

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	情緒管理與長照服務對象溝通知能				
承辦單位	共同教育中心 博雅教育組	活動時間	112.10.11(三) 18:30-20:05	活動地點	B111
		支出金額	配合款：0元		
			補助款：4147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__人、女__1__人) 校內學生：共__52__人(男__26__人、女__36__人) 總計人數：共__53__人				
時間配當表	1. 說明情緒管理、人際溝通及表達能力是職場致勝關鍵，很不公平但無法逃避。(30分) 2. 認識長照服務對象的特性和挑戰(30分) 3. 個人在工作中如何覺察自己和別人的情緒，如何適時地鼓勵支持同事和長者，給予尊嚴讓抗拒的長輩願意主動加入服務其他人(30分) 4. 統整與回饋(5分)				
辦理方式	1. 邀請講員時說明學生的特質和興趣所在。 2. 以說故事的方式讓學生理解長照領域及重要的工作精神。 3. 讓學生學習講員用反思的態度來掌控自己的心情，以金句自我提醒。 4. 了解學生的心得及收穫。				
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. 情緒管理及表達能力是職場必備的能力。 2. 由實務工作中體會出的重要溝通原則。 3. 顧及長者的自尊和維持功能，就是好的照顧。 4. 長照知能需要提早準備。			
活動感言	講師的態度真誠。 從講師分享的經驗，體會與服務對象互動要兼顧雙方的身心狀況。 先建立信任關係，是互動的基礎。 自己的信念要清楚，行動才會正確。				
具體成果	一、質化成果 1. 學生能夠體情緒管理的重要性。 2. 從與長者溝通互動的實例中，理解從事服務工作的概念和做法，達到助人助己的功效。 二、量化成果 1. 約80% 表示對活動內容表示滿意及非常滿意 2. 約85% 表示對自己的情緒管理會有正面幫助				

回饋調查分析
檢討與建議

1. 此活動提升的能力主要為思辨力、良好態度、行動力、自信心。
2. 演講中提到的：情緒管理的理念是：重視自己及服務對象的心理需求、態度比技巧重要、向比自己好的人學習，學生認為很有幫助

1. 本活動協助學生建立正確的情緒管理觀念，配合實務經驗的心得討論，更有說服力。
2. 對落實校園及職場心理健康的具體做法，有學習效益。

活動照片 / 至少 6 張



【開場介紹表達力的重要】



【電影 About time 的啟示】



【與長輩的互動方式—尊嚴】



【情緒的影響】



【跟比自己厲害的人為伍】



【致贈感謝狀】