

輔英科技大學辦理113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 type="checkbox"/> 開設相關議題通識教育 <input checked="" type="checkbox"/> 辦理強化校園心理健康知能活動 <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"/> 補助精神科醫師鐘點費						
活動名稱	「聊療心~找幸福」來趟識心適心饗宴之旅						
承辦單位	學務處課外活動指導組、學生自治會	活動時間	113年2月23日-2月24日	活動地點	高雄、屏東地區		
		支出金額	配合款：0元				
			補助款：147,764元				
參加對象與人數	校內學生： 36 人 校內教職員工： 4 人（包含導師 人；專業輔導人員 人；其他教職員 4 人） 校外人士： 0 人 總計人數： 40 人						
時間配當表	天數	活動時間	活動/課程名稱	帶領人	參與對象	預定參加人次	活動概述
	第一天	07:50-08:00	集合報到	林文德 老師	全校教職員、學生	40	→
		08:00-10:00	專車前往墾丁-屏鵝公路	→			
		10:00-10:15	暖身、裝備整理、單車試騎	→			
		10:15-12:00	南洋風海天景緻(車城-後壁湖)車城福安宮→福安龜山大橋→白沙灣→後壁湖	林文德 老師			自行車 22.5km
		12:00-13:30	美味午餐	→			
		13:30-15:30	南洋風海天景緻(後壁湖-墾丁)後壁湖→墾丁國家公園→鵝鑾鼻燈塔→墾丁飯店	吳婉瑄老師			自行車 20.5km
		15:30-16:30	墾丁活動中心閩式建築導覽	→			
		16:30-18:00	Check in	→			
		18:00-19:00	美味晚餐	→			
		19:00-21:00	團康晚會	張簡文瑞 老師 吳婉瑄 老師			→
	21:00-22:00	自由聯誼	→				
	天數	活動時間	活動/課程名稱	帶領人	參與對象	預定參加人次	活動概述
	第二天	06:30-07:00	美好的一天	→	全校教職員、學生	40	→
07:00-08:30		早餐時間	→				
08:30-09:00		整裝再出發/暖身/熱身	林文德 老師	→			
09:00-12:00		南洋風海天景緻(墾丁-恆春)墾丁飯店→鵝鑾鼻公園→恆春	張簡文瑞 老師	自行車 32.2km			
12:00-12:30		收操、裝備整理、單車歸還	林文德 老師	→			
12:30-14:00		美味午餐	→				
14:00-15:00		恆春古城人文生態介紹	→				
15:00-17:00		返回學校	→				
17:00		平安賦歸	→				

