

# 輔英科技大學辦理112年度校園心理健康促進計畫

## 「聊療心~找幸福」來趟識心、適心饗宴之旅活動成果報告表

執行面向	<input checked="" type="checkbox"/> 開設相關議題通識教育 <input type="checkbox"/> 辦理學生心理健康議題活動 <input type="checkbox"/> 辦理大專校院自殺防治守門人培訓 <input type="checkbox"/> 提升相關人員專業知能 <input type="checkbox"/> 補助專業人員(校外精神科醫師駐校服務)鐘點費					
活動名稱	點燃藝術火花 躍出生命幽谷					
承辦單位	共同教育中心 博雅教育組	活動時間	112.03.31(五) 10:10-12:00、 13:00-14:50	活動地點	F502、B109	
		支出金額	配合款：0元 補助款：8293元			
	參加對象與人數	校外人員：共 0 人(男 0 人、女 0 人) 校內教職員工：共 2 人(男 0 人、女 2 人) 校內學生：共 94 人(男 9 人、女 85 人) 總計人數：共 96 人				
時間配當表	1. 前十分鐘進行活動說明及目標。課程內容說明。(10分) 2. 透過講師自己生命歷程和家人故事及其藝術畫作之解析，讓學生體驗生命教育與美感涵養。(40分) 3. 講述世界旅行探索鼓勵學生突破自我限制、學習建構屬於自有的美善涵養。(35分) 4. 上課後請學生，完成滿意度調查表及學習單填寫。(15分)					
辦理方式	1. 上課前一周，預告上課主題以美感經驗與美感培養為主，關注四季變化校園環境植物改變，進行暖身及提升學習動機。 2. 和上課講師進行討論規劃，針對學生先前背景了解學生學習經驗及兼顧美感學習的個別差異性，規劃合適的課內容。 3. 透過講師分享自我生命歷程和成為美術老師和藝術創作的努力過程，讓學生瞭解面對生命挫折，兼顧興趣專業素養，可讓生命韌性盡情發揮成為更有意義和價值，不自我限制發展，找到生命中的各種機會，點燃生命火花躍出生命幽谷。 4. 透過講師教學引導，拉近和學生美感經驗的距離。教學過程不要太強調畫作技巧，避免增加學生創作時的壓力，目標在於樂於塗鴉中解壓。 5. 提供紙張和筆，透過學生實際畫作，畫出12生肖卡片但鼓勵創作加入擅長美學技巧呈現。					
講師簡介	姓名	李一峰	現職	國小主任		
	重要經歷	2001 發表畢業專題創作〈傳奇·福爾摩沙－李一峰水墨重彩創作〉 學生學術論文年賽 美勞教育學系 優勝代表。智育獎、五育獎。 2002 屏東美展國畫類 屏東獎 2005 屏東師院視覺藝術研究所畢業，發表畢業論文〈近二十年台灣省全省美展國畫部門得獎作品之研究1985-2004〉 2022 國立高雄師範大學教育學院教育系博士班研究生				
	進行內容簡述	一、每個人心中的美設定標準都不同。美感，其實不應被他人價值和定義所影響。 二、講師描述自己從小在鄉間的生活回憶，一直把握機會進行學習成為創作型藝術家和國小教師的歷程。 三、體驗生命豐富性，規劃旅行世界各地和當地人文素養，涵養作為生命重要元素。 四、鼓勵學生創作從生活和最簡單經驗開始，輕鬆愉悅畫出心情點滴。 五、講師分享自己生命故事求學經歷，和家人間深厚感情作為最初發心的靈感泉源。 六、學生從講座中體會講師的生命歷程從小到目前的發展和歷練，學習建立自我概念、				

