

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	長照職涯發展與心理健康				
承辦單位	共同教育中心 博雅教育組	活動時間	112.10.11(三) 20:15-21:45	活動地點	B111
		支出金額	配合款：0元 補助款：4146元		
參加對象與人數	校外人員：共____人(男____人、女____人) 校內教職員工：共____1人(男____0人、女____1人) 校內學生：共____47人(男____17人、女____30人) 總計人數：共____48人				
時間配當表	1. 說明個人走入長照的原因和學校社團的歷練(30分) 2. 認識長照產業趨勢，個人如何從工作中摸索自我適合的方向和定位(30分) 3. 分享由學習照顧長者，以及團隊成員合作中，肯定工作的意義和價值，工作投入與心理健康相得益彰(30分) 4. 學生回饋提問(5分)				
辦理方式	1. 調查學生感興趣的專業領域，邀請適合的講員。 2. 由學生相近的學習經驗來引起動機，觀摩對工作有熱忱的人的思考方式，以激勵學生。 3. 講師不卑不亢的態度，平實地引導學生體會長照工作的重要內涵。 4. 最後請學生做回饋。				
講師簡介	姓名	林岳澤	現職	高雄市私立博正居家長照機構主任暨負責人	
	重要經歷	高雄市博正長期照護發展協會理事3年11月(108.03~)			
	進行內容 簡述	1. 分享自己的生涯探索歷程 2. 說明在長照領域的工作經驗 3. 個人心理健康的經營之道			
活動感言	1. 認識長照人員的職涯發展。 2. 由講師的故事分享，知道自己需要多思考自己的處境，想辦法充實自己。 3. 做對自己的未來有幫助的事，別人也會來幫忙。 4. 老師有很多金句，值得記取。				
具體成果	一、質化成果 1. 由講師的經歷，體會自己要勇於接受挑戰，由經驗中學習。 2. 體會考慮年齡及需要，覺察自身的生涯信念、價值觀及待加強的能力，對心理健康和生涯選擇的重要。 二、量化成果 1. 75% 的學生反應講座非常滿意 2. 80% 的學生反應參與後有正面幫助				

回饋調查分析	<p>1. 此活動提升的能力主要為行動力、自信心、思辨力、良好態度及毅力。</p> <p>2. 學生體會到生涯發展是長期累積的過程，主動推銷自己，就會遇到伯樂。需要對工作世界、自己內外在資源有更多的了解。</p> <p>3. 不要怕懷才不遇，只要努力提升能力，創造機會，就會被看到。</p>
檢討與建議	生涯規劃與心理健康狀態相輔相成，怎麼過一天就怎麼過一生，沒有人記得你才是真正的死亡，這些觀念因講師的年紀與同學相近，背景類似，所以很能鼓舞學生，見賢思齊。學生接受度高，很有共鳴。
活動照片 / 至少 6 張	 <p>【職涯歷程分享】</p>
	 <p>【演講重點—我在長照的歷練】</p>
	 <p>【心理健康與長照需求的省思】</p>
	 <p>【生涯信念—不斷學習】</p>
	 <p>【講師經歷】</p>
	 <p>【致上感謝狀】</p>