辦理方式	透過單車活動讓同學們走出戶外強化體魄，並藉由活動體驗團體生活與人際關係互動，以提升學生們的心理健康、人際互動等知能。																																																																																																
活動感言	<p>【可蒐集參與者對於本次課程、活動的回饋及想法】</p> <p>這次騎單車之旅是一個很不一樣的體驗，平常都在家不會特別想去外面，但因為這次活動，讓我認識很多新朋友，雖然太陽很大回來還發現曬傷了，但也覺得騎車看邊風景、吹風、揮灑汗水很舒服，讓原本憂鬱的心也瞬間明亮起來，很感謝學校辦理此活動，以後還有類似活動我還會想參加！</p>																																																																																																
具體成果	<p>【質性及量化成果內容可呼應計畫書的預期成效】</p> <p>一、質性成果</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本次健康促進活動，本校教職員生共40位一同參與。 2. 活動設計以深入恆春地區、墾丁地區以單車探索、刺激、體能、探索體驗之活動為主，可增進學員對戶外活動之喜愛度，並強健體魄，並在活動中融入品格教育元素，注重生活禮儀教育、團體生活規範，讓同學培養良好生活習慣與心理健康、人際互動。 <p>二、量化成果【量化請統計人數並以成果型成效呈現】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本次活動共計本校教職員生共40人次。 2. 本次活動後有79%的學生有提升戶外運動的意願。 3. 本次活動後有82%的學生願意利用課餘時間多參與課外活動。 4. 本次活動後有88%的學生有提升在團體活動中人際溝通與合作能力，更勇於發揮個人所長。 																																																																																																
回饋調查分析	<p>【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】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="184 833 647 1170"> <p>參加本次活動後，有提升您對於恆春半島文化的認識</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>評議</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常滿意</td> <td>88%</td> </tr> <tr> <td>滿意</td> <td>9%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不滿意</td> <td>3%</td> </tr> <tr> <td>非常不滿意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div data-bbox="655 833 1060 1170"> <p>參加本次活動後，有提升您運動的習慣</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>評議</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常滿意</td> <td>79%</td> </tr> <tr> <td>滿意</td> <td>9%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不滿意</td> <td>12%</td> </tr> <tr> <td>非常不滿意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div data-bbox="1068 833 1467 1170"> <p>參加本次活動後，有對永續發展目標(SDGs)更了解</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>評議</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常滿意</td> <td>82%</td> </tr> <tr> <td>滿意</td> <td>9%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不滿意</td> <td>9%</td> </tr> <tr> <td>非常不滿意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div data-bbox="184 1192 647 1529"> <p>參加本次活動，活動中大家的相處，讓您對性別平等意識有所提升</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>評議</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常滿意</td> <td>88%</td> </tr> <tr> <td>滿意</td> <td>6%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不滿意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>非常不滿意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div data-bbox="655 1192 1060 1529"> <p>參加本次活動後，有增加您在團體活動(團體共識)時，更勇於發揮個人所長</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>評議</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常滿意</td> <td>88%</td> </tr> <tr> <td>滿意</td> <td>6%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不滿意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>非常不滿意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div data-bbox="1068 1192 1467 1529"> <p>參加本次活動後，有增加自我察覺能力(清楚知道或感受到自己現在的想法、情緒、行為，以及所處的環境)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>評議</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常滿意</td> <td>28.85%</td> </tr> <tr> <td>滿意</td> <td>10.3%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>4.12%</td> </tr> <tr> <td>不滿意</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>非常不滿意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div data-bbox="184 1551 647 1888"> <p>參加本次活動後，有增加您利用課餘時間參與課外活動的意願</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>評議</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常滿意</td> <td>82%</td> </tr> <tr> <td>滿意</td> <td>6%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不滿意</td> <td>12%</td> </tr> <tr> <td>非常不滿意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div data-bbox="655 1551 1060 1888"> <p>參加本次活動後，有讓您經歷到不同的體驗</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>評議</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>非常滿意</td> <td>82%</td> </tr> <tr> <td>滿意</td> <td>6%</td> </tr> <tr> <td>普通</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>不滿意</td> <td>12%</td> </tr> <tr> <td>非常不滿意</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table> </div> </div>	評議	百分比	非常滿意	88%	滿意	9%	普通	0%	不滿意	3%	非常不滿意	0%	評議	百分比	非常滿意	79%	滿意	9%	普通	0%	不滿意	12%	非常不滿意	0%	評議	百分比	非常滿意	82%	滿意	9%	普通	0%	不滿意	9%	非常不滿意	0%	評議	百分比	非常滿意	88%	滿意	6%	普通	0%	不滿意	0%	非常不滿意	0%	評議	百分比	非常滿意	88%	滿意	6%	普通	0%	不滿意	0%	非常不滿意	0%	評議	百分比	非常滿意	28.85%	滿意	10.3%	普通	4.12%	不滿意	0%	非常不滿意	0%	評議	百分比	非常滿意	82%	滿意	6%	普通	0%	不滿意	12%	非常不滿意	0%	評議	百分比	非常滿意	82%	滿意	6%	普通	0%	不滿意	12%	非常不滿意	0%
評議	百分比																																																																																																
非常滿意	88%																																																																																																
滿意	9%																																																																																																
普通	0%																																																																																																
不滿意	3%																																																																																																
非常不滿意	0%																																																																																																
評議	百分比																																																																																																
非常滿意	79%																																																																																																
滿意	9%																																																																																																
普通	0%																																																																																																
不滿意	12%																																																																																																
非常不滿意	0%																																																																																																
評議	百分比																																																																																																
非常滿意	82%																																																																																																
滿意	9%																																																																																																
普通	0%																																																																																																
不滿意	9%																																																																																																
非常不滿意	0%																																																																																																
評議	百分比																																																																																																
非常滿意	88%																																																																																																
滿意	6%																																																																																																
普通	0%																																																																																																
不滿意	0%																																																																																																
非常不滿意	0%																																																																																																
評議	百分比																																																																																																
非常滿意	88%																																																																																																
滿意	6%																																																																																																
普通	0%																																																																																																
不滿意	0%																																																																																																
非常不滿意	0%																																																																																																
評議	百分比																																																																																																
非常滿意	28.85%																																																																																																
滿意	10.3%																																																																																																
普通	4.12%																																																																																																
不滿意	0%																																																																																																
非常不滿意	0%																																																																																																
評議	百分比																																																																																																
非常滿意	82%																																																																																																
滿意	6%																																																																																																
普通	0%																																																																																																
不滿意	12%																																																																																																
非常不滿意	0%																																																																																																
評議	百分比																																																																																																
非常滿意	82%																																																																																																
滿意	6%																																																																																																
普通	0%																																																																																																
不滿意	12%																																																																																																
非常不滿意	0%																																																																																																
檢討與建議	<p>【可填寫本次課程、活動的執行優點及未來可精進的調整建議】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本次活動性質為戶外活動，對於平常較沒在運動的學生體能是一大考驗，爾後有類似相關活動，須提醒同學活動前要先對練身體。 2. 本次活動學生組成較多元，導致體能上較不平均，為顧及整體行程的推進，只能請學生搭車跟上隊伍。 3. 本次活動學生整體反應都很滿意，表示之後還有類似活動還要再參加。 																																																																																																

活動照片 / 至少 6 張



【出發前大合照】



【完成社頂公園騎乘合照】



【騎乘結束收操】



【享用美味餐點】



【大合照】



【早晨升旗】