、輔導知能研習等，讓全校師生皆能學習自我照顧與身心安頓。

二、110 學年度成果一覽表如[附件一](#)。

三、110 學年度活動文宣如[附件二](#)。

肆、系所諮商成果

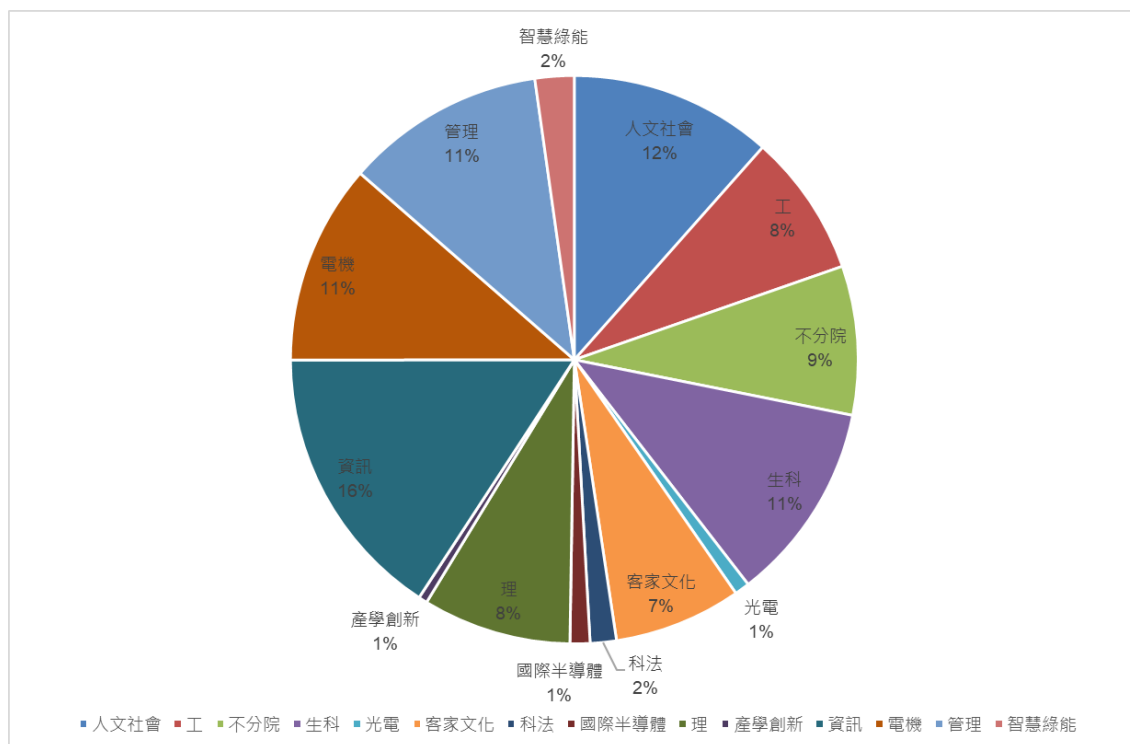
一、系所諮詢人數統計

交大校區的每個系所都有一個專屬的系所心理師，除了提供學生、導師、教職員、家長心理議題的諮詢與輔導，也會為系所學生舉辦專屬的講座及活動以促進學生的心理健康，並協助緊急及危機個案處理，特殊學生追蹤輔導，新生入學輔導，新生心理健康調查及高關懷追蹤輔導，學業困難學生及休學學生

諮詢。

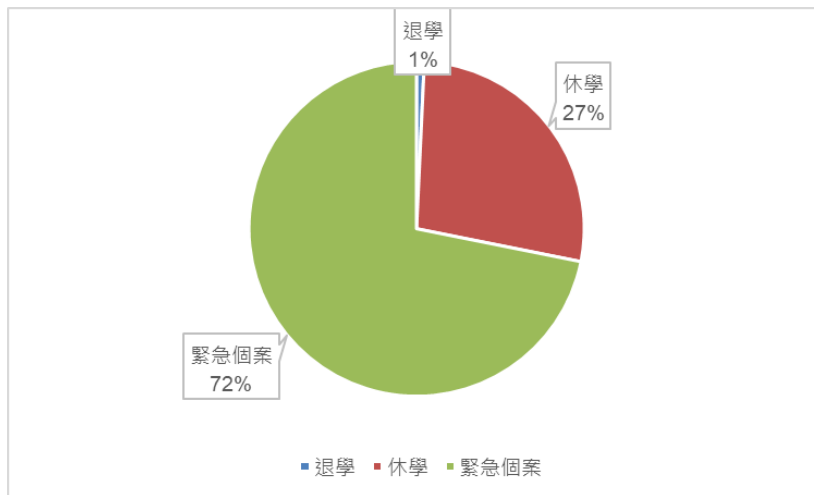
- (一) 110 學年度系所諮詢總人次為 2822 人次，詳見附件三。
- (二) 依身份分，諮詢人次由多到少依序為：學生(2148 人次)、導師/教職員(521 人次)、家長(153 人次)。
- (三) 依學院分，諮詢人次由多至少依序為：資訊學院(445 人次)、電機學院(322 人次)、人文社會學院(326 人次)、管理學院(321 人次)、生科學院(321 人次)、理學院(239 人次)、不分院(239 人次)、工學院(229 人次)、客家文化學院(205 人次)、智慧綠能學院(63 人次)、科法學院(42 人次)、國際半導體學院(32 人次)、光電學院(24 人次)、產學創新學院(14 人次)。
- (四) 總計人次可參見下表，百分比可參見下圖。

學院	人文社會	工	不分院	生科	光電	客家文化	科法	國際半導體	理	產學創新	資訊	電機	管理	智慧綠能	總計
總計	326	229	239	321	24	205	42	32	239	14	445	322	321	63	2822

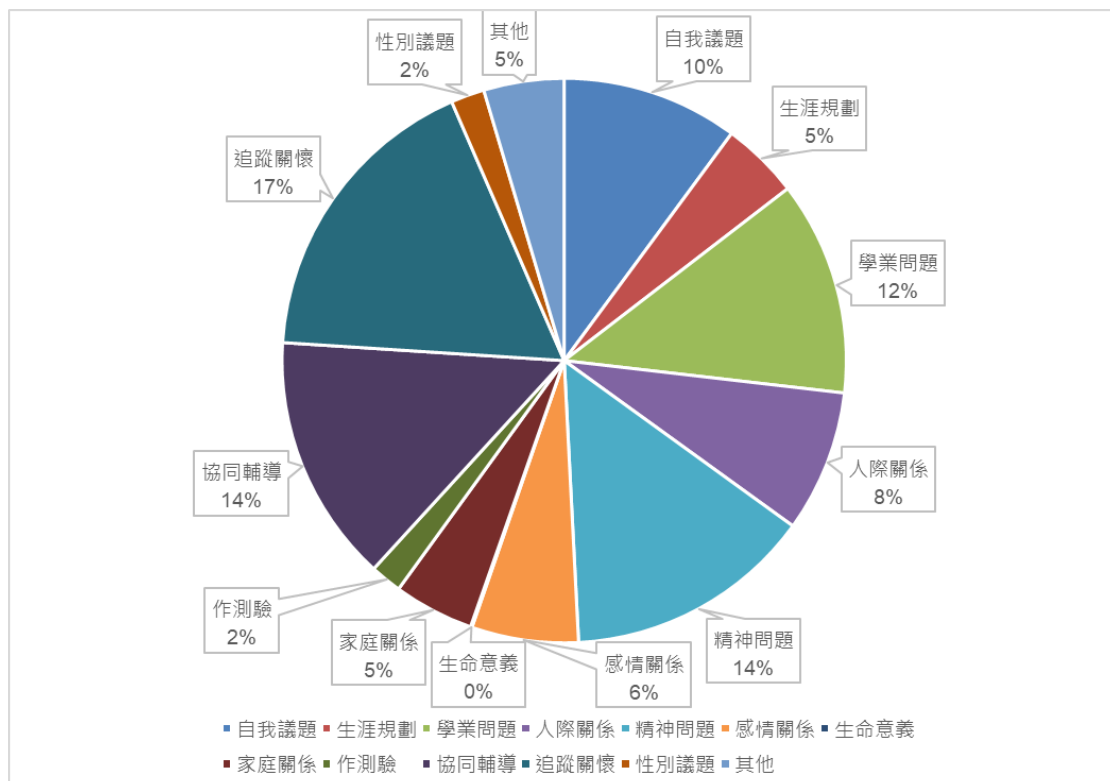


二、系所諮詢內容統計

- (一) 依學生類別分，諮詢內容前三名依序為：緊急個案(194 人次)、休學(74 人次)、退學(2 人次)。百分比可參見下圖。



(二) 依問題類別分，諮詢人次由多至少依序為：追蹤關懷(599 人次)、協同輔導(488 人次)、精神問題(488 人次)、學業問題(421 人次)、自我議題(347 人次)、人際關係(279 人次)、感情關係 (210 人次)、生涯規劃(153 人次)、家庭關係(158 人次)、其他(158 人次)、性別議題(66 人次)、生命意義(3 人次)、作測驗(62 人次)，百分比可參見下圖。諮詢內容分類請參見[附件四](#)。

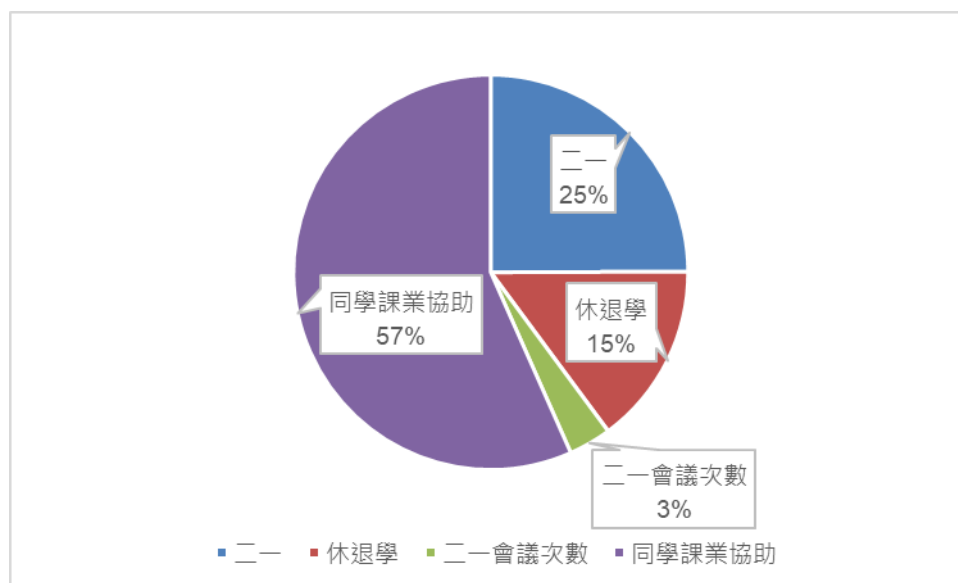


三、學習輔導協助統計

系所心理師於學期間，關懷輔導系所二一學生生活以及學習適應狀況，並視學生需要提供諮詢、轉介諮商、連結系所課業輔導資源等不同服務，共計已

輔導二一學生 107 人次。另也定期參與系所二一學生輔導工作會議，與系所師長們共同合作，討論訂定二一學生的相關輔導策略，共計已參與 15 場次二一學生輔導工作會議，請參見[附件五](#)。

110 學年度學習輔導議題諮詢總人次為 419 人次。依服務對象區分，諮詢人次由多到少依序為：同學課業協助(243 人次)、二一(107 人次)、休退學(64 人次)、二一會議次數(15 人次)。其百分比可參見下圖。



四、處遇性或危機個案

110 學年度處遇性或危機個案總數為 65 件，議題涵蓋自我議題、學業問題、精神疾病、意外過世、自殺危機、自傷、人際議題、網路霸凌、情感議題、性別議題、親密關係衝突、性議題、過度追求、性平事件等，處遇人次總計為 613 人次，家長聯繫次數總計為 95 人次，共召開個案討論會議 10 場/58 人次，班級或小團體輔導 1 場/4 人次。詳見[附件六](#)、[附件七](#)。

五、班級輔導/團體輔案

110 學年度班級輔導/團體輔導內容包含：結合大學部導師時間課程、研究生書報討論及專題演講，設計舉辦主題涵蓋壓力管理、情緒調適、人際溝通、生涯規劃、性別與親密關係、精神疾病衛教、自我傷害防治等心衛推廣活動，以促進系所學生心理健康，共計舉辦 94 場，6025 人次參與，活動滿意度平均為 4.27(滿分 5 分)，詳見[附件八](#)。

六、輔導股長聚會

系所心理師會定期舉辦與輔導股長們的會議，並利用會議機會提供輔導股

長簡易之同儕協助/轉介技能，以增強班級同儕輔導知能，及透過與輔導股長們交流來掌握目前系上學生們的現狀與動態。110 學年度共計辦理 14 場、105 人次。請參見[附件九](#)。

伍、資源教室

資源教室 110 年度申請「教育部補助大專校院招收及輔導身心障礙學生工作計畫」經費總額 4,829,933 元，教育部補助 4,152,591 元，學校自籌款 677,342 元，執行經費 4,236,522 元，因疫情取消部分活動，故業務費執行率為 97.96 %。110 年度聘有輔導人員 4 人（交大校區 3 人、陽明校區 1 人）特殊教育知能研習專業進修時數共 220 小時，服務不同障別特教學生 95 人（交大校區 77 人、陽明校區 18 人）。

110 年度身心障礙學生人數統計表

障礙類別 校區	自閉症	身體 病弱	其他 障礙	肢體 障礙	情緒 行為 障礙	視覺 障礙	語言 障礙	學習 障礙	聽覺 障礙	小計
交大校區	35	8	2	7	8	0	1	3	13	77
陽明校區	4	3	0	4	4	1	0	0	2	18
	39	11	2	11	12	1	1	3	15	95

一、辦理召開特教相關會議

110 年資源教室召開相關輔導會議共 203 場次，其中特殊教育推行委員會 2 場，身心障礙學生個別化支持計畫(ISP)會議上學期 73 次、下學期 93 次，共 166 次。召開個案輔導會議 2 次。召開畢業生轉銜輔導會議 4 場。新生轉銜會議 29 場。

二、提供協助同學服務申請

110 年度資源教室提供身心障礙學生協助同學服務內容包含報讀、錄音、生活照顧、課業討論、活動參與、電腦即時打字、筆記抄寫等，共服務身心障礙學生 16 人次，聘用協助同學 22 人，身心障礙學生接受服務時數共 1,121 小時。

