

輔英科技大學 資源教室活動成果報告表

活動名稱	113學年度第1學期 向日葵成長團體 「認識你的好夥伴:我想跟你好好相處-正向行為支持」										管制表 編號	1-6-2				整體 滿意度	4.8									
承辦單位	學務處諮商輔導中心			活動時間			113/10/9 14:05-16:05 113/10/16 14:05-16:05		活動地點	團體諮商室																
經費支出	<input type="checkbox"/> 學輔專帳										學輔專帳 支出金額	配合款：500元														
	<input checked="" type="checkbox"/> 其他來源：113年度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第二期「學生輔導活動經費」											補助款：9,000元														
參加對象數	護理系所	護理科	健管系	助產系	高長系	醫技系所	醫技科	物治系	保營系所	健美系	環工系所	職安系	化材系	生技系所	資料管系	休憩系	幼保系	應外系	應外科	其他學術單位	行政單位	生理男小計	生理女小計	參加人數 總計_32_人次		
教師																					0	0	0	本校教職員工12人次	校內30人次	
職員工																				10女2男	2	10	12			
學生 (非弱勢)																					0	0	0	本校學生18人次		
弱勢學生					3女1男				2男		2男	2男			4男2女	2女					11	7	18			
幹部																					0	0	0			
校外學生																					0	0	0	校外2人次	校外2人次	
校外人士 (含社區居民)																		2女		0	2	2				
基本素養 與 核心能力	職能實務		溝通服務		多元融合		美感賞析		倫理思辨		關愛熱忱		文明視野		人文品味											
配分 【至多填寫 3項 滿分10分】			6		2						2															
活動目標	1. 透過心理師帶領，以情緒覺察、社交技能，融入適當行為的正向行為，給予正面的肯定與支持，有助於增強學生的情緒管理能力，減少情緒失控或困擾的狀況，進而促進日常生活的穩定性。 2. 透過心理師帶領，針對社交互動技巧，融入適當行為的正向行為，給予正面的肯定與支持，培養有效的溝通方式和人際技巧，讓學生在這些技能的培養更從容地面對人際挑戰與壓力，達到情緒穩定與社交成功的目標。																									

活動內容 (具體辦理事項)	(一) 10月9日					
	時間		內容		主持人(主講人)	地點
	14：05-14：10		簽到		資源教室輔導員	行政大樓3樓 團體諮商室
	14：10-14：15		致詞		楊瀚焜主任	
	14：15-15：05		認識你的好夥伴-情緒二三事		糖心理諮商所 顏禎慧諮商心理師	
	15：05-15：10		休息片刻			
	15：10-16：05		認識你的好夥伴-情緒二三事		糖心理諮商所 顏禎慧諮商心理師	
	(二)10月16日					
	時間		內容		主持人(主講人)	地點
	14：05-14：10		簽到		資源教室輔導員	行政大樓3樓 團體諮商室 主持人(主講人)
	14：10-14：15		致詞		楊瀚焜主任	
	14：15-15：05		我想跟你好好相處-正向行為支持人際溝通		糖心理諮商所 顏禎慧諮商心理師	
	15：05-15：10		休息片刻			
	15：10-16：05		我想跟你好好相處-正向行為支持人際溝通		糖心理諮商所 顏禎慧諮商心理師	
講座簡介	姓名	顏禎慧		現職	糖心理諮商所	諮商心理師
	重要經歷	1. 學歷： 國立高雄師範大學諮商與輔導研究所碩士 2. 經歷： 機構與執業心理師團體督導與個別督導 國立成功大學心理健康與諮商輔導組兼任心理師 國立中山大學諮商與健康促進組諮商心理師暨全職實習生專業督導 國立高雄師範大學學生輔導中心諮商心理師(業界專業教師) 育英醫護專科管理學校諮商心理師暨輔導代理組長 高雄市社區心理衛生中心心理衛生輔導員 建佑醫院社工員				
	講座內容簡述	1. 透過認識情緒的本質與迷思，學習覺察、梳理情緒，融入適當行為的正向行為，給予正面的肯定與支持，以增進調節情緒之能力。 會使用短片引導(筆電、投影)、小活動(活動單-情緒支持計畫書)、牌卡(情緒卡、紅花卡)。 2. 透過了解人際溝通的誤區，學習我訊息的表達，融入適當行為的正向行為，給予正面的肯定與支持，以促進人際關係。 會使用短片引導(筆電、投影)、小活動(圖畫或 A4白紙、色筆)、牌卡(彩虹卡)。				
活動感言	1. 心理師透過遊戲帶領，協助成員從牌卡(彩虹卡)中，學習融入適當行為的正向行為，培養有效的溝通方式和人際技巧,讓學生在這些技能的培養更從容地面對人際挑戰與壓力,達到情緒穩定與社交成功的目標。 2. 透過短片、牌卡(情緒卡、紅花卡)及我的情緒支持計劃書學習融入適當行為的正向行為，增強學生的情緒管理能力,減少情緒失控或困擾的狀況,進而促進日					

	常生活的穩定性，成員們回饋還不錯。					
具體成效	<p>一、質性成效</p> <p>1. 透過心理師帶領，以情緒覺察、社交技能，融入適當行為的正向行為，減少情緒失控或困擾的狀況，進而促進日常生活的穩定性。</p> <p>2. 透過心理師帶領，針對社交互動技巧，融入適當行為的正向行為，讓學生在這些技能的培養更從容地面對人際挑戰與壓力，達到情緒穩定與社交成功的目標。</p> <p>二、量性成效(包括滿意度調查、參與組別與人數)</p> <p>1. 本場活動共計32人次參與，整體滿意度達4.8。</p> <p>2. 100%以上的學生認為參與活動後能幫助自己增強情緒管理能力。</p> <p>3. 100%以上的學生認為參與活動後能幫助自己情緒穩定與社交成功的目標。</p>					
檢討與建議	<p>1. 向日葵家族成員對本次成長團體活動內容感到非常滿意，期待未來持續辦理。</p> <p>2. 響應政府環保政策，本活動不提供一次性拋棄的免洗餐具及杯水，請參與人員自備餐具/茶水。</p>					
滿意度調查		非常滿意	滿意	尚可	不滿意	非常不滿意
	1. 您滿意今天的活動內容嗎？	85.7%	14.3%	0%	0%	0%
	2. 您對老師講授內容的滿意程度？	71.4%	28.6%	0%	0%	0%
	3. 您對活動場地安排的滿意程度？	71.4%	28.6%	0%	0%	0%
	4. 您對活動時間安排的滿意程度？	85.7%	14.3%	0%	0%	0%
	5. 本活動能幫助您增強情緒管理能力	100%	0%	0%	0%	0%
	6. 本活動能幫助您情緒穩定與社交成功的目標	100%	0%	0%	0%	0%
	7. 本活動對您的幫助情形？	85.7%	14.3%	0%	0%	0%



【顏禎慧講師解釋本次課程目標】



【顏禎慧講師運用我的情緒支持計畫書讓成員認識情緒的本質與迷思】



【顏禎慧講師運用牌卡(情緒卡、紅花卡)學習成員學習覺察、梳理情緒】



【成員詮釋手中牌卡(情緒卡、紅花卡)對應的現況】



【顏禎慧講師帶領成員進行畫畫接力猜猜樂活動培養有效的溝通方式和人際技巧】



【顏禎慧講師運用短片教導如何從容地面對人際挑戰與壓力】

活動照片 / 至少6張