

輔英科技大學 學生輔導工作活動成果報告表

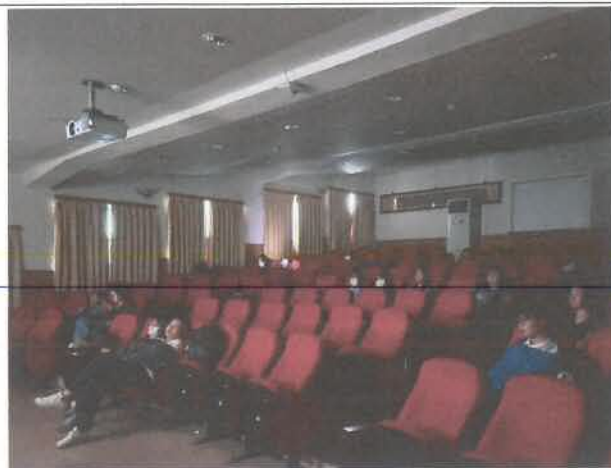
活動名稱	心理健康促進影展——抓狂管訓班										管制表 編號	223.04					整體 滿意度	4.63									
承辦單位	學務處諮商輔導中心					活動時間					113.05.15					活動地點					B211人文視聽教室						
經費支出	☒ 學輔專帳										學輔專帳					配合款：7,042											
	☐ 其他來源：										支出金額					補助款：											
參加對象人數	護理系所	護理科	健管系	助產系	高長系	醫技系所	醫技科	物治系	保營系所	健美系	環工系所	職安系	化材系	生技系所	資料管系	休憩系	幼保系	應外系	應外科	其他學術單位	行政單位	生理男性小計	生理女性小計	參加人數 總計 28 人			
教師																								合計	合計	合計	
職員																				3	2	1	3	3	3	3	
學生(非弱勢)	2	5	2					8		6									1		6	18	24	24	24	24	
弱勢學生																											
幹部																											
校外學生																											
校外人士(含社區居民)																			1			1	1				
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								4				3											
活動目標	透過電影賞析，將心理健康理念融入學生個人生活中，使學生能提升自我覺察，了解自我照顧之重要性，進而促進身心健康，培養教職員生的健康生活型態。																										
活動內容 (具體辦理事項)	將透過影片播放及與講師互動討論的方式，活動流程前半段會播放影片，後半段影片播放結束後，講師會引導學生討論影片中情緒相關議題，激盪學生思考，促使學生反思情緒的覺察與調適，並現場練習、彼此分享放鬆技巧。																										
	序次	時間			內容										主持人(主講人)					地點							
	1	13:00~13:05			報到										諮商輔導中心同仁					B211 人文 視聽教室							
	2	13:05~14:05			《抓狂管訓班》電影欣賞										陳儀芸 心理師												
3	14:10~15:00			講師帶領觀後討論										陳儀芸 心理師													
講座簡介	姓 名	陳儀芸										現 職	諮商心理師														
	重要經歷	正修科技大學 兼任講師 正向心理學中心 講師、顧問 高雄市諮商心理師公會 媒體與公共關係組 國立臺南大學諮商與輔導所 碩士 高雄醫學大學心理所應用組 碩士																									

ok

	講座內容簡述	前半場播放電影《抓狂管訓班》，講述男主角大偉因兒時遭到霸凌，長大後事事忍讓、不敢表達自我。某天在飛機上莫名遭到空姐誤會，不僅被告上法庭，還被要求接受情緒管理課程。授課醫師甚至搬進大偉家中，並要求他做出一連串古怪荒誕的練習。 當影片撥放結束後，講師請學生們針對影片內容反思，諸如主角一開始的壓抑是否代表情緒管理好？怎樣才算有在調適自己的情緒？之後帶領同學們進行放鬆練習，並以有獎徵答的方式，邀請同學分享自己的情緒調適方法。					
活動感言		1. 想多學習這方面的知識，謝謝 2. 覺得以後可以多辦 3. 空氣很差，很難呼吸，可以換大間一點的視聽教室 4. 講師講的很好 電影很好看 5. 老師可愛棒棒喜歡～					
具體成效		一、質性成效 1. 透過心理健康促進影展，使學生關注各式心理健康議題，提升自我覺察能力，能夠自我照顧、適時求助。 二、量性成效 1. 本活動共計28人參與，有91.7%參與者同意「參與本活動，讓我更了解情緒調適的重要性」；有91.6%參與者同意「參與本活動，讓我更重視心理健康」。					
檢討與建議		1. 本活動參與人數不如預期，經內部檢討，並檢視回饋單及導師轉知之同學回饋，活動辦理當天校內有多場活動同時辦理，影響同學參與意願，未來規劃辦理時可納入考量；此外，未來請活動承辦同仁把握宣傳時間，透過多元管道（如：輔導股長群組、學生會群組、社團群組…等）廣發宣傳，並即早與系科導師聯繫邀請宣傳合作，以達預期之人數。 2. 未來可於回饋單增列「從何處得知本活動」欄位，以掌握學生資訊管道，加強宣傳效果。 3. 有同學反應教室空調不佳，未來在選擇辦理地點時可稍加考量。					
滿意度調查			非常同意	同意	無意見	不同意	非常不同意
			5	4	3	2	1
1. 本次活動宣傳效果良好		62.5%	16.7%	20.8%	0%	0%	
2. 本次活動時間安排恰當		66.7%	25%	4.2%	4.2%	0%	
3. 本次活動地點安排恰當		75%	8.3%	12.5%	4.2%	0%	
4. 本次講師講課整體表現良好		75%	16.7%	4.2%	4.2%	0%	
5. 參與本活動，讓我更了解情緒調適的重要性		75%	16.7%	8.3%	0%	0%	
6. 參與本活動，讓我更重視心理健康		70.8%	20.8%	8.3%	0%	0%	
7. 整體而言，我對本活動感到滿意		75%	12.5%	12.5%	0%	0%	
活動照片／至少6張							
	【學務長致詞】		【學務長頒發感謝狀】				



【心理師介紹電影】



【同學觀看電影】



【心理師帶領討論】



【有獎徵答】