三、提供課業輔導服務申請

110 年度共有 19 位身心障礙學生提出課業輔導申請，輔導身心障礙學生人次共計 29 人次，提供課業輔導時數共計 548 時。

四、辦理學生輔導/宣傳活動

110 年度資源教室辦理協助學生適應生活、人際、社會、職業、轉銜等之輔導/宣傳活動，以團體、講座、研習、戶外活動等方式為原則，輔導活動共辦理 37 場次，參加人數 364 人次。宣傳活動共辦理 3 場次，參加人數 112 人次。

五、提供特教鑑定服務

110 年度資源教室共協助 21 位學生進行大專校院特殊教育學生鑑定提報，其中 19 位同學通過成為特教生，2 位判為疑似生。

六、其他服務

(一)身心障礙學生獎補助金

110 共核定獎學金 26 人(80 分以上)，核定獎助金 9 人(70 以上)，核發獎助學金總額 508,000 元。

(二)輔具借用服務

110 協助聽障、肢障、視障同學借用輔具，共借出 10 樣輔具，包含 FM 調頻系統、電動輪椅、口袋型電子擴視機、放大滑鼠、尺狀放大鏡等。

111 學年度健康心理中心上學期服務規劃

壹、新生心理健康調查

每年均會針對全校新生實施心理健康調查，以及時篩選與協助需關懷輔導的對象，亦能增進學生在自身的心理健康之認識與評估。本學年在資訊技術服務中心以及註冊組的協助，綁定註冊程序，填答率大幅提升，今年度（截至 9 月 19 日為止）填答概況說明如下：

- 一、填答人數與比率：5390 人，111 學年度新生（含大學、碩博、在職碩、轉學生、境外生）約 6216 人，填答率為 86.7%。
- 二、篩選人數與比率：高關懷篩選人數為 401 人，篩選率為 7.44%。
- 三、後續追蹤關懷時程：預計於 10-11 月份透過電話、信件以及面談進行關懷追蹤，12 月份統計相關資料，撰寫成果報告。

貳、全校性活動規劃

一、說明：

近來全國大專院校學子因壓力調適議題，產生各種身心失調，甚至自我傷害事件頻傳，顯示大專生在壓力調適議題上，仍有學習與成長空間。細究壓力高漲原因可以發現，許多學生有自我認同低落的狀況，需透過外在評價提高自我認可。學生需不斷努力將事情做到盡善盡美，但，即使獲得高成就後，仍擔心成就是暫時的，若未來自己不夠努力，稍有犯錯或失誤，就會失去他人的認可。此壓力造成學生無法適時休息自我照顧。

是故，本學年度將以自我接納、自我照顧及壓力調適為主軸，辦理相關心理推廣活動。藉由專業領域之講師，協助校內師生深入探討自我認同與自我對話形成的歷程，並學習如何從追求他人期待，轉而建立自己的期許與標準。另一方面，能適時接受自己的限制與現況，練習放鬆與充電技巧，調整自我狀態承接生活中的挑戰與壓力。

二、111 上學期活動規劃：

預計辦理共 24 場活動，陽明校區 13 場、交大校區 11 場，活動列表如[附件十](#)。

三、111 上學期活動經費預算：

總預算為 353,987 元，陽明校區 242,563 元、交大校區 111,424 元，經費來源由教育部健康促進計畫、教育部深耕計畫、校務預算支應，預算規劃如[附件十一](#)。

四、 111 上學期文宣品如[附件十二](#)。

貳、系所服務計畫

系所心理師計畫提供學生、導師、教職員、家長心理議題的諮詢與輔導，也會透過大學部導師課程、研究所書報討論及專題演講等機會，為系所學生舉辦專屬的講座及活動以促進學生的心理健康，本學年度系所初級預防推廣活動預計執行共 78 場次，主題包含：性別平等、情感教育、自我探索、生涯規劃、情緒與壓力調適、人際溝通等貼近學生需求的議題。

又為因應近年學生自傷/自殺事件升高，本學年系所心理師也設計生命教育與自殺防治宣導活動，主題為：「活下去，才有機會嘗試到美好的未來」，計畫利用各式入班機會向系所學生加強生命教育與自殺防治知能，教學內容請參考[附件十三](#)。

此外，系所心理師也將協助緊急及危機個案處理、特殊學生追蹤輔導、新生入學輔導、新生心理健康調查及高關懷追蹤輔導、學業困難學生及休學學生諮詢。

參、資源教室服務

資源教室 111 年度申請「教育部補助大專校院招收及輔導身心障礙學生工作計畫」經費總額 5,153,187 元，教育部補助 4,441,672 元，學校自籌款 711,515 元，111 年度聘有輔導人員 5 人（交大校區 4 人、陽明校區 1 人），分別說明資源教室服務內容如下：

一、教學或行政方面：

1. 教育部補助大專校院招收及輔導身心障礙學生工作計畫
2. 教育部大專校院特殊教育、學輔經費及性別平等教育業務辦理情形書面審查—大專校院輔導身心障礙學生工作辦理情形
3. 教育部特殊教育通報網資料登錄與更新
4. 教育部特殊教育獎助學金申請及核銷
5. 資源教室公文簽辦
6. 資源教室書籍、影片、器材管理

二、公共事務：

1. 國立陽明交通大學特殊教育推行委員會
2. 國立陽明交通大學特殊教育方案

三、服務方面：

1. 身心障礙學生提報鑑定與就學輔導
2. 身心障礙學生個別化支持服務計畫 (ISP)
3. 身心障礙學生個別化生涯轉銜計畫 (ITP)
4. 身心障礙學生學習輔助器材借用
5. 身心障礙學生協助同學安排
6. 身心障礙學生課業加強輔導人員安排
7. 身心障礙學生生涯轉銜及就業

四、活動方面：

1. 身心障礙學生團體輔導活動
2. 身心障礙學生班級宣導活動
3. 友善校園生命教育宣導活動

五、其他：

1. 支援健康心理中心各類主題活動
2. 其他中心交辦事宜

六、資源教室 111 學年度特殊教育需求學生系所分配：

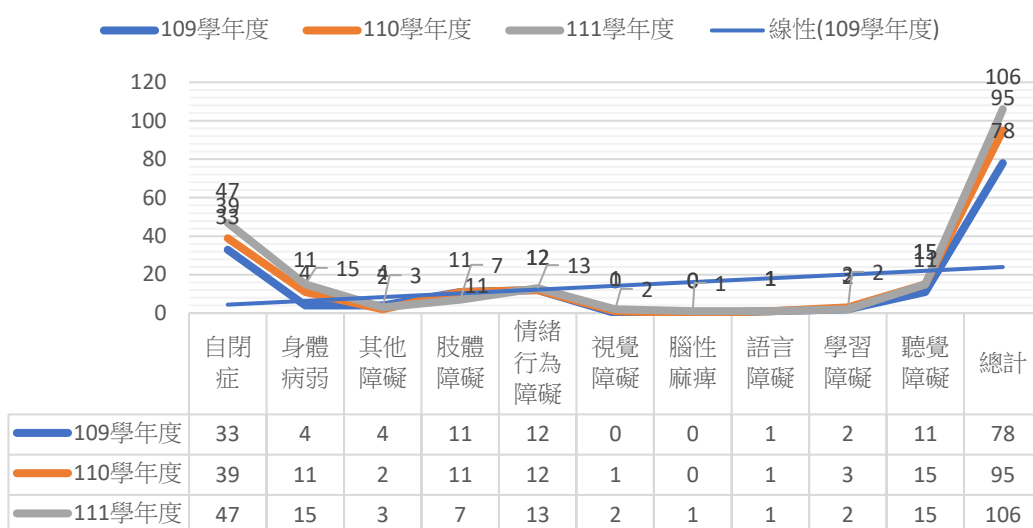
校區/學生數	輔導老師	負責系所
陽明校區/20	劉容孜	陽明校區系所
交大校區/86	何政勳	資訊學院、光電學院、光電系、科技法律學院、機器人碩士學程
	王芷薇	工學院
	溫惠純	人文社會學院、客家文化學院、理學院、管理學院、生物科技學院
	葉子甯	電機學院、百川學程、奈米學程

資源教室 111 學年度共服務不同障別特教學生 106 人 (交大校區 86 人、陽明校區 20 人)，較去年 110 學年度增加 11 位身心障礙學生，增加比率約 11.5%，較前年 109 學年度增加 28 位身心障礙學生，增加比率為 35.9%，各障別身心障礙學生人數變化請參見下圖。

111 學年度身心障礙學生人數統計表

障礙類別 校區	自閉症	身體病弱	其他障礙	肢體障礙	情緒行為障礙	視覺障礙	腦性麻痺	語言障礙	學習障礙	聽覺障礙	小計
交大校區	45	10	3	4	7	1	1	1	2	12	86
陽明校區	2	5	0	3	6	1	0	0	0	3	20
	47	15	3	7	13	2	1	1	2	15	106

近兩年各障別身心障礙學生人數增加圖



近兩年各障別身心障礙學生人數增加圖

七、資源教室 111 學年度上學期資源教室活動規劃：

因應後疫情時代來臨，資源教室規劃學生自我照護活動，幫助學生從身體與心理兩個方面來提升自我的覺察，在面對大環境中許多不確定的危險因子時，能拓展身心兩端的空間與彈性，以提昇自己的心理韌性與復原力。也以人際關係的重要基礎-溝通做為團體主題，將透過實際的對話溝通體驗幫助學生在人際關係中嘗試分享並探索自己在人際情境中的狀態。111 學年度上學期預計辦理 18 場次學生輔導活動，詳細活動內容會在「特殊教育推行委員會」中報告。

附件一：110 學年度成果一覽表

陽明校區							
類型	活動名稱	日期	地點	講師	對象/名額	人次	滿意度
全校講座	服一帖「面對挫敗 不焦慮」處方箋	110/10/13 (三) 10:10-12:00	第三會 議室	黃揚名 副教授	本校師生 70 人	92	4.33
全校講座	做你我的幸福捕手 ~自殺防治守門人 培訓	110/10/20 (三) 10:10-12:00	知行樓 216 教 室	黃予岑 心理師	本校師生 80 人	95	4.64
全校講座	疫情之下守護精神 健康 ~精神科的就醫治 療	110/11/17 (三) 10:10-12:00	知行樓 216 教 室	鄭宇明 醫師	本校師生 80 人	103	4.7
全校講座	要幸福不要性縛~ 恐怖情人辨識、預 防與處遇	110/11/10 (三) 10:10-12:00	知行樓 216 教 室	張宇傑 心理師	本校師生 80 人	疫情 取消	無
全校講座	乘愛飛翔~翅膀男 孩生命故事及音樂 線上分享會	110/12/08 (三) 10:00-11:20	線上形 式	林政緯 先生	本校師生 300 人	63	4.75
電影映後 座談	山腰週三電影院 主題：成為理想大 人了嗎？	110/09/15 ~110/12/29 每週三 18:30-21:20	山腰大 廳	黃柏威 心理師	本校師生與 社區民眾	315	4.91
讀書會	關於愛、失落、存 在的意義深度讀書 會	110/10/18、 10/25、 11/15、 11/29(一) 19:00-21:00	山腰大 廳	黃素菲 教授	本校學生 20 人	59	4.7
工作坊	尋·當日~生活興 趣探索工作坊	110/11/27 (六) 09:30-16:30	山腰大 廳	林上能 心理師	本校學生 20 人	疫情 取消	無
輔導股長 培訓團體	輔導股長大團圓~ 相聚在山腰	110/10/18 (一) 12:00~13:15	山腰大 廳	李昀實 習心理 師	輔導股長 20 人	16	4.7

輔導股長 培訓團體	輔導股長的茶敘時 光團體~ 優遊在山腰	110/11/15、 11/22、 11/29、 12/6、 12/13、 12/20(一) 12:00-13:15	山腰個 諮室	李昀實 習心理 師	輔導股長 12人	38	4.62
教職員增 能	做你我的幸福捕手 ~自殺防治守門人 培訓	110/10/28 (四) 19:00-21:00	山腰大 廳	周昕韻 心理師	本校教職員 20人	11	4.84
義工培訓	山腰義工培訓~做 你我的幸福捕手	110/10/08 (五) 19:00-21:00	山腰大 廳	黃予岑 心理師	山腰義工團	17	4.64
義工培訓	山腰義工培訓~助 人者的覺察與同理 心	110/10/22 (五) 19:00~21:00	山腰大 廳	呂靜宜 心理師	山腰義工團	15	無
義工培訓	山腰義工營 ~助人者團隊合作 與自我照顧	110/11/20 (六)、 11/21(日) 8:00~17:00	山腰大 廳	福音園 探索體 驗教育 講師、 黃素菲 教授	山腰義工團	27	無
義工培訓	山腰義工培訓~藝 術媒材紓壓與自我 照顧	110/12/03 (五) 19:00-21:00	山腰大 廳	梅瑋紘	山腰義工團	7	無
中心資源 導覽暨班 級座談	大學生活怎麼過& 山腰導覽	110/10/27 (三) 10:00-12:00	山腰大 廳	呂靜宜 心理師	牙醫一	43	4.33
中心資源 導覽暨班 級座談	大學生活怎麼過& 山腰導覽	110/11/03 (三) 10:00-12:00	山腰大 廳	李昀實 習心理 師	藥學一	24	4.83
中心資源 導覽暨班 級座談	山腰導覽	110/11/15 (一) 12:00~13:10	山腰大 廳	許伶楓 心理師	僑生&陸生	20	無
中心資源 導覽暨班 級座談	山腰導覽+大學生 活	110/12/01 (三) 10:00-12:00	山腰大 廳	梁怡恩 心理師	護理一	43	4.83
中心資源 導覽暨班 級座談	山腰導覽+大學生 活	110/12/22 (三) 10:00-12:00	山腰大 廳	許伶楓 心理師	醫學一	15	無

境外生講座	Applied Positive Psychology	110/11/09 (二) 18:30-20:30	山腰大廳	Evon Chiu (邱逸芳) Counseling Psychologist	外籍生	16	4.71
班級講座	靈魂急轉彎~電影賞析與自我探索	110/11/22 (一) 13:00~16:00	山腰大廳	梁怡恩 心理師	護理三	42	4.38
班級講座	生活中的行為科學 ~與情緒相遇	110/12/16 (三) 10:00-12:00	山腰大廳	許伶楓、呂靜宜 心理師	通識課程班級	30	4.45
電影映後座談	山腰週三電影院 主題：人生練習題 (共 12 場)	111/02/16- 111/06/01 (三) 18:30-21:30	山腰大廳	黃柏威 心理師	本校師生與 社區民眾	207	4.95
義工培訓	期初義工大會暨慶生活動	111/02/25 (五) 19:00-21:30	山腰大廳	呂靜宜 心理師	山腰義工團	16	無
導生活動	做一本自己的壬寅年手帳本-手工書製作/自作	111/03/09 (三) 10:10-12:00	山腰大廳	張麗君 心理師	本校學生 25 人	23	4.99
義工培訓	山腰義工培訓-認識心理測驗	111/03/11 (五) 19:00-21:30	山腰大廳	李昀實 實習心理師	山腰義工團	19	無
全校講座	習慣，決定你的時間：時間管理講座	111/03/16 (三) 10:10-12:00	知行樓 216	楊漢章 心理師	本校師生 80 人	89	4.34
輔導股長培訓團體	輔導股長大團圓：回家坐坐	111/03/21 (一) 12:00-13:15	山腰大廳	李昀實 實習心理師	輔導股長	3	4.6
義工培訓	義工開放例活：動物輔助治療的認識與體驗	111/03/25 (五) 19:00-21:00	山腰大廳	毛文君 治療師	山腰義工團	30	4.84
成長團體	愛中有我，愛中有你：愛情探索與覺察團體	111/04/18- 111/05/23 (一)	地點待定	李昀實 實習心理師	疫情取消	X	無

