

## 輔英科技大學 學生輔導工作活動成果報告表

活動名稱	獨一無二—自我探索團體										管制表 編號	223-13					整體 滿意度	4.9									
承辦單位	學務處-諮商輔導中心					活動時間					111年 05/03，05/05， 05/10，05/12。		活動地點	諮商輔導中心團體諮商室													
經費支出	<input checked="" type="checkbox"/> 學輔專帳										學輔專帳		配合款：3,520元														
	<input type="checkbox"/> 其他來源：										支出金額		補助款：8,169元														
參加對象人數	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	男性小計	女性小計	參加人數 總計10人 (40人次)			
																								合計	合計	合計	
教師																									本校教職員工	校內	
職員工																										40 (人次)	
學生(非弱勢)	20女							8女 4男					4男			4男						12	28			本校學生 40 (人次)	
弱勢學生																											
幹部																											
校外學生																									校外 0	校外 0	
校外人士 (含社區居民)																											
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】		3		3								2		2													
活動目標	※以團體的方式進行，透過講師帶領團員互動，探索團員瞭解自己的興趣、能力、價值觀與特質，學習發揮個人的優點，建立自信，肯定自我價值。 ※團體動力如同團體的能源，鞭策團體活動時流動的力量，經歷團體成員的努力，獲致情感分享、資訊交流。初見群體動力的雛型，顧及團體互動性、團體相互依賴性、團體的目標性以及團體的凝聚力，因此密集性的進行1週2次的團體活動(由原來時段:111/05/03、111/05/10、111/05/17、111/05/24調整為:111/05/03、111/05/05、111/05/10、111/05/12進行。																										
活動內容 (具體辦理事項)	團體進行四次分別為： 一、 1. 團體成員、領導者相互認識。 2. 協助團員了解團體進行的方式與主題。 3. 訂定團體規範。 二、 1. 協助團員探索自己的特質。 2. 協助團員對自己特質的認同。 3. 促進團體凝聚力。 三、 1. 協助團員學習認識、覺察自己的價值觀。 2. 協助團員探索自己不同的人生價值觀視野。 四、 1. 團員能瞭解自己的身體意象。 2. 團員藉由相互回饋，能接納自己的身體。																										

講座簡介	姓 名	朱秀姬	現 職	健康美容系助理教授				
	重要經歷	美國北德州立大學社會學碩士						
	團體內容簡述	一、「獨一無二—自我探索團體」，以人本主義觀點，來看人性是積極樂觀的。相信人是理性的、能夠自立，對自己負責，有正面的人生取向；在尊重和信任的前提下，人是會有積極及建設性去的發展傾向。 二、團體實務操作進行中以手作、牌卡、人格特質表、心理測驗進行一連串的自我潛能的探索，增進團員瞭解自己的能力、價值觀與特質。						
活動感言	節錄學生回饋： 1. 生平自製自己專屬的個人名片來介紹自己，很新奇。 2. 手作晴天娃娃的穿針引線有團員的協助完成，有拉近友誼的感覺。 3. 看到自己比較不一樣的地方。 4. 有便當吃覺得很不錯，不用跑去買東西吃，增加染疫的風險。 5. SWOT 的表單，在生活上很實用。							
具體成效	一、質性成效 1. 團員瞭解自己的能力、價值觀與特質。 2. 團員學習勇於發揮個人的優點，建立自信與肯定自我的價值。 二、量化成果(包括滿意度調查) 1. 本活動共有參加人數，合計28人次（6位學生及1位行政人員）。 2. 整體滿意度達4.9分(滿分5分)。							
檢討與建議	1. 本次團體招募與進行的當下，適逢新冠肺炎大流行，團員人數未如預期，因應策略:公告招募的時間應該更加提早，範圍再擴及各學系多元管道並行。 2. 學生在團體互動中，感受到被關照，發展出自信更能覺察探索自我，吸收課程以外的內涵，有助益整個學習的態度，建議可以持續辦理。							
滿意度調查	〈1~5表示程度由低至高〉		非常同意	同意	無意見	不同意	非常不同意	
			5	4	3	2	1	
	1. 在團體中，我覺得輕鬆自在。		100%	0%	0%	0%	0%	
	2. 在團體中，我能勇敢表達自己的想法。		100%	10%	0%	0%	0%	
	3. 在團體中，我學習溝通、肯定自我的價值。		100%	0%	0%	0%	0%	
	4. 我學會能專注傾聽他人的分享。		100 %	0%	0%	0%	0%	
	5. 與人互動時，我會體察別人的感受與想法。		83%	17%	0%	0%	0%	
	6. 我覺察到自己的價值觀。		100%	0%	0%	0%	0%	
	7. 我學會更能接納自己的不完美。		83%	0%	17%	0%	0%	
	8. 我可以欣賞自己的特質。		100%	0%	0%	0%	0%	
	9. 我將在團體中所學應用於生活中。		100%	0%	0%	0%	0%	
	10. 我願意尊重每位成員的秘密，並永遠保密。		100%	0%	0%	0%	0%	

活動照片  
/ 至少 6 張



【講師活動簽到】



【團員自製個人專屬名片做自我介紹】



【團員參與趣味的心理測驗】



【團員使用牌卡探索自我】



【團員運用特質尋寶單覺察自我】



【團員自製專屬的吉祥物-晴天娃娃】