		生命意義感和正確生命態度和生命價值觀。
活動感言	<p><b>依據學習心得，文字記錄感動，學生感言如下：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>學習到對於人生應該保持一定的期待，也必須持續努力維持自己的責任感，和講師一樣建立目標擁有動力完成期待得到的成果，用心體驗事情的過程中都有不同收穫。</li> <li>覺得在課程中學習很多，聽到老師從小有點調皮被處罰到當老師的經歷，轉換學習歷程最後找到最喜歡的美術老師，自己創作和教學生如何創作，。</li> <li>有鼓勵到從小不擅長畫作的經驗，藝術不僅僅只是為了美感，每個人其實都有畫畫天賦，可以調解心情舒壓的好方法，人生會有很多轉折，更加專注自己的未來，專注考護理師執照。</li> <li>進行有趣的卡片製作，把熟悉的生肖畫成不一樣的面貌，照著圖拓印畫出一個圖畫，很有成就感且在IG發表自己作品，這個特別經驗，好開心。用多重角度看自己，呈現分享給同學。</li> <li>美有很多種，可以多方式呈現，心情不好可以靜下心情畫畫紓壓，知道自己蠻具有畫圖興趣。</li> <li>透過今天的活動回憶以前時光，五專後幾乎沒有這種美勞活動，很愉快，謝謝老師分享兒時記趣，同時聯想自己童年時光，讓我看到對未來不同可能性，用心體驗事情過程中都有不同收穫。</li> <li>一峰老師的人生故事，告訴我人生有無限可能，雖然只有一次課，可他積極的人生觀仍打動我，我也應該像他一樣自信、積極。珍貴照片的回憶，把握當下就去做，去冰島的事情讓人欽佩。</li> </ol>	
具體成果	<p><b>一、質化成果</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>在外聘專家學者之活動體驗引導下，培養學生美育涵養，重新定義美的價值，都不相同。</li> <li>結合跨領域之人文素養，學習藝術家成長歷程找到自己的人生目標。透過畫作勇於嘗試找回自信，尊重包容每個人同想法。不怕失敗，可以重新再來，每個人生階段的經歷都很珍貴，找到人生價值的定位，透過建立自我概念使理性和感性均衡發展，促進個人心理健康及社會和諧為目標。</li> </ol> <p><b>二、量化成果</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>完成1場外聘講座，參與師生達94次。</li> <li>滿意度問卷統計數據如下：           <ul style="list-style-type: none"> <li>◎認識，(1)參與前:有點瞭解、非常瞭解為42%，(2)參與後為94%。</li> <li>◎感覺，(3)我對活動內容感到滿意：同意、非常同意為93%，</li> <li>(4)參與後對我有正面幫助：同意、非常同意為95%。</li> </ul> </li> </ol>	
回饋調查分析	<p><b>【請自行依活動性質設計內容與格式，請<u>簡要填寫</u>，予以綜合意見討論】</b></p> <p>問卷內容從◎認識◎感覺回饋調查分析如下</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>藝術也是生活中不可或缺的一部分，可以舒壓和提升生活品質。如何從點和顏色線條，讓單調簡易的畫，變成更豐富。提升正面面對自己，就算失敗或是不完美都是自己盡力去完成的，學生更有自信珍惜自己把握當下。</li> <li>對講師從藝術家的生命故事，體會逆境可以產生生命韌性，在生活逆境中藉由創作來充實心靈，體會到每個人都有無限可能，持之以恆堅持自己喜歡的事情讓自己成功。</li> <li>雖然不能回到過去，但是可以回憶過去，從不喜歡美術領域，發現原來畫畫可以這麼開心，也可以透過專注把心情沉澱，充實自己的人生。</li> <li>學生覺得，自己要抱有自信才能夠完成更多事情，決定方向後要認真對待，相信自己樂觀面對每個順利或挫折的事情。人生只有一次，想作什麼就去作，不留遺憾勇敢表達自己。</li> <li>透過課程老師解析卡片製作方式，認識熟悉的生肖也可以依據個人喜好不同，盡興創作成屬於自己藝術作品，理解原來創作是表達情緒的一種方法。</li> <li>打算開始多參加活動，提升對自己的自信，勇於追求喜歡的事情。目前課業壓力大，努力考到護理師執照。珍惜時間作有意義的事情。</li> <li>美感學習和生活不可分，可以透過眼、手、心、腦開啟對美的感受，每一個人對於美感定義皆不同，自己喜歡看了舒服更重要，不必太講究線條協調平衡，會讓自己更喜歡畫作。</li> </ol>	
檢討與建議	<ol style="list-style-type: none"> <li>簡報內容相當豐富，依據不同班級學生先前經驗，設計課程講解生動有趣。速度可以再放慢，讓學生可以多思考內容和自己生命連結的可能性。</li> <li>講師有加強自己轉換不同教育環境的成因，作為學生思考自我生涯規劃，可以再提問學生個別興趣作為互動回饋分析探討，</li> <li>講師對於自己藝術生涯發展啟蒙多加著墨，讓學生可以了解體會成功的背後關鍵，在於克服困境的勇氣，以為學生學習典範。</li> <li>學生進行創作時間太短，讓學生覺得拓印上色和塗鴉時間不足，時間規劃可以再拉長讓學生進行交流分享想法，講師進行作品講評分析，透過藝術進行生命故事對畫、對話。</li> </ol>	

活動照片  
/ 至少 6 張



【學生專注聆聽講師課程內容】



【吸引學生專注講師生命故事】



【上課出席踴躍並且專心上課】



【新的畫作技巧，簡單創意讓學生進行創作】

【學生作品】