		18:30-20:30					
工作坊	【工作坊】 尋·當日-生活興趣探索工作坊	111/04/24 (日) 09:30-16:30	山腰大廳	林上能 心理師	本校學生 25 人	12	4.9
全校講座	餘生-電影映後座談	111/04/27 (三) 10:10-12:00	生醫工程館階梯教室	謝欣志 導演	本校師生 80 人	79	4.73
全校講座	你的愛情電影，我的恐怖電影－辨識恐怖情人與關係暴力	111/05/04 (三) 10:10-12:00	知行樓 216	郭玉婷 心理師	本校師生 90 人	11	4.84
全校講座	逆境中的身心安頓－心理韌性促進講座	111/05/11 (三) 10:10-12:00	生醫工程館階梯教室	朱芯儀 心理師	本校師生 120 人	74	4.88
境外生團體	WORLD CAFÉ INTERNATIONAL STUDENT AFFINITY GROUP:DIVERSITY ,EQUITY AND BELONGING	111/05/17~1 11/06/07 (二) 18:00-21:00	線上形式	邱逸芳 心理師	國際學生	35	4.8
總計人次/平均滿意度						1689	4.7

交大校區							
類型	活動名稱	日期	地點	講師	對象/名額	人次	滿意度
全校講座	讓愛同行－薩提爾的親子對話	110/09/29 (三) 13:20-15:10	線上直播	吳孔琪 諮商心理師	陽明交大教職員生、校外人士	61	4.34
全校講座	好夢正酣－教你壓力紓解與睡眠的秘笈	110/10/13 (三) 15:30-17:20	線上直播	吳家碩 臨床心理師	陽明交大教職員生、校外人士	115	4.57
學生工作坊	心靈結界－心理界線療癒工作坊	110/10/16 (六) 13:30-17:30	學生活動中心 2F 團體諮商室	蕭婷文 諮商心理師	陽明交大學生	18	4.41

輔導知能	成為防疫時光理想情人—親密關係溝通講座	110/11/08 (一) 13:20-15:10	電資 1F 第四會議室	林昱芳 諮商心理師	陽明交大教職員生、校外人士	32	4.5
教職員工工作坊	瑜你一起—疫後自我照顧與療癒瑜珈工作坊	110/11/26 (五) 13:20-15:10	學生活動中心 2F 聯誼廳	林培欣 諮商心理師	陽明交大教職員	15	4.45
全校講座	整理環境—打造自己的放鬆小天地！	110/11/30 (二) 13:20-15:10	電資 1F 第一會議室	何安蒔 整理師	陽明交大教職員生、校外人士	45	4.65
學生工作坊	自癒魔法—舒眠減壓催眠沙龍	110/12/04 (六) 13:30-17:30	學生活動中心 2F 團體諮商室	張義平 諮商心理師	陽明交大學生	14	4.58
全校講座	「疫」休逆，探索愛—人生必看最暖疫情電影賞析	110/12/07 (二) 15:30-17:20	電資 1F 第四會議室	吳庶深 教授	陽明交大教職員生、校外人士	31	4.18
校園大活動	迷路的小麋鹿—探險尋寶之旅	110/10/01 (五)— 110/12/10 (五) 活動期間皆可	線上形式	健康心理中心 全校心衛團隊	不限對象	825	4.4
志工培訓團體	故事中，關於我的風景—自我探索團體	110/10/18— 110/11/29 (每週一) 18:30-20:30	諮商中心團體 諮商室	鄭雅馨 黃馨儀 實習諮商心理師	健康心理中心第 30 期志工	56	4.8
志工培訓團體	旅。生命設計師—自我探索團體	110/10/21— 110/12/02 (每週四) 18:30-20:30	諮商中心團體 諮商室	陳亭宇 專任心理師 張瑜姁	健康心理中心第 30 期志工	43	4.4

				實習諮 商心理 師			
宿舍活動	乾燥花療癒	110/11/10 (三) 18:30-20:30	女二舍 小客廳	鄭雅馨 實習心 理師	女二舍學 生	24	無
宿舍活動	那些愛的模樣-了 解專屬自己的愛 情風格	110/11/11 (四) 18:30-20:30	十三舍 舒壓小 間	黃馨儀 張瑜玟 實習心 理師	十三舍學 生	27	無
全校講座	《小鬱亂入，抱 緊處理》-用插畫 認識憂鬱症	111/03/17 (四) 15:30-17:20	google meet	林妤恒 藝術指 導／設 計師	本校師 生、校外 人士	64	4.4
學生工作 坊	相遇在愛的星球- 愛情香氛工作坊	111/03/27 (日) 09:30-16:30	學生活 動中心 2F 團體 諮商室	陳靜儀 諮商心 理師	本校學 生、校外 學生	14	4.63
輔導知能	不再討好-發展正 向關係而不失去 自己	111/04/27 (三) 15:30-17:20	CISCO 思 科	蘇絢慧 諮商心 理師	本校師 生、校外 人士	149	4.4
學生工作 坊	夢境指引-與內在 潛意識相遇	111/04/30 (六) 09:30-16:30	光復校 區資訊 館 3F 學 務處會 議室	李香盈 諮商心 理師	本校學生	14	4.5
全校講座	雖然焦慮，還是 想喝珍奶-與你重 擬焦慮	111/05/09 (一) 13:20-15:10	電資大 樓 1F 階 梯會議 廳	李炯德 臨床心 理師	本校師 生、校外 人士	49	4.6
教職員工 工作坊	與狗相癒-親子療 癒與增能工作坊	111/05/06 (五) 13:20-16:20	學生活 動中心 2F 聯誼 廳	吳思穎 諮商心 理師、 王聆聿 助理講	本校教職 員及 1~4 年級子女 優先	疫情 取消	疫情 取消

				師、療 癒犬			
全校大活動	「鯊時間宇航員」街訪活動	111/02/16 (三)、 111/02/24 (四)、 111/03/02 (三) 13:20-15:10	中正堂 軍訓室 體育館	心衛團 隊	本校師 生、校外 人士	652	開放式 回饋佳 良好
全校大活動	「鯊啦嘿唷來玩鯊魚遊戲」FB抽獎	111/03/29- 111/05/02 線上活動不 限時段	線上活 動不限 地點	心衛團 隊	本校師 生、校外 人士	227	開放式 回饋佳
志工培訓 團體	定風波-人際關係 探索	111/03/14- 111/05/02 週一 18:30-20:30	團體諮 商室	鄭雅馨 實習心 理師	第 30 期志 工	42	4.75
志工培訓 團體	關係選擇困難症——擁抱孤獨、投入關係，做出精彩的決定——人際關係團體	111/03/24- 111/05/05 週四 18:30-20:30	團體諮 商室	張瑜玟 實習心 理師	第 30 期志 工	43	4.9
總計人次/平均滿意度						2560	4.5

附件二：110 學年度活動文宣



ACTIVITY INFORMATION

服一帖
「面對挫敗不焦慮」處方籤

110/10/13(三)
10:10-12:00
第三會議室

講師：黃揚名副教授

陽明校園健康心理中心



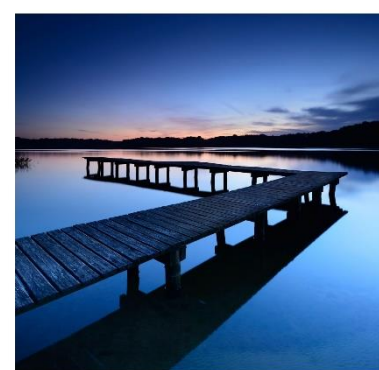
110/10/28 (四)
19:00-21:00
山腰大廳

講師：周昕韻心理師

做你我的幸福捕手
—「看、聽、轉、牽、走」—

是陪伴親友學生的最佳助手
歡迎一起來伸出溫暖的手，成為彼此的幸福捕手！

山腰上的家
陽明校園健康心理中心



關於愛、失落、存在的意義深度讀書會

藉由讀書會的形式，讓我們一起思考生命與存在的意義

110/10/18、10/25、11/15、11/29(一) 19:00-21:00

地點：山腰大廳

講者：黃素菲教授



適合對象：

死亡與生命學系

國文、文學、存在與空間、英文、哲學/輔導、心理/心靈學系

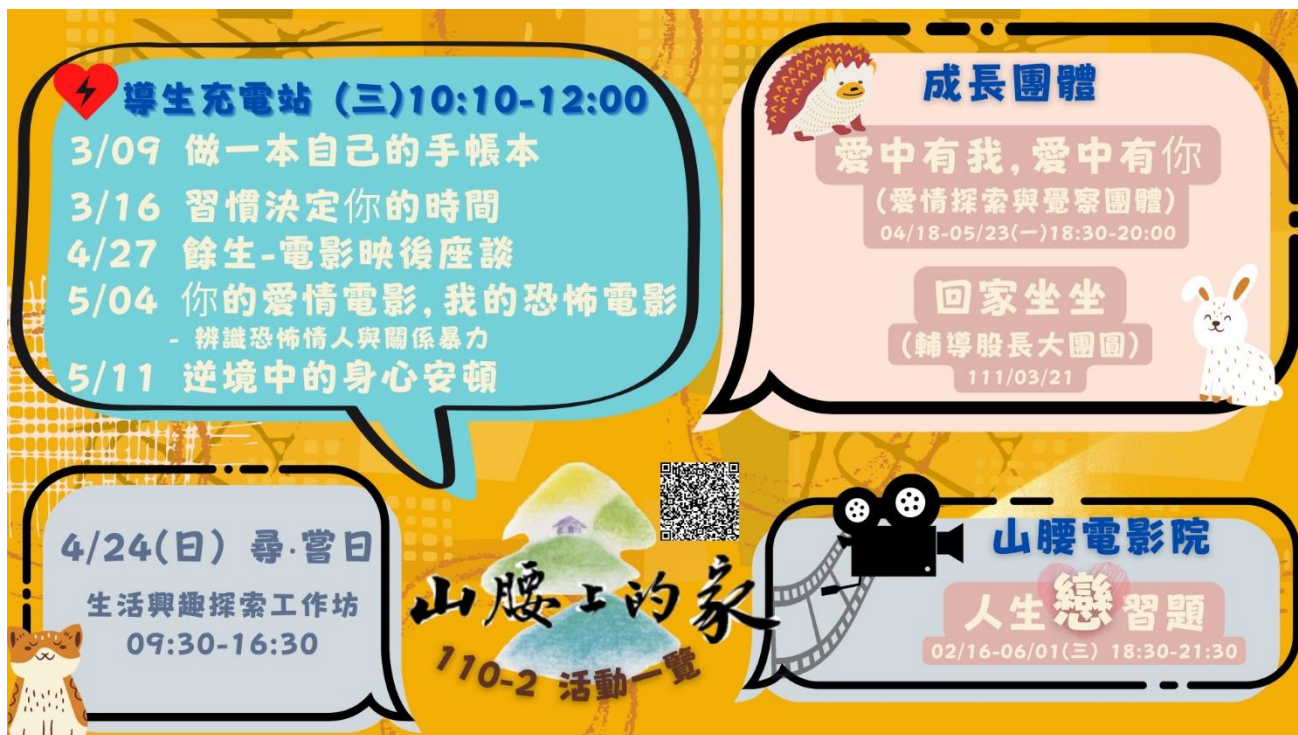
相關領域

台灣製作與出版業者的福音：劉仲文《心靈工作》

*歡迎參加讀書會者，以文換書換書券換取一本書(二冊一)

陽明校園健康心理中心

山腰上的家



導生充電站 (三) 10:10-12:00

- 3/09 做一本自己的手帳本
- 3/16 習慣決定你的時間
- 4/27 餘生-電影映後座談
- 5/04 你的愛情電影, 我的恐怖電影
- 辨識恐怖情人與關係暴力
- 5/11 逆境中的身心安頓

成長團體

愛中有我, 愛中有你
(愛情探索與覺察團體)
04/18-05/23(一) 18:30-20:00

回家坐坐
(輔導股長大團圓)
111/03/21

山腰電影院

人生戀習題
02/16-06/01(三) 18:30-21:30

4/24(日) 尋·當日
生活興趣探索工作坊
09:30-16:30

山腰上的家
110-2 活動一覽

混沌與悠游， 都是銀河的光點

It's Okay To Not Be Okay

當生活一片混亂時看看星空吧——
星時們既溫柔而酷遊，
讓我們與這宇宙秩序同步，
成為銀河的光點。

國立陽明交通大學健康心理中心
110學年度(下)系列活動
新竹光復校區學生活動中心3樓 03-5712121 #51303

全校講座

從生存廝殺到自游自在

《小鬱亂入，抱緊處理》—用插畫認識憂鬱症 <楊上謙座>
111/03/17 15:30-17:20 | 林野恒 小鬱亂入藝術指導/設計師

不再討好—發展正向關係而不失去自己 <楊上謙座>
111/04/27 15:30-17:20 | 蘇海華 諮商心理師

雖然焦慮，還是想喝珍奶—與你重擬焦慮 <邱明輝座>
111/05/09 13:20-15:10 | 李朝德 臨床心理師

工作坊

從失落鯊洲到心之所棲

相遇在愛的星球—愛情香氣工作坊 <邱明輝座>
111/03/27 09:30-16:30 | 陳靜儀 諮商心理師

夢境指引—與內在潛意識相遇 <邱明輝座>
111/04/30 09:30-16:30 | 李雪盈 諮商心理師

與狗相戀—親子療癒與增能工作坊 <李雪盈座>
111/05/06 13:20-16:20 | 吳聖恩 諮商心理師、蔡偉犬

大活動

鯊啦嘿啾來玩鯊魚遊戲

三、四月全校大活動，包括「鯊時間字航員」街訪及FB抽獎。

(A)可從達公務人員進修時數 (B)可從國研院生學醫藥時數 (C)可從達藝文課 (D)可從達社群教育

新竹光復校區全系列活動於111/02/14起開放報名！

報名系統	活動列表	LINE	FB粉專

文案創意 | 彭果谷、蔡麗賢、張淑娟、黃博儀 插畫設計 | 人間欠周(hgg)

附件三：系所諮詢總人次

學院	系所名稱（簡稱）	系所心理師 個管心理師	學生	家長	導師/ 教職員	小計
工	機械系所	吳立妍	124	5	38	167
不分院	機器人碩士學位學程	吳立妍	13	0	0	13
不分院	人工智慧與科技碩士學 程	吳立妍	20	0	1	21
生科	生科系所	吳立妍	154	22	145	321
科法	科法所	吳立妍	33	2	7	42
國際半導 體	國際半導體學院	吳立妍	31	0	1	32
不分院	電資學士班	吳立妍	1	0	0	1
工	環工所	汪承宏	0	0	0	0
資訊	資訊系所	汪承宏	370	26	44	440
電機	生醫所	汪承宏	2	0	0	2
不分院	電機資訊國際學位學程	汪承宏	55	0	2	57
管理	資財系	汪承宏	40	15	18	73
工	加速器所	林鈺傑	1	0	0	1
工	材料系所	林鈺傑	30	0	4	34
工	奈米系所	林鈺傑	3	0	0	3
光電	光電學院所	林鈺傑	22	2	0	24
電機	電子系所	林鈺傑	34	0	2	36
電機	光電系所	林鈺傑	15	1	0	16
智慧綠能	智慧綠能學院所	林鈺傑	61	0	2	63
人文社會	教育所	張郁雯	30	0	5	35
理	物理所	張郁雯	11	0	1	12
理	統計所	張郁雯	1	0	0	1
理	電物系所	張郁雯	46	8	6	60
理	應化系所	張郁雯	85	9	11	105
理	應數系所	張郁雯	45	3	13	61
產學創新	前瞻所	張郁雯	3	0	5	8
產學創新	智能所	張郁雯	6	0	0	6
管理	財金所	張郁雯/葉耘鋼	9	0	0	9
人文社會	外文系所	陳亭宇	69	2	17	88
人文社會	社文所	陳亭宇	26	1	2	29

人文社會	英教所	陳亭宇	54	20	11	85
人文社會	傳播所	陳亭宇	17	0	1	18
人文社會	建築所	陳亭宇	16	2	2	20
人文社會	音樂所	陳亭宇	15	1	2	18
人文社會	應藝所	陳亭宇	32	0	1	33
工	土木系所	陳亭宇	12	3	9	24
客家文化	人社系所	陳亭宇	128	3	7	138
客家文化	傳科系所	陳亭宇	67	0	0	67
資訊	亥客碩	陳庭美/葉耘綱	5	0	0	5
管理	工管系所	陳庭美/葉耘綱	36	2	12	50
管理	運管系所	陳庭美/葉耘綱	41	0	1	42
管理	科管所	陳庭美/葉耘綱	7	0	0	7
管理	資管所	陳庭美/葉耘綱	12	0	3	15
管理	經管所	陳庭美/葉耘綱	8	0	0	8
管理	GMBA	陳庭美/葉耘綱	22	0	1	23
管理	管科系所	陳庭美/葉耘綱 /林鈺傑	67	1	26	94
不分院	百川學士學位學程	鄭家揚	69	16	62	147
電機	電機系所	鄭家揚	145	9	52	206
電機	電信所	鄭家揚	28	0	5	33
電機	電控所	鄭家揚	15	0	2	17
電機	電機學院碩士在職專班	鄭家揚	12	0	0	12
獨立所	聲音所	鄭家揚	0	0	0	0
醫學工程	醫放系	許伶楓	11	1	3	15
醫學工程	醫技系	呂靜宜	5	2	0	7
醫學工程	物輔系	呂靜宜/許伶楓 /梁怡恩	38	2	16	56
牙醫	牙醫系	呂靜宜	4	0	2	6
醫學	醫學系	梁怡恩/許伶楓 /呂靜宜	6	1	12	19
生命科學	神研所	許伶楓/呂靜宜 /梁怡恩	8	4	10	22
生命科學	不分系	呂靜宜/許伶楓	3	0	1	4
藥物科學	藥學系	許伶楓	9	3	3	15
合計			2232	166	568	2966

附件四：諮詢內容分類

系所 心理 師	系所 名稱	特殊個案			問題類型													小計
		退 學	休 學	緊 急 個 案	自 我 議 題	生 涯 規 劃	學 業 問 題	人 際 關 係	精 神 問 題	感 情 關 係	生 命 意 義	家 庭 關 係	作 測 驗	協 同 輔 導	追 蹤 關 懷	性 別 議 題	其 他	
吳立妍	電資學士班	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
吳立妍	機械系所	0	4	7	50	15	33	34	23	12	0	7	0	49	30	4	6	274
吳立妍	生科系所	1	9	94	48	15	49	40	55	13	0	16	0	155	17	1	28	541
吳立妍	國際半導體學院	0	1	0	0	1	0	0	6	5	0	6	0	0	3	7	10	39
吳立妍	機器人碩士學位學程	0	0	0	8	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	2	0	13
吳立妍	人工智慧與科技碩士學程	0	0	0	7	4	11	0	0	0	0	10	0	1	1	0	0	34
吳立妍	科法所	0	1	0	12	6	4	0	3	8	0	2	0	6	11	5	1	59
汪承宏	資訊系所	0	23	22	22	16	101	28	80	29	2	11	0	23	148	4	41	550
汪承宏	資財系	0	1	13	2	2	0	2	31	2	0	4	0	16	34	3	2	112
汪承宏	環工所	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
汪承宏	生醫所	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3
汪承宏	電機	0	0	0	0	1	6	0	19	0	0	0	0	2	39	0	10	77

宏	資訊國際學位學程																	
林鈺傑	電子系所	0	0	17	13	10	5	10	26	10	0	2	0	2	8	2	1	106
林鈺傑	光電系所	0	2	4	1	2	4	4	6	3	0	3	0	1	5	1	0	36
林鈺傑	光電學院	0	0	6	0	1	7	8	11	2	0	0	0	8	20	5	0	68
林鈺傑	材料系所	0	4	1	6	1	4	11	13	2	0	3	0	3	15	1	0	64
林鈺傑	奈米系所	0	1	0	1	0	1	1	2	1	0	1	0	0	0	0	0	8
林鈺傑	加速器所	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
林鈺傑	智慧綠能學院	0	0	6	23	5	15	28	30	7	0	6	0	2	12	0	0	134
張郁雯	物理所	0	0	0	4	0	0	0	1	2	0	0	1	1	3	0	0	12
張郁雯	統計所	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
張郁雯	電物	0	1	1	3	1	0	5	7	8	0	12	9	7	8	1	0	61
張郁雯	應化	0	0	5	5	1	0	11	17	8	0	11	8	12	31	2	0	106
張郁雯	應數	0	2	0	2	3		8		7	0	5	8	12	11	5	0	61
張郁雯	教育	0	2	0	2	0	0	4	3	0	0	6	8	3	9	0	0	35
張郁雯	前瞻所	0	0	0	0	0	0	1	0	2	0	0	0	5	0	0	0	8
張郁雯	智能所	0	1	0	0	0	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0	0	6
張郁雯/葉耘綱	財金所	0	0	0	3	0	0	2	0	2	0	0	0	0	2	0	0	9
陳亭宇	土木系所	0	1	0	1	11	3	9	18	0	0	0	0	1	7	2	3	56

陳亭宇	外文系	0	0	2	0	4	10	6	1	12	0	11	0	6	18	3	0	73
陳亭宇	人社系	0	0	0	9	18	28	16	27	12	0	14	0	3	6	4	0	137
陳亭宇	傳科系	0	0	0	6	6	4	10	10	9	0	1	1	0	0	0	0	47
陳亭宇	外語所	0	0	0	0	3	1	3	0	0	0		0	0	0	0	0	7
陳亭宇	族文所	0	0	0	0	3	2	1	3	6	0	5	0	0	0	0	0	20
陳亭宇	傳科所	0	0	0	6	0	2	2	1	2	1	2	0	0	0	0	0	16
陳亭宇	英教所	0	0	6	0	0	20	0	66	1	0	2	0	0	0	0	0	95
陳亭宇	傳播所	0	0	0	0	0	8	0	4	3	0	1	0	0	0	0	0	16
陳亭宇	應藝所	0	0		9	9	6	1	0	9	0	7		1	0	0	0	42
陳亭宇	社文所	0	0	2	4	1	6		4	2	0	3	0	0	0	6	0	28
陳亭宇	音樂所	0	0	1	0	1	0	1	4	14	0	0	0	0	0	0	0	21
陳亭宇	建築所	0	0	3	4	0		2	11	0	0	1	0	0	0	0	0	21
陳庭美/葉耘綱	管科系所	0	2	0	19	0	2	2	0	2	0	0	0	24	26	3	5	85
陳庭美/葉耘綱	工管系所	0	2	0	6	2	0	0	0	2	0	0	0	12	24	0	4	52
陳庭美/葉耘綱	運管系所	0	1	0	4	0	19	2	0	0	0	0	0	4	8	0	3	43
陳庭美/葉耘綱	科管所	0	0	0		0	0	0	0	2	0	0	0	1	5	0	0	8
陳庭美/葉耘綱	資管所	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	3	0	3	7	0	0	16
陳庭	經管	0	0	0	4	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	2	8

美/葉 耘網	所																	
陳庭 美/葉 耘網	GMB A	0	0	0	5	1	0	0	0	0	0	0	0	1	16	0	0	23
陳庭 美/葉 耘網	亥客 碩	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
鄭家 揚	電機 系所	0	12	1	20	5	49	4	0	6	0	0	12	55	33	2	18	217
鄭家 揚	電機 碩士 在職 專班	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	0	2	0	2	11
鄭家 揚	電信 所	0	0	0	8	0	13	3	1	1	0	0	3	4	0	0	2	35
鄭家 揚	電控 所	0	0	0	3	0	5	5	1	0	0	0	1	1	1	0	1	18
鄭家 揚	聲音 碩	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
鄭家 揚	百川 學士 學程	1	3	3	23	0	2	12	0	3	0	1	4	63	36	3	18	172
總計		2	74	194	347	153	421	279	488	210	3	158	62	488	599	66	158	3692

[返回](#)

附件五：二一學生輔導工作會議

系所心理師	系所名稱	二一	休退學	二一會議次數	同學課業協助
吳立妍	電資學士班	0	0	0	0
吳立妍	機械系	1	4	0	33
吳立妍	生科系	3	10	0	49
汪承宏	資工系	74	19	3	80
汪承宏	資財系	1	1	4	0
林鈺傑	電子系	0	0	0	5
林鈺傑	光電系	0	2	0	4
林鈺傑	光電學院(台南)	0	0	0	7
林鈺傑	智慧綠能學院(台南)	0	0	0	15
林鈺傑	材料系	0	4	0	4
林鈺傑	奈米學士班	0	1	0	1
張郁雯	電物系	0	1	0	0
張郁雯	應化系	0	0	0	0
張郁雯	應數系	0	2	2	0
陳亭宇	土木系	1	0	0	3
陳亭宇	人社系	1	0	1	28
陳亭宇	外文系	0	0	0	10
陳亭宇	傳科系	0	0	0	4
陳庭美/ 葉耘綱	管科系	3	2	3	0
陳庭美/ 葉耘綱	工管系	2	2	0	0
陳庭美/ 葉耘綱	運管系	16	1	2	0
鄭家揚	電機系	4	12	0	0
鄭家揚	百川學士班	1	3	0	0
總計		107	64	15	243

[返回](#)

附件六：特殊/危機個案列表

特殊/危機 個案代號	議題	是否法定通報/ 通報單位	總處遇次數	家長聯繫 次數	是否有召開個案討論會議(兼 含中心內外人員，如系上老 師、醫師、教官、國際處等)/ 場次/人次	班級輔導活小團體輔 導/日期/人次	總召開會議次數	參與會議人次
A-1	霸凌事件	是/校安通報	12	2	否	無	0	0
A-2	精神疾病	否	12	0	否	無	0	0
A-3	自殺風險	否	1	0	否	無	0	0
A-4	精神疾病/自殺危機	是/自殺通報	4	0	否	無	0	0
A-5	精神疾病/自殺危機	是/校安通報 /自殺通報	123	23	1 場/7 人次	無	1	7
A-6	自殺事件	是/校安通報 /自殺通報	34	1	否	無	0	0
A-7	精神疾病/自殺風險	否	5	0	否	無	0	0
A-8	精神疾病/自殺風險	否	12	2	否	無	0	0
A-9	精神疾病/自殺風險	否	24	1	否	無	0	0
A-10	精神疾病/自殺風險	否	20	0	否	無	0	0
A-11	精神疾病	否	4	0	否	無	0	0
A-12	精神疾病	否	7	0	否	無	0	0

A-13	性平事件	是/校安通報 /新竹市社會 局	2	0	否	無	0	0
A-14	精神疾病/自殺風險	否	5	2	否	無	0	0
B-1	精神疾病/自殺危機	是/校安通報 /自殺通報	6	0	無	無	0	0
B-2	精神疾病/自殺危機	是/校安通報 /自殺通報	6	0	無	無	0	0
B-3	精神疾病/自殺風險	否	5	1	無	無	0	0
B-4	精神疾病/自殺風險	否	5	3	無	無	0	0
B-5	精神疾病/自殺風險	否	3	1	無	無	0	0
B-6	精神疾病/自傷行為	是/校安通報	6	1	無	無	0	0
B-7	精神疾病	否	6	0	無	無	0	0
B-8	性平事件	是/性平通報	3	0	無	無	0	0
B-9	精神疾病/自殺風險	否	7	1	無	無	0	0
B-10	自殺風險	否	7	1	無	無	0	0
B-11	精神疾病/自殺風險	否	5	0	無	無	0	0
B-12	精神疾病/自殺危機	是/校安通報 /自殺通報	12	10	1 場/7 人次	無	1	7
B-13	精神疾病/自殺風險	否	8	4	無	無	0	0
C-1	性平事件	是	5	0	1 場/6 人次	無	1	6
C-2	性平事件	是	3	1	1 場/6 人次	無	1	6

C-3	不當追求	否	3	0	否	無	0	0
C-4	不當追求	否	3	0	否	無	0	0
C-5	精神疾病/自殺風險		8	2	否	無	0	0
C-6	精神疾病/自殺風險	校安通報	5	1	2 場/10 人次	無	2	10
C-7	精神疾病/自殺風險		4	0	否	無	0	0
C-8	性平事件	是	1	0	否	無	0	0
C-9	精神疾病/自殺風險		34	1	否	無	0	0
C-10	精神疾病/自殺風險		2	1	否	無	0	0
C-11	性平事件	是	1	0	否	無	0	0
C-12	偷竊事件	校安通報	12	0	否	無	0	0
D-1	精神疾病/自殺風險	否	10	0	無	無	0	0
D-2	自殺危機	是/校安通報	2	2	無	無	0	0
D-3	自殺危機	否	2	0	無	無	0	0
D-4	精神疾病/自殺風險	是/校安通報	14	2	無	無	0	0
D-5	精神疾病/自殺危機	是/校安通報	8	3	無	1 場/4 人次	1	4
D-6	精神疾病/自殺危機	是/校安通報	13	3	無	無	0	0
D-7	多元性別(跨處室合作)	否	3	1	無	無	0	0
D-8	精神疾病	否	5	0	無	無	0	0
D-9	性平事件	是/性平通報	2	0	無	無	0	0
D-10	性平事件	是/性平通報	4	3	1 場/4 人次	無	1	4

D-11	性平事件	是/校安通報	3	0	無	無	0	0
D-12	精神疾病	否	2	0	1 場/3 人次	無	1	3
E-1	精神疾病	否	3	0	無	無	0	0
E-2	精神疾病	否	5	2	無	無	0	0
E-3	性平事件	是/性平通報	3	0	無	無	0	0
E-4	自殺危機	否	4	1	無	無	0	0
E-5	精神疾患	否	2	0	是	無	1	3
E-6	性平事件	是/性平通報	2	0	否	無	0	0
E-7	精神疾患	否	10	2	否	否	0	0
E-8	自傷行為	否	2	0	否	否	0	0
E-9	精神疾患/自殺危機 /性平事件	是/校安通報 /性平通報	66	10	2 場/15 人次	否	2	15
E-10	性平事件	是/性平通報	2	0	否	否	0	0
E-11	性平事件	是/性平通報	2	1	否	否	0	0
E-12	自殺風險	否	4	2	否	否	0	0
E-13	自殺危機	是/校安通報	5	3	否	否	0	0
F-1	生理疾病	否	10	1	否	否	0	0
合計			613	95	10 場/58 人次	1 場/4 人次	11	62

[返回](#)

附件七：處遇性或危機個案輔導列表

系所心理師	系所代號	處遇性或危機個案輔導狀況與策略
吳立妍	1.	本學年有幾起深受長期憂鬱/躁鬱/焦慮/強迫症等精神疾病所苦，又遭遇學業壓力、挫折、感情關係等問題，導致自殺意念/計畫，甚至去實行。這些學生多半自我要求高，有完美主義，家庭與人際支持系統又不足， 以至於時常深陷低落情緒，難以平復。系心理師持續與系所師長、教官以及家長密切聯繫溝通，召開個案輔導會議，建立關懷輔導網絡，以確保學生人身安全並穩定支持系統，並轉介精神醫療與個別諮商，讓學生得到適切的專業協助。
吳立妍	2.	持續關懷憂鬱/自傷風險的學生，個案具有亞斯伯格或者邊緣型人格特質，使輔導工作進行更加困難。系心理師協助轉介長期諮商與精神醫療，並與老師及家長聯繫溝通，提供心理健康諮詢與情緒支持，以共同合作協助學生。
吳立妍	3.	關懷輔導憂鬱/自殺風險學生，轉介個別諮商與精神醫療。
吳立妍	4.	關懷輔導憂鬱/自殺風險學生，與家長聯繫溝通，提供心理健康諮詢與衛教，以共同合作協助學生。
吳立妍	5.	延續前一學年已進行通報並關懷輔導的性平案件，持續確保被行為學生人身安全，陪伴其面對司法調查流程並關懷身心狀態，提供情緒安撫與支持。
汪承宏	6.	有幾位自殺危機/風險的學生，對學生的輔導過程中，跟系上導師、主任、助理等皆能有良好的聯繫合作，共同協助學生透過就醫、諮商等方式逐步改善其狀況。
汪承宏	7.	精神疾病/自殺危機學生的處理，並召開個案輔導會議，以輔導網絡的形式協同系上、家長、校內其他單位等共同協助學生狀況，其中系上主任也非常關心與支持相關的輔導工作。
林鈺傑	8.	協助處理學生的師生衝突、憂鬱情緒及自我傷害風險，召開學生輔導會議，與學生家長及教師討論協同

		輔導。
林鈺傑	9.	學生有憂鬱及自我傷害風險，提供諮詢並追蹤關懷。與系所助理、教師及學生家長聯繫合作。
林鈺傑	10.	學生有憂鬱及自我傷害風險，提供諮詢並轉介諮商、醫療。提供學生家長支持性與協助方法諮詢。
林鈺傑	11.	學生有經濟問題、焦慮及憂鬱狀況，提供諮詢協助心理調適，並轉介校內經濟協助資源。
張郁雯	12.	近年較常與系上專責輔導之老師合作，老師常轉介有學習困難學生之心理議題，系上也多能尊重心理師之專業判斷及建議，提供學生適性協助
張郁雯	13.	本系所近年較多處理之個案類型為性平個案，包含不當追求及偷拍，顯現學生在理解他人感受/換位思考的能力較為缺乏，可持續做為新年度心理衛生推廣規劃方向
張郁雯	14.	本系所近年較多處理之個案類型為憂鬱/躁鬱/自殺風險，經過多年的合作，系主任及助理多能理解學生狀況與需求，並能提供彈性協助，例如經濟以及課業，並知悉指導教授或導師共同協力，合作模式順暢。
張郁雯	15.	同學來談主題多為自我要求高/完美主義/焦慮壓力議題，時常困難於向他人/指導教授求助，而陷入高壓的惡性循環。可做為日後和系所老師溝通之方向
張郁雯	16.	所上剛好有一名特殊學生，因此系所助理及教師常有針對與該生相處之諮詢需求
陳亭宇	17.	焦慮、憂鬱與自我傷害風險個案處理，協助親師諮詢、諮詢晤談與轉介諮商或資源教室資源。高度焦慮的學生會難以進入班級實體課程，或是鬱期期間的學生較能順利完成生活任務，會與導師共同協力討論與協助、
陳亭宇	18.	自我傷害風險與精神病症同學協助，在自我傷害風險上除了長期諮商資源的提供亦與家人和身旁支持系統聯繫，而在特殊學生有時會有跨系統的檢舉與申訴情形，與院上開會討論協助學生。
陳亭宇	19.	憂鬱與自我傷害風險個案處理，親職諮詢轉介長期諮商，在課業上與系上導師開個案會議邀請家長一同參與協助學生。
陳亭宇	20.	自殺風險與精神病症個案處理，召開校內跨單位與校外醫療社政單位的個案聯繫會議，親師諮詢與轉介長期諮商，多次緊急危機處理。

陳亭宇	21.	自我傷害風險個案，協助轉介長期諮商與心理師合作關懷，並與家人聯繫建立個案支持系統。
陳亭宇	22.	自我傷害風險個案，協助轉介長期諮商與心理師合作關懷，並與家人聯繫建立個案支持系統。
鄭家揚	23.	性平個案處理，協助個案度過懲處的低落情緒，陪伴性平調查流程、提供諮詢與轉介諮商。
鄭家揚	24.	危機個案處理，親師家長系所諮詢，關懷學生情緒狀態，提供諮詢與轉介諮商，同時也在危急時陪伴學生送醫，並召開學生輔導會議協處後續事宜。
呂靜宜	25.	性平個案處理，協助個案自我探索與評估。
呂靜宜	26.	性平個案處理，聯繫社政單位合作處遇。
呂靜宜	27.	教職員申訴個案輔導，提供情緒支持。
呂靜宜	28.	自我傷害與精神病症個案處理，關懷學生情緒，並與學生家庭、系上合作，提供諮詢與諮商服務。
呂靜宜	29.	創傷與自我傷害風險個案，聯繫系所助教導師合作，鞏固個案支持系統。
呂靜宜	30.	人際與情緒壓力議題個案，提供家長諮詢，鞏固個案支持系統。
呂靜宜	31.	家庭議題與情緒壓力個案，提供家長諮詢，鞏固個案支持系統。
呂靜宜	32.	課業壓力與情緒議題，提供家長諮詢，鞏固個案支持系統。
呂靜宜	33.	協助外籍教職員生之家屬，轉介社區諮商心理或社會資源。

許伶楓	34.	精神疾患個案，協助就醫住院，與系上聯繫提升個案因應能力。
許伶楓	35.	性平個案處理，協助個案提升因應能力與平衡校園生活、因應學測、指考與調查壓力。
許伶楓	36.	自我傷害與精神病症個案處理，關懷學生情緒，並與學生家庭、系上合作，提供諮詢與諮商服務。
許伶楓	37.	傷害攻擊危機個案，協助就醫住院，與家人聯繫、提供系上班級安心輔導、特殊個案跨處室會議等。
梁怡恩	38.	自我傷害風險個案，跨校區合作並長期諮商。
梁怡恩	39.	自我傷害與精神病症個案處理，關懷學生情緒，並與學生家庭、系上合作，提供諮詢與諮商服務。
梁怡恩	40.	性平個案處理，協助陪伴個案情緒調適，並與校外醫療社政單位合作，提供諮詢與諮商服務。

[返回](#)

附件八：班級輔導/團體輔導滿意度

年	月	日	星期	時間	系所	主題	講者	系所 心理師	滿意度	人數	地點
110	9	22	三	15:30-16:00	應數系	新生院系輔導	張郁雯	張郁雯	X	61	線上
110	9	22	三	16:20-16:50	應化系	新生院系輔導	張郁雯	張郁雯	X	48	科二館 SB210
110	9	30	四	13:20-15:10	物理所	親密關係修練課－談人際與孤單	廖蔚慈	張郁雯	4.15	58	線上
110	10	6	三	15:30-17:30	電物系	大學生活與自我探索	張郁雯	張郁雯	X	64	科三館 SC158
110	10	8	五	14:20-16:20	應化所	心頭掠乎定，成長心態過生活	黃柏威	張郁雯	4.52	110	科二館 SB210
110	10	15	五	10:00-12:00	統計所	家庭與自我	孔守謙	張郁雯	4.16	20	綜一館 A427
110	10	19	二	13:20-15:10	應數系	精神疾病的認識	孔守謙	張郁雯	4.47	36	科一館 SA223
110	10	27	三	13:20-15:10	財金所	健康心理中心簡介	張郁雯	張郁雯	X	40	管理一館 M101
110	12	8	三	15:30-17:30	應數系	《哪阿哪阿神去村》電影賞析	張郁雯	張郁雯	X	40	科一館 SA321
110	12	15	三	15:30-17:30	應數系	大學生活與自我探索	張郁雯	張郁雯	X	40	科一館 SA321
110	12	29	三	13:20-15:10	教育所	心頭掠乎定，成長心態過生活	黃柏威	張郁雯	4.5	22	人社一館 HA219
111	2	16	三	13:30-14:00	前瞻所	健康心理中心簡介	張郁雯	張郁雯	X	50	電資第四會議室
111	2	16	三	14:00-14:30	智能所	健康心理中心簡介	張郁雯	張郁雯	X	50	工四館 816R
111	2	24	四	13:20-15:10	物理所	談 PUA 與情感操縱	黃柏威	張郁雯	4.43	50	科三館 SC157
111	3	17	四	13:20-15:10	電物系	研究生的壓力調適	孔守謙	張郁雯	4.34	180	科三館次軒廳

111	3	23	三	15:30-17:30	應數系	《Tinder 大騙徒》電影賞析	張郁雯	張郁雯	X	47	科一館 SA321
111	3	30	三	15:30-17:30	應數系	談關係中的 PUA 與情感操縱	張郁雯	張郁雯	X	42	科一館 SA321
110	9	16	四	14:05-14:30	資工系	新生院系輔導	汪承宏	汪承宏	X	170	線上
110	9	22	三	15:30-17:20	數據所	愛情，不只順其自然	巫姿嫻	汪承宏	4.4	48	線上
110	9	29	三	15:30-17:20	資工系	大學生活 FUN 輕鬆	汪承宏	汪承宏	X	178	線上
110	10	13	三	15:30-17:20	資工所	談愛情！先從了解自己的方程式開始	陳偉婷	汪承宏	4.4	187	線上
110	10	20	三	15:30-17:20	資財系	大學生活 FUN 輕鬆	汪承宏	汪承宏	X	39	線上
110	12	3	五	10:00-12:00	環工所	教你好夢正酣的秘笈	吳家碩	汪承宏	4.7	57	環工館 102 教室
110	12	8	三	13:20-15:20	電機資訊國際學程	Understand an intimate relationship, and respect gender equality	廖家鈴	汪承宏	4.6	7	工程四館 203 教室
110	12	15	三	15:30-17:20	資財系	親密？或獨立？，談戀愛的你要如何兩全？	白家瑞	汪承宏	4.5	39	線上
111	2	16	三	15:30-17:20	網工所	親密關係的情感表達與溝通	邱郁涵	汪承宏	4.5	156	線上
111	3	9	三	15:30-17:20	資財系	給 EQ 加分	汪承宏	汪承宏	X	39	管理一館 b09 教室
111	3	18	五	10:00-12:00	環工所	打造我的暖心生活	曾晴	汪承宏	4.3	55	環工館 102 教室
111	4	20	三	13:20-15:20	生醫所	我與老闆的距離～談師生關係與溝通	孔守謙	汪承宏	4.5	45	線上
111	4	27	三	15:30-17:20	資工系	愛情，不只順其自然	巫姿嫻	汪承宏	4.1	170	線上
111	5	4	三	13:20-15:20	電機資訊國際學程	How to build a healthy and deep relationship	曾晴	汪承宏	4.4	19	工程四館教室 303

111	5	18	三	15:30-17:20	資財系	心動之後呢?談關係中的親密與孤寂	謝欣格	汪承宏	4.2	39	線上
110	9	22	三	15:30-17:20	工管系	新生入學輔導—系所諮商介紹	陳庭美	陳庭美	X	86	線上
110	9	28	二	13:20-15:10	工管系	找到你想成為樣子—生涯探索講座	廖蔚慈	陳庭美	4	67	線上
110	9	29	三	15:30-17:20	運管系	新生入學輔導—系所諮商介紹	陳庭美	陳庭美	4.14	56	線上
110	10	6	三	15:30-17:20	管科系	新生入學輔導—系所諮商介紹	陳庭美	陳庭美	4.17	55	線上
110	10	13	三	15:30-17:20	工管系	越努力，越焦慮？—談壓力與情緒調適	陳庭美	陳庭美	4.06	86	線上
110	10	27	三	15:30-17:20	管科系	How to love—談關係經營與危險情人	陳庭美	陳庭美	4.3	54	線上
110	9	30	四	13:20-15:10	資管所	累了嗎？！我的研究人生～研究生的情緒與壓力調適	戴雀芬	陳庭美	4.33	92	線上
110	11	22	一	13:20-15:10	運管所	我們與親密的距離—談親密關係的探索與經營	陳巧翊	陳庭美	4.18	60	綜一館 901 教室
110	11	29	一	18:30-21:20	經管所	刻在心裡的名字—談愛情依附關係與危險情人	孔守謙	陳庭美	X	54	台北校區 3F 第二演講廳
111	4	18	一	18:30-21:20	經管所	有愛還是礙？談危險情人與愛情陷阱	黃柏威	葉耘綱	4.43	53	台北校區 3F 第二演講廳
111	5	18	三	15:30-17:20	工管系	壓力要清零？還是共存？：談壓力調適	葉耘綱	葉耘綱	4.25	58	線上
110	9	8	三	16:30-17:10	傳播所	新生輔導	陳亭宇	陳亭宇	X	20	人社二館 204 教室

110	9	15	三	10:10-11:00	土木系	新生輔導	陳亭宇	陳亭宇	X	95	線上遠距
110	9	15	三	14:20-15:10	社文所	新生輔導	陳亭宇	陳亭宇	X	26	線上遠距
110	9	29	三	15:30-17:30	外文系	新生輔導與精神疾患介紹	陳亭宇	陳亭宇	4.32	26	線上遠距
110	10	27	三	12:00-13:00	建築所	新生輔導	陳亭宇	陳亭宇	X	20	人社一館 109 教室
110	10	27	三	15:30-17:30	人社系	我們與病的距離	陳亭宇	陳亭宇	4.4	29	客家學院 B106 教室
110	10	6	三	15:30-17:30	傳科系	我們與病的距離	陳亭宇	陳亭宇	4.2	35	客家學院 106 教室
110	10	20	三	15:30-17:30	土木系	我們與病的距離	陳亭宇	陳亭宇	4.36	92	線上遠距
110	10	19	二	12:00-14:00	英教所	感情中的壓力舞蹈	陳偉婷	陳亭宇	4.3	10	線上遠距
111	2	23	三	15:30-17:30	人社系	關係入門課-從我到我們	陳亭宇	陳亭宇	4.4	25	客家學院 105 教室
111	3	9	三	15:30-17:30	人社系	你的照片不是你的照片—校園性別暴力	陳亭宇	陳亭宇	4.1	11	客家學院 105 教室
111	3	22	二	12:00-13:30	英教所	你的照片不是你的照片—校園性別暴力	陳亭宇	陳亭宇	4.1	6	人社三館 301 教室
111	3	30	三	15:30-17:30	傳科系	你的照片不是你的照片—校園性別暴力	陳亭宇	陳亭宇	4.3	20	客家學院 106 教室
111	3	8	二	13:20-16:20	音樂所	性別、精神疾患與汙名化	陳亭宇	陳亭宇	4.4	23	中正堂 B1 展演空間
111	4	20	三	15:30-17:30	土木系	關係入門課-從我到我們	陳亭宇	陳亭宇	4.2	87	工二 117 教室
111	5	4	三	15:30-17:30	土木系	你的照片不是你的照片—校園性別暴力	陳亭宇	陳亭宇	4.1	66	工二 117 教室
110	9	22	三	13:20~15:10	電信所(系統)	後疫世代，從心出發~談疫情期	鄭家揚	鄭家揚	4.1	107	線上遠距 Google

					組)	間的心理調適					meet
110	9	29	三	13:20~15:10	電信所(電波組)	即興丟接不尬聊~談人際關係與溝通	孔守謙	鄭家揚	4.5	48	線上遠距 Google meet
110	10	6	三	13:20~15:10	電信所(電波組)	流行音樂的同理~談自我覺察與心理療癒	鄭家揚	鄭家揚	4.6	48	線上遠距 Google meet
110	10	27	三	13:20~15:10	電機所	流行音樂情歌點播~談迷人又麻煩的愛情	鄭家揚	鄭家揚	4	160	線上遠距 Google meet
110	11	10	三	13:20~15:10	電控所	愛情中的眉眉角角~談親密關係的建立與溝通	陳偉婷	鄭家揚	4.6	150	線上遠距 Google meet
111	3	30	三	13:20~15:10	電機所	晚熟世代的生涯探索	孔守謙	鄭家揚	4.2	160	工程四館 116 教室
110	9	29	三	15:30~16:20	生科系	大學生身心健康與系所諮商介紹	吳立妍	吳立妍	4.2	80	線上遠距
110	10	2	六	12:45~14:30	科法所	壓力與情緒健康	吳學治	吳立妍	4.4	84	線上遠距
110	10	6	三	15:30~17:20	機械系	大學生身心健康與系所諮商介紹	吳立妍	吳立妍	4.3	103	線上遠距
110	10	7	四	15:30~17:20	機械所	親密關係修練課	廖蔚慈	吳立妍	4.3	155	線上遠距
110	10	12	二	13:30~15:20	生科所	讓關係自由—跳脫性別框架與親密溝通	江映帆	吳立妍	4	109	線上遠距
110	10	21	四	12:00~13:00	人工智慧碩士學程	研究生身心健康與系所諮商介紹	吳立妍	吳立妍	4.6	23	工程四館 528 會議室
110	10	27	三	13:20~15:10	國際半導體學院	The Role of Biology and Personality in Intimate	邱逸芳	吳立妍	4.4	37	工程五館 132 教室

						Communication					
110	12	8	三	15:30~17:20	生科系	從《壁花男孩》談人際關係的開始與建立	吳立妍	吳立妍	3.8	32	工程五館 102 教室
110	12	15	三	15:30~17:20	機械系	從《壁花男孩》談人際關係的開始與建立	吳立妍	吳立妍	4	25	工程五館 106 教室
111	4	12	二	13:30~15:10	生科所	暖進你心裡—大人的關係學	曾晴	吳立妍	4.3	88	線上遠距
111	5	25	三	13:30~15:10	國際半導體學院	Intimacy and Isolation: Emotions as a Bridge in the Communication	謝欣格	吳立妍	4.2	49	線上遠距
110	9	13	一	18:30~19:00	光電系	新生輔導	林鈺傑	林鈺傑	X	45	線上遠距
110	9	13	一	19:30-20:00	奈米學士班	新生輔導	林鈺傑	林鈺傑	X	25	線上遠距
110	9	30	四	13:00~14:00	材料系	新生輔導	林鈺傑	林鈺傑	X	75	線上遠距
110	10	13	三	15:30~17:00	奈米系	自我激勵的藝術：壓力管理和調適	林鈺傑	林鈺傑	4.48	25	工程五館 EE548 室
110	10	15	五	13:20~14:20	智慧綠能學院(台南)	如何與異性友善相處	何曉飛	林鈺傑	X	50	線上遠距
110	10	20	三	15:30~17:00	光電系	自我激勵的藝術：壓力管理和調適	林鈺傑	林鈺傑	3.86	45	田家炳光電大樓教室 115
110	11	4	四	13:30-15:30	材料系	自我激勵的藝術：壓力管理和調適	林鈺傑	林鈺傑	4.41	75	工程六館 205
110	11	9	二	13:20-15:10	電子所	悲傷與失落-療傷、聊傷	林鈺傑	林鈺傑	3.83	65	線上遠距
110	12	9	四	13:30-15:30	材料系	練愛不鍊愛：親密關係的建立與發展	林鈺傑	林鈺傑	4.24	75	工程六館 205

110	12	10	五	13:30-15:20	光電所	刻在心裡的滋味 - 談愛情依附關係與危險情人	孔守謙	林鈺傑	4.57	100	交映樓 1F 國際會議廳
110	12	22	三	15:30-17:00	光電系	練愛不鍊愛：親密關係的建立與發展	林鈺傑	林鈺傑	3.72	45	田家炳光電大樓教室 115
111	2	22	二	13:20-15:00	電子所	自我激勵的藝術：壓力管理和調適	林鈺傑	林鈺傑	4.46	65	交通大學工四館 ED220
111	3	24	四	13:20-15:00	材料系	安慰的藝術：人際關係中的心理支持和照顧	林鈺傑	林鈺傑	4.1	75	工程六館優貝克廳
111	4	1	五	13:20-14:30	光電所	談愛情！先從了解自己開始	陳偉婷	林鈺傑	4.39	100	交映樓 1F 國際會議廳
111	5	20	五	13:20-15:30	光電學院	愛的藝術：愛情關係的建立與維繫	林鈺傑	林鈺傑	4.1	55	線上遠距
111	5	20	五	13:20-15:30	光電學院	愛的藝術：愛情關係的建立與維繫	林鈺傑	林鈺傑	4.1	54	線上遠距
111	5	5	四	13:20-15:00	材料系	情緒的智慧：破解情緒迷思、善用情緒力量	林鈺傑	林鈺傑	3.9	75	工程六館優貝克廳
110	10	27	三	10:00-12:00	牙醫系	大學生活怎麼過&山腰導覽	呂靜宜		4.33	43	山腰大廳

110	11	3	三	10:00-12:00	藥學系	大學生活怎麼過&山腰導覽	李昀		4.83	24	山腰大廳
110	11	15	一	12:00~13:10	陸僑生	山腰導覽	許伶楓		無	20	山腰大廳
110	11	22	一	13:00~16:00	護理系	靈魂急轉彎~電影賞析與自我探索	梁怡恩		4.38	42	山腰大廳
110	12	1	三	10:00-12:00	護理系	大學生活怎麼過&山腰導覽	梁怡恩		4.83	43	山腰大廳
110	12	22	三	10:00-12:00	醫學系	大學生活怎麼過&山腰導覽	許伶楓		無	15	山腰大廳

[返回](#)

附件九：輔導股長聚會列表

年	月	日	星期	時間	系所	主題	講者	系所 心理師	人數	地點
110	11	22	一	12:10-13:10	理學院	輔導股長期中聚會	張郁雯	張郁雯	8	健康心理中心二樓會議室
111	4	20	三	12:10-13:10	理學院	輔導股長期中聚會：談壓力調適	張郁雯	張郁雯	6	健康心理中心二樓會議室
110	11	24	三	12:10-13:10	資工系+資財系	輔導股長會議	汪承宏	汪承宏	8	健康心理中心會議室
111	3	16	三	12:10-13:10	資工系+資財系	輔導股長會議	汪承宏	汪承宏	8	健康心理中心會議室
110	11	30	二	12:10-13:10	生科系+機械系	輔導股長期中聚會：輔導基本知能	吳立妍	吳立妍	8	健康心理中心會議室
110	12	10	五	12:10-13:10	人社系+傳科系+外文系+土木系	輔導股長期末會議	陳亭宇	陳亭宇	6	健康心理中心會議室
110	10	18	一	12:00~13:15	陽明校區各系	輔導股長大團圓~相聚在山腰	李 昀 實 習 心 理 師		20	山腰大廳
110	11	15	一	12:00-13:15	陽明校區各系	輔導股長的茶敘時光團體~	李 昀 實		38	山腰個諮室

		22 29				優遊在山腰	習心理 師			
110	12	6 13 20								
111	3	21	一	12:00-13:15		輔導股長大團圓： 回家坐坐	李 昀 實 習心理 師		3	山腰大廳

[返回](#)

附件十：111 上學期活動規劃列表

陽明校區				
類型	日期/時間/場地	活動名稱	講師介紹	對象/名額
大學部 導生活 動	111/10/19(三) 10:10-12:00 山腰大廳	呼吸— 從出生就開始的自我療 癒能力	楊蘭芝 體適能教練 身心動作講師	本校師生 25 人
	111/11/16(三) 10:10-12:00 知行樓216	珍愛生命守門人就在你 身邊-守護校園的錦囊 妙計	吳佳儀 台大護理系教 授 台灣憂鬱症防 治協會理事長	本校師生 80 人
	111/12/14(三) 10:10-12:00 知行樓 216	親愛的, 那不是愛情!	劉思伶 勵馨基金會 公民對話處專 員	本校師生 100 人
	111/10/05(三) 10:10-12:00 山腰大廳	山腰導覽 第一場	山腰上的老師 們	以班級 為單位 報名
	111/10/12(三) 10:10-12:00 山腰大廳	山腰導覽 第二場		
	111/11/23(三) 10:10-12:00 山腰大廳	山腰導覽 第三場		
	111/11/30(三) 10:10-12:00 山腰大廳	山腰導覽 第四場		
工作坊	111/10/13- 111/12/22 (四) 17:00-18:00 (共八次) 博雅多功能教室	覺察當下: 找回身心連結、接近真實 自我	楊蘭芝 體適能及正念 減壓 講師	本校師生 20 人
團體	111 年 11/14、11/21、 11/28、12/5、 12/12 (一) 19:30-21:30 山腰個諮室	四海之內皆兄弟，天南地 北來相會——境外生支持 團體	高暢、溫瑜靖 本中心實習心 理師	本校大學部 境外生 8-10 人(中文流利 為主)
輔導股 長	111/10/4(二) 12:00-13:15 山腰大廳	解鎖——山腰上的家 UNLOCKING	高暢、溫瑜靖 本中心實習心 理師	輔導股長 20 人
	111/10/11、 10/18、11/15、	輔導股長心靈之憩~ 山腰午餐 Bar	高暢、溫瑜靖 本中心實習心	輔導股長 20 人

	11/22、11/29、 12/6(二) 12:00-13:15 山腰大廳		理師	
山腰電影院	110/09/14 -110/12/28 每週三 18:30-21:20 山腰大廳	山腰週三電影院 主題：愛，不一定	黃柏威 初和心理諮商 所 臺北醫學大學 學校與社區 行動心理師	本校師生與 社區民眾 每場 50 人
職員充電站	111/11/09(三) 12:00~14:00 山腰大廳	[輔導知能講座] 幸福捕手- 珍愛生命守門人培訓講座	連玉如 伯特利身心診 所、 資深大學校園 臨床心理師	本校 教師職員 35 人

交大校區				
類型	日期/時間/場地	活動名稱	講師介紹	對象/名額
全校講座	111/11/24(四) 13:20-16:20 電資大樓 1F 階梯會議廳	電資大樓 1F 階梯會議廳	吳明富 藝術治療師	本校學生、 教職員及校 外人士/100 人
	111/12/13(二) 13:20~15:10 線上講座	不同星球的我們－親密關係 相處之道	石瀝新 諮商心理師	本校學生、 教職員及校 外人士/150 人
輔導知能	111/10/5(三) 13:20~15:10 線上講座	心情 CPR--高關懷學生陪伴	劉慧華 諮商心理師	本校學生、 教職員及校 外人士/150 人
教職員工作坊	111/9/29(四)起， 連續 8 周 12:10- 13:10 學生活動中心 2F 團體諮商室	悅讀時光--情緒 x 身體	陳鳳儀 張婕妤 實習心理師	本校教職員 12 人
	111/10/12(三) 13:20-15:10 學生活動中心 3F 課外組旁會議室	疫情動盪下的自我安頓－教 職員減壓團體	許鶯珠 副教授	本校教職 員、博士後 研究員：最 多 12 人
學生工作坊	111/10/22(六) 09:30~16:30 學生活動中心	尋找靈魂沙發－催眠紓壓體 驗工作坊	林怡君 諮商心理師	本校學生/20 人

	2F 團體諮商室			
全校大活動	111/10/3- 111/11/30 線上活動不限時段 地點	悠遊時光:恐龍的療癒之旅 FB 抽獎&悠遊時光密室逃脫 活動:恐龍的寶箱解謎記	心衛團隊	本校學生、 教職員及校 外人士/不限 人數
宿舍活動	學期中後 十三舍	壓力！你吃啥長大的？	黃景聖 實習心理師	限定該棟住 宿生 35 人
	學期中後 女二舍紓壓小間	多肉的美學—我的療癒盆	陳鳳儀 張婕妤 謝昀晏 實習心理師	限定該棟住 宿生 35 人
志工團體	10 月中開始，每周 一次，共 6 次 學生活動中心 2F 團體諮商室	尋找你的「想要」-自我探 索團體	陳鳳儀 謝昀晏 實習心理師	中心新志 工，10-12 人
	10 月中開始，每周 一次，共 6 次 學生活動中心 2F 團體諮商室	自我探索・家家酒	黃景聖 張婕妤 實習心理師	中心新志 工，10-12 人

[返回](#)

附件十一：111 上學期活動經費預算列表

陽明校區		
類型	活動名稱	經費預算
大學部導生活動	呼吸—— 從出生就開始的自我療癒能力	講師費 2000*2=4000 補充保費：84 元 雜支：800 元 共 4,884 元
大學部導生活動	珍愛生命守門人就在你身邊-守護校園的錦囊妙計	講師費：2000*2=4000 印刷費：200*3=800 補充保費：84 元 膳費 100*80 人=8000 元 雜支：2200 元 共 15,084 元
大學部導生活動	親愛的， 那不是愛情！	講師費 2000*2=4000 元 補充保費 0.0211*4000=84.4 元 海報*3 張=600 元 學習單印刷費 800 元 文具費 500 元 雜支 600 元 共 6,584 元
工作坊	覺察當下： 找回身心連結、接近真實自我	講師費：2000*1*8 次=16000 元 補充保費 338 元 海報：150/1 張 膳費：1350 雜支：278 共 18,266 元
團體	四海之內皆兄弟，天南地北來相會——境外生支持團體	海報*3 張=600 元 餐費 100*12 人=1200 元 講師費 1200*2.5 小時*5 場=15000 元 團體補充保費 1200*2 小時*5 場*0.0211=253 媒材費 1,000 元 雜支 1,000 元 共 19,035 元
輔導股長	解鎖——山腰上的家 UNLOCKING	海報*3 張=600 元 餐費 100*25 人=2,500 元 講師費 1200*1 小時=1,200 元 講座補充保費 1200*0.0211*1 場=25 元 講義 200 元 雜支 200 元 共 4,725 元
輔導股長	輔導股長心靈之憩~ 山腰午餐 Bar	海報*3 張=600 元 餐費 100*15 人*6 次=9,000 元 講師費 1200*1 小時*6 次=7200 元 團體補充保費 1200*0.0211*6 場=152 元 講義 800 元 雜支、媒材 800 元

		共 18,552 元
山腰電影院	山腰週三電影院 主題：愛，不一定	海報:1000 元 集點卡:500 元 禮券、禮物卡:5000 元 雜支:2000 元 公播版影片:5000 元 共 13,500 元
教職員充電	[輔導知能講座] 幸福捕手- 珍愛生命守門人培訓講座	講師鐘點費 2000 元*2 小時=4000 元 補充保費 4000 元*0.0211=84 元 餐費 100 元/人*35 人=3500 共 7,584 元
教職員充電	身心經驗與創傷療癒 個別督導	講師鐘點費 2000 元*10 小時=20000 元 補充保費 20000 元*0.0211 元=422 元 共 20,422 元
教職員充電	身心經驗與創傷療癒 輔導人員專業知能培訓 第四場	講師鐘點費 2000 元*6 小時=12000 元 補充保費 12000 元*0.0211 元=253 餐費 140 元*25 人=3500 元 印刷費 500 元 雜支 200 元 共 16,453 元
國際學生	Discovering Inner Peace	講師鐘點費 2000 元*2 小時=4000 元 補充保費 4000 元*0.0211=84 元 餐費 150 元*30 人=4500 元 材料費 50*30 人=1500 元 印刷費 200 元 雜支 200 元 共 10,484 元
山腰義工	山腰義工團服	印刷品 180 元*100 件 共 18,000 元
山腰義工	山腰義工手冊	印刷品 5000 元 共 5,000 元
山腰義工	山腰義工 ~社團博覽會新生招募	餐費 100 元*10 人=1000 元 共 1,000 元
山腰義工	豆逗節 ~豆逗先生擺攤活動	餐費 100 元*15 人*2 天=3000 元 雜支(含文具)1500 元 印刷品 3000 元 共 7,500 元
山腰義工	山腰義工培訓 ~守門人培訓	講師鐘點費 2000 元*2 小時=4000 元 補充保費 4000 元*0.0211=84 元 餐費 100 元*25 人 =2500 元 雜支 200 元 共 6,784 元
山腰義工	山腰義工培訓 串珠手作的洞察與充能	講師鐘點費 2000 元*2 小時=4000 元 補充保費 4000 元*0.0211=84 元 材料費 200 元*20 人=4000 元 雜支 200 元 共 8,284 元
山腰義工	山腰義工營	講師鐘點費 2000 元*10 小時=20000 元

	~助人者團隊合作與自我照顧	補充保費 20000 元*0.0211=422 元 餐費 150*30*4 餐=18000 元 印刷費 1000 元 雜支 1000 元 共 40,422 元
預算總計		242,563 元

交大校區		
類型	活動名稱	經費預算
全校講座	攝影 X 正念生活療癒新提案	講師鐘點費 2000 元*3h=6000 補充保費 6000*0.0211=127 元 雜支/材料費 30*100=3000 共 9,127 元
全校講座	不同星球的我們－親密關係相處之道	講師鐘點費 2000 元*2h=4000 補充保費 4000*0.0211=84 共 4,084 元
輔導知能	心情 CPR--高關懷學生陪伴	講師鐘點費 2000 元*2h=4000 補充保費 4000*0.0211=84 共 4,084 元
教職員工工作坊	悅讀時光--情緒 X 身體	講師鐘點費 1000 元*8h=8000 補充保費 4000*0.0211=84 雜支/材料費(書籍)221*14=3094 共 11,178 元
教職員工工作坊	疫情動盪下的自我安頓－教職員減壓團體	講師鐘點費 1000 元*2h=2000 補充保費 2000*0.0211=42 共 2,042 元
學生工作坊	尋找靈魂沙發－催眠紓壓體驗工作坊	講師鐘點費 2000 元*6h=12000 補充保費 12000*0.0211=253 誤餐費 80*2=160 共 12,413 元
全校大活動	悠遊時光:恐龍的療癒之旅 FB 抽獎&悠遊時光密室逃脫 活動:恐龍的寶箱解謎記	線上活動參加獎 6000 街訪活動抽獎 4000 粉專活動抽獎 6000 宣傳品 17510 元 翻譯費 3675 元 共 37,185 元
宿舍活動	壓力！你吃啥長大的？	雜費 4225
宿舍活動	多肉的美學－我的療癒盆	材料費 2580
志工團體	尋找你的「想要」－自我探索團體	講師鐘點費 1000 元*12h=12000 補充保費 12000*0.0211=253 元 共 12,253 元

志工團體	自我探索・家家酒	講師鐘點費 1000 元*12h=12000 補充保費 12000*0.0211=253 元 共 12,253 元
預算總計		111,424 元

附件十二：111 上學期文宣品

全校講座

攝影×正念生活療癒新提案 (線上講座) 2021.11.11/24(四) 13:20-16:20 | 吳明雲 藝術治療師

不同星球的我們—親密關係相處之道 (線上講座) 2021.11.12/13(二) 13:20-15:10 | 石潔新 諮詢心理師

精導知能

心情CPR—高關懷學生陪伴 (線上講座) 2021.11.10/05(三) 13:20-15:10 | 劉絲華 諮商心理師

大活動

悠遊時光：恐龍的療癒之旅
十月、十一月，包含線上密室遊戲、校園快閃活動及F彩抽獎。

工作坊

悅讀時光—情緒×身體 (教師員限定) 2021.11.09/29(四) 班。每週四12:10-13:10。連續8週。 | 謝麗儀、張建輝 實習心理師

疫情動盪下的自我安頓—教職員減壓團體 (教師員限定) 2021.11.10/12(三) 13:20-15:10 | 許嘉琪 副教授

尋找靈魂沙發—催眠紓壓體驗工作坊 (學生限定) 2021.11.10/22(八) 09:30-16:30 | 林怡君 諮詢心理師

2021年可申請公職人員進修時數
2021年可申請師範生實習論述時數
2021年可申請英文選修

新竹光復校區全系列活動於11/09/12起開放報名！

報名系統	活動列表	LINE	FB粉專	志工報名

10/02 報名截止

文案創意 | 周展翔、謝明宏、陳麗儀、張建輝、黃麗姿 插畫設計 | 大樹文圖(hgg)

擁抱自我的 恐龍星球

Be yourself,
love yourself

國立陽明交通大學
發展心理中心
111學年度(上)系列活動
新竹光復校區學生活動中心3樓
03-5712121 #51303

山腰上的家

111學年度第一學期

活動一覽表

導生活動

(三)

10:00-12:00

10/19 呼吸~從出生就開始的自我療癒能力

11/16 珍愛生命守門人
就在你身邊~

12/14 親愛的，
這不是愛情

教職員活動

11/09 (三) 12:00-14:00

幸福捕手-

珍愛生命守門人培訓講座

工作坊

10/13起8次

(四) 17:00-18:00

覺察當下：

找回身心連結、接近真實自我

團體

11/14起(一) 19:30-21:30

四海之內皆兄弟，

天南地北來相會

-境外生支持團體-

現在就報名吧!

山腰電影院

9/14-12/28

周三

18:30-21:30

愛，不一定



輔導股長

10/04 12:00-13:15

解鎖--山腰上的UNLOCKING

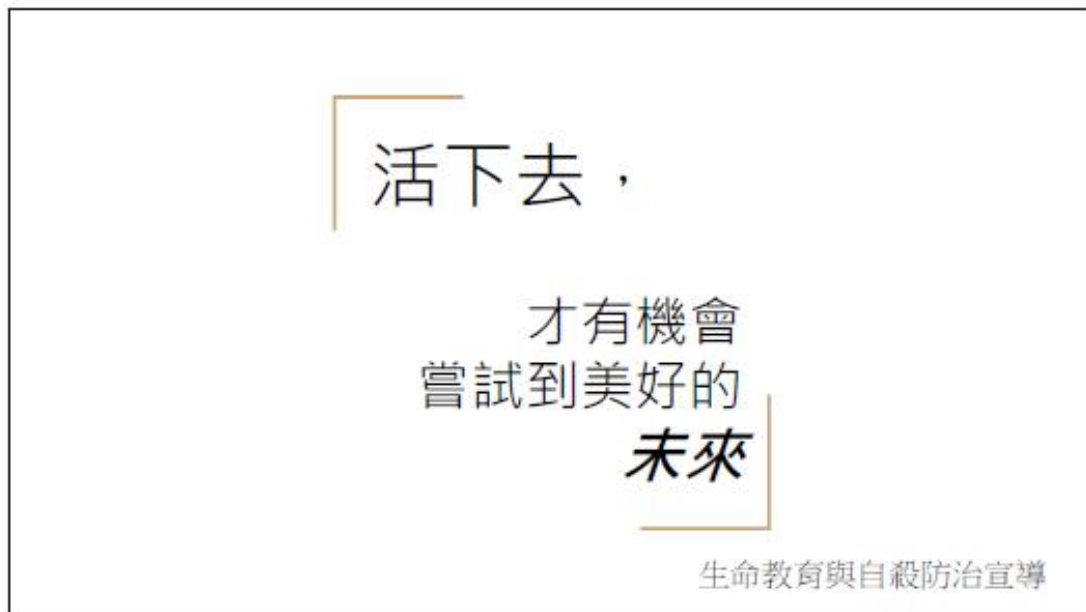
10/11 起 12:00-13:15

輔導股長心靈之憩~

山腰午餐BAR

[返回](#)

2022/9/13



[返回](#)

孫慶禎：

「活著就是很費力的事情，

會遭遇到非常多的痛苦，

如果跳下去，就不用再面對這麼多麻煩……」

也許在生命中你會碰到這些時刻

與最愛的人分離，他/她再也不會回來與愛我了

我已經很努力了，但為何別人總是做得比我好，沒有人肯定我，我好爛！

現在的痛苦/問題不會有辦法解決，永遠都會是這樣了！

繼續下去只有感到痛苦，希望死可以解決一切

沒有人理解/在乎我，活下去沒有意義

自殺的警訊(FACT)

1.感覺(Feelings)

- 過度的罪惡感和羞恥感
- 無望感
- 無價值感

2.行動或事件 (Action or Events)

- 藥或酒濫用
- 談論死亡或毀滅
- 焦躁不安、攻擊、魯莽

3.改變(Change)

- 失去興趣
- 退縮、厭倦、冷漠、猶豫不決
- 無法專心
- 睡/吃太多或睡/吃太少、體重急劇改變

4.惡兆(Threats)

- 透露計畫、言語、威脅嘗試自殺或自傷等

自殺迷思

- 常提到自殺的人不會真的去自殺/決定要自殺的人通常都死意堅決、抱持必死的決心。
- 自殺是突然發生的，發生之前不會有警訊。
- 面對可能自殺的人最好不要和他討論自殺的問題。
- 長期憂鬱或想自殺的人狀態好轉時就不會自殺了。
- 只有精神疾病患者才會有自殺傾向。

如果連活著都是痛苦，你還可以怎麼做

試著尋找一些陪伴，盡量別讓自己孤單獨處

找到微小活下去的動力（如和他人約定、安排未來計畫、小確幸）

和信任的親友或專業人員（醫師/心理師）討論你的感受

給自己一點空間與彈性，允許自己有痛苦的感受



自
殺
警
訊
不
漏
接

你
我
都
是
守
門
人



1問：「主動關懷、積極傾聽」

自殺行為是從「想法」到「行動」的漸進過程。在自殺行為出現之前，個案會透露某一形式的線索或警訊，可能以口語或行為的方式表現，也可由其所處狀態判斷。因此，當發現有自殺風險時，請認真嚴肅地看待警訊，並主動運用心情溫度計評估情緒困擾程度，用心傾聽所遭遇的困境。一旦確認個案具有自殺意圖，立即深入了解自殺危險度高低。要詢問一個人的自殺意念並不容易，循序漸進的討論主題是有幫助的，一感到懷疑便立即詢問，要了解「這可能是唯一一次幫助的機會」。

1) 關於「詢問」的部分注意事項如下：

- 感到懷疑個案仍有自殺意念，需立即詢問
- 要有這可能是唯一一次介入幫助的機會的認知
- 在隱密的地方談
- 讓個案放心自在的說，不要打斷他
- 如果個案不願接受幫助或不願談論，請堅持下去
- 如何問是其次，重點是「你問了」

1問：「主動關懷、積極傾聽」

2) 如何「詢問」？

- 間接問法
 - 你是否曾經希望睡一覺並且不要再醒來？
 - 你是否覺得活著沒意義，沒價值，也沒有人在乎？
- 直接問法
 - 你會不會有想不開的念頭？
 - 你是否想到要自殺呢？
- 應注意避免詢問的問句
 - 不要對自殺意念或行為以半開玩笑的方式詢問：「你該不會想要自殺吧？」、「不要跟我說你想自殺囉！」
 - 不要太急著提供問題的解決方法
 - 不要發誓保守秘密
 - 不要爭辯自殺是對或錯
 - 不要使自殺者增加罪惡感

2應：「適當回應、支持陪伴」

當人們說「對生活厭倦」、「沒有活下去的意義」時，這些說法常常會被聽的人否決，或甚至告訴他們其他更悲慘的例子。事實上，最重要的一步是要有效的聆聽他們的想法，因為伸出援手或傾聽本身就能減少自殺者的絕望感。詢問確定個案有自殺意圖後，守門人的任務即轉為適當回應與提供陪伴。同時，在回應的過程中，亦可評估個案是否需要進一步轉介或其他醫療協助。

1) 如何勸說個案繼續活下去並且接受幫助

- 平靜、開放、接納且不批判的態度將有助於與個案的溝通
 - 開放地討論失落、孤獨與無價值的感覺，使個案情緒起伏程度減輕
 - 積極專注傾聽個案遭遇的問題，嘗試了解他們的感受，提供情緒支持
 - 不要急著評斷個案的遭遇、處境或想法，你的傾聽與協助能夠重建希望，並產生改變
 - 「自殺」本身並不是問題，而是個案用來解決他所遭遇困境的方法，因此可試著找出自殺以外的處理方式。
 - 提供個案任何形式的「希望」，並將焦點放在個人正面的力量。因此，我們可以思考「這個人在過去的人生當中是為什麼而生，現在活著的理由是什麼？」、「他的生活重心與目標為何？有沒有可以令他積極的人、事、物？」，再接著詢問他：「是否願意尋求協助？」
- 「你是否願意答應在找到任何協助之前，不結束你的生命？」

2應：「適當回應、支持陪伴」

2) 不適當的回應方式如下，更重要的是，傾聽與理解，並能在適當的資源轉介之後，持續關懷

- 太常打斷他們說話
- 顯露震驚或情緒激動
- 表達自己很忙
- 擺出恩賜的態度
- 做出突兀或含糊不清的評論
- 問大量的問題

3轉介：「資源轉介，持續關懷」

面對你想幫助的人，當他的問題已經超過你能處理的程度與範圍時，就是你幫個案找出適當的資源，進行資源連結的時候。就如同當我們的家人有生理疾病時（如心臟病），我們立即的反應是尋求專業醫師的協助，而非自己試圖治療。因此，好的守門人不只被動的阻止自殺，也會主動積極的協助轉介處理，且轉介後需持續的關懷個案，並再次評估個案的自殺風險，直至結案為止。

1) 若有以下的情形就可嘗試進行轉介

- 心緒溫度計分數偏高者，高於10分者建議尋求心理諮詢，高於15分者建議諮詢精神專科醫師
- 懷疑可能具有潛在的精神疾病者
- 有自殺或自傷的身心問題
- 問題超乎助人者的能力
- 社會資源或支持不足夠

3轉介：「資源轉介，持續關懷」

2) 在協助個案進行轉介時，有以下建議

- 向個案保證隱私之安全與尊重個案的意願，若個案有強烈自殺意念，務必強調轉介後由醫療團隊一起協助的重要性
- 依個案特性提供適切資源或協助其轉介，如轉介至醫療院所，可評估個案平時就醫習慣，詢問是否有較習慣的誠診醫療院所與固定的主治醫師，若原本已在精神科就醫，則建議繼續在原醫院治療，並鼓勵個案主動與醫師溝通心緒溫度之變化
- 轉介個案就醫時，建議守門人可先以電話或其他方式告知被轉介的醫師有關個案的特殊情況，以加緊個案的轉介與處理過程，並於事後向個案或受轉介對象瞭解處理情況

有需要時，歡迎跟你的系所心理師聯繫

你的系所心理師聯繫方式

或者是，你也可以聯繫這些資源幫忙...

陽明交通大學24小時緊急專線:0972-705757

衛生福利部安心專線：1925

生命線：1995

張老師專線：1980

活下去，才有機會嘗試到美好的未來

孫慶禎：

「死了，就沒有機會嘗試到未來可能會發生的一些好事情，走過那些路，才有可能看到一個好的風景！」

附件十四：大專校院校園學生自我傷害三級預防工作計畫

檢核表(稿)

校名：國立陽明交通大學

是	辦理單位	行動方案
☐	健康心理中心、校安中心	初級預防： 一、訂定學生自我傷害三級預防工作計畫。
☐	校安中心	二、建立校園危機應變機制，設立 24 小時校安通報求助專線，訂定自我傷害事件危機應變處理作業流程，並定期進行校安通報、自殺防治通報及身亡事件處理流程演練；宣導學生可利用相關資源（如：1925 安心專線、1995 生命線、1980 張老師）。
☐	博雅書苑、健康心理中心	三、校長主導整合校內資源，強化各處室合作機制。 (一)教務單位： 1. 規劃將生命教育、多元智能和價值、心理健康促進和維護、壓力因應、提升問題解決力、挫折容忍力、負向思考和情緒之覺察、接納及調控策略、網路成癮與網路霸凌等網路不當使用、常見精神疾病與求助資源、憂鬱與自我傷害之危機處理、自助與助人技巧等相關議題納入課程計畫、融入教學課程及體驗活動。
☐	教務處	2. 發展或運用同步與非同步之數位學習課程與教材。
☐	健康心理中心	(二)校安及學務輔導相關單位（含校安、學務、健康中心、學生諮商或輔導中心（組）、輔導處（室）、導師/教師、社團與學生自治團體、生涯/職涯輔導中心）： 1. 建構輔導單位之正向溫馨形象，大專校院應發展語言友善與文化敏感之諮商輔導服務或轉介管道。
☐	健康心理中心、博雅書苑	2. 舉辦促進心理健康（如：同理心溝通、尊重差異、避免不健康的完美主義、正向思考、衝突管理、情緒的覺察、接納及調控，以及壓力與危機管理）之活動。
☐	博雅書苑、健康心理中心	3. 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講、競賽等心理健康促進活動，並善加利用媒體資源推廣教育。
☐	學務處、系所	4. 結合班級、學生社團或自治團體及社會資源辦理自我傷害預防工作。
☐	學務處、系所	5. 強化培訓班級、學生社團或自治團體幹部成為自己與同儕的自殺防治生命守門人，增加自我傷害危機辨識與處理及自我賦能、網路成癮及網路霸凌等網路不當使用議題之防治知能

		和學生求助資源運用。
☐	健康心理中心	6. 強化同儕之溝通技巧與情緒管理訓練。
☐	健康心理中心	7. 強化教師和學務輔導及校安人員之輔導知能：實施教師、導師及相關學務輔導及校安人員針對同理心溝通、心理健康識能、自殺防治生命守門人、自我傷害危機辨識及處理知能、網路成癮及網路霸凌等網路不當使用議題之防治知能和其轉介資源運用。
☐	校安中心	8. 強化學務人員自殺防治通報轉介作業流程，與危機處理之教育訓練。
☐	健康心理中心	9. 對家長進行同理心溝通、心理健康識能、自殺防治生命守門人，以及校園內外心理衛生求助資源與管道之教育宣導。
☐	健康心理中心	10. 彙整校園輔導求助資源，提供師生求助管道資訊單張。
☐	教務處	11. 發展或運用同步與非同步之數位培訓課程。
		12. 休、退學生，以及畢業生的後續聯繫與關懷
☐	總務處	(三)總務單位： 1. 校園警衛人員危機處理能力之加強。
☐	總務處	2. 各館舍管理單位進行建物防墜安全檢查（參考附件 5），針對校園建物（如高樓之頂樓、中庭，及樓梯間）提出需設置預防性安全設施（安全網、監視及警報系統設置），由總務處彙整後進行建置。生命教育文宣及求助專線之宣導資訊由健康心理中心辦理。
☐	總務處	3. 健康心理中心提出強化學輔空間需求，總務處配合建置。
☐	人事室	(四)人事單位： 1. 提供教職員工正向積極的工作態度訓練，建立友善的校園氛圍。
☐	人事室	2. 依學生需求和學生輔導法建置充足專業輔導人力。
☐	校長室	四、校長主導，綜整學校整體需求，結合校外社區與醫療，以及相關非政府組織網絡單位資源，以建構整體協助機制。
☐	校安中心、秘書處	(一)當地醫療資源、社區心理衛生中心之連結、諮詢，及共照機制之建立。
☐	校安中心、秘書處	(二)與當地社政資源之連結。

☐	校長室	(三)與當地勞政資源之連結。
☐	健康心理中心	二級預防： 一、高關懷學生辨識：針對學生特性，校園文化與資源，規劃合適之高關懷學生早期辨識或篩檢計畫，以針對高關懷學生早期發現、早期協助、個案管理，以及即時進行自殺風險評估和危機處理： (一)選用針對自殺風險具有良好效度的篩檢工具進行專業篩檢或自我篩檢，且篩檢後應聯結有效協助因應危機與心理賦能的資源應用。
☐	健康心理中心	(二)建置或運用憂鬱與自我傷害的認識、自我評估及因應技巧，以及求助資源等網路互動平臺或 Apps。
☐	健康心理中心	(三)強化導師、班級、學生社團或自治團體幹部的自殺防治生命守門人訓練。
☐	健康心理中心	二、篩檢計畫之實施須符合專業法律與倫理，即在尊重學生的自主與不傷害生命的原則下，強調保密、隱私，以及不標籤化與污名化之下進行。 實施過程包括六階段：
☐	健康心理中心	(一)說明：說明篩檢目的與保障篩檢結果的保密性。
☐	健康心理中心	(二)取得同意：除非學生有傷害他人或自己的危險性，否則，應依尊重自主原則，在學生(家長)同意下進行篩檢，非強迫性(未成年學生經得家長或監護人同意)。
☐	健康心理中心	(三)解釋結果：對篩檢結果的解釋要謹慎與專業，避免給學生貼上精神疾病或任何標籤。
☐	健康心理中心	(四)保密：輔導老師與專業輔導人員、教職員、導師，以及相關教師應遵守法律命令及專業倫理，不得無故洩漏因業務而知悉或持有個案當事人之秘密。
☐	健康心理中心	(五)主動關懷：主動提供提升動機的諮商輔導，透過同理心、支持、提供相關資訊、增強正向因應能力，及鼓勵使用求助與社會資源。
☐	健康心理中心	(六)必要的轉介：當知悉學生有明顯的自傷(如：自殺意圖、自殺計畫、自傷行為)或傷人之虞時，需進行自殺風險評估和危機處置與後續心理諮商與就醫治療。
☐	健康心理中心	三、提升輔導老師與專業輔導人員、教職員、導師、教官、班級、學生社團或自治團體幹部、家長對憂鬱與自殺風險度之辨識與危機處理能力，以協助觀察辨識與轉介。
☐	健康心理中心	四、提升輔導老師與專業輔導人員對所發現之高關懷學生提供進一步個別或團體的心理諮商或治療之知能。

☐	健康心理中心	五、針對特殊狀態或心理發展特殊需求學生提供主動關懷。
☐	健康心理中心	六、整合校外之專業人員（如：臨床心理師、諮商心理師、社工師、精神科醫師等）資源到校服務。
☐	健康心理中心	三級預防： 一、自殺企圖： （一）建立個案之危機處置標準作業流程，對校內教學與行政相關單位、受影響之學生、班級、學生社團或自治團體幹部之說明與教育輔導（降低自殺模仿效應），並注意其他高關懷群是否受影響。
☐	健康心理中心	（二）自殺企圖個案由輔導老師與專業輔導人員進行後續心理輔導或心理治療，及持續追蹤，以預防再自殺，重複企圖個案可進行個案管理；與家長聯繫，提供說明、情緒支持與預防再自殺教育。
☐	健康心理中心	（三）進行班級團體輔導，提供心理衛生教育及宣導同儕如何協助個案。
☐	健康心理中心	（四）強化輔導老師對風險評估與危機處遇轉介管道知能，與專業輔導人員對自殺企圖個案之自殺風險評估與危機處遇及中長期心理諮商與治療的有效知能技巧訓練與督導。
☐	校安中心	二、自殺身亡： （一）於知悉身亡事件後成立危機處理小組，並由一級主管以上層級主持（大專院校主秘或副校長；中學以下校長），協調各處室的因應作為。
☐	校安中心、秘書處	（二）建立處置作業流程，含對媒體和在社群網站之說明、對校內教學與行政相關單位、受影響之學生、班級、學生社團或自治團體幹部之說明與安心輔導（降低自殺模仿效應）；家長聯繫視需求轉介及高關懷群追蹤輔導。 1. 說明需遵守世界衛生組織關於自殺報導與溝通的六要、六不原則。 2. 不鼓勵校內辦理公開紀念活動。 3. 加強社區內鄰近學校的橫向連繫。 4. 提供校園內外輔導、諮商與治療資訊與管道。
☐	健康心理中心	（三）針對自殺身亡個案之親近同儕與教師，加強輔導老師與專業輔導人員對其自殺風險評估與危機處遇及中長期心理諮商與治療的有效技巧訓練與諮詢或督導。
☐	健康心理中心	（四）針對專業遺族（如輔導老師與專業輔導人員）提供心理諮商與治療。

☐	校安中心	三、通報轉介，進行校安通報與自殺防治通報： (一)知悉自傷和自殺事件後，依「校園安全及災害事件通報作業要點」進行校安通報。
☐	校安中心	(二)針對知悉自殺行為情事時，在 24 小時內，依「自殺防治法」，於衛生福利部建置之「自殺防治通報系統」進行通報作業。
☐	健康心理中心	四、網絡連結： (一)學校對於自殺通報後的個案，定期進行個案督導，並由一級主管以上層級主持（大專院校主秘或副校長；中學以下校長），定期邀請醫療衛生網絡內的專家及相關人員等，與網絡個案處遇人員進行網絡聯繫會報和個案討論會。
☐	健康心理中心	(二)建立學校和區域醫療衛生網絡、自我傷害防治資源的雙向聯繫、銜接，及共照機制，提供個案學習不中斷之資源連結。
☐	健康心理中心、人事室	(三)建立學校與當地社政單位、勞政單位之雙向聯繫。

承辦人簽章：

聯絡電話：

電子郵件：

單位主管簽章：

[返回](#)