

## 輔英科技大學學輔活動成果報告表

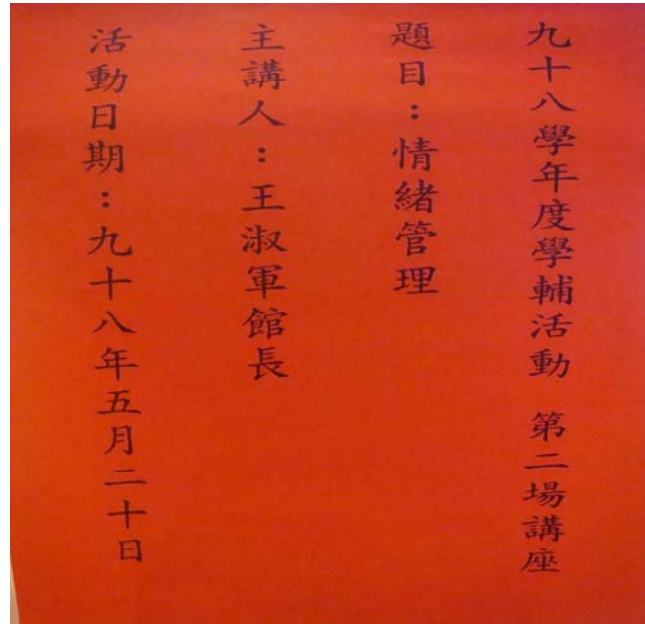
活動名稱		(98)年度學輔活動—「第一場：情緒管理」										活動時間		98年5月20日															
承辦單位		資訊科技學位學程										活動地點		B312(視聽教室)															
經費支出		<input checked="" type="checkbox"/> 學輔專帳      活動編號：第 22503 <input type="checkbox"/> 其他來源：										支出金額		補助款： 配合款：\$1,600															
參加對象人數	護理學院	護理系	護理科	護管系	助產系	老照學程	長照學程	醫健學院	醫技系	醫技科	物治系	保營系	健美學程	環生學院	環工系	職安系	化材系	生技系	環院學士班	人管學院	資管系	健管系	幼保系	應外系	應外科	資科學程	校外人士	合計	
教師																										1	1		
學生																										27	27		
幹部																													
合計																										28	28		
活動內容		<ul style="list-style-type: none"> <li>人生有很多選擇</li> <li>你快樂嗎？</li> <li>快樂製造良方</li> <li>生活態度</li> <li>有感知的水</li> <li>情緒管理的第一帖良方</li> <li>情緒管理的第二帖良方</li> <li>情緒管理的第三帖良方</li> <li>情緒管理的第四帖良方</li> <li>情緒管理的第五帖良方</li> <li>如何調整情緒</li> <li>選擇學習和行動</li> <li>生理回饋器在情緒管理的應用</li> <li>放鬆與自我催眠</li> </ul>																											
講座簡		姓名：王淑軍														<ul style="list-style-type: none"> <li>現職：輔英科技大學資訊管理系副教授</li> <li>輔英科技大學圖書館館長</li> </ul>													
		學歷：英國 克蘭費爾大學 應用計算與數學系 博士																											

介	<p><b>經歷：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 輔英科技大學資訊管理系副教授</li> <li>● 輔英科技大學圖書館館長</li> <li>● 輔英科技大學應用外語系 系主任</li> <li>● 輔英科技大學資訊管理系 系主任</li> <li>● 輔英科大諮商輔導中心兼任教師</li> </ul>
	其他：
活動感言	<p>在課程中說明情緒與信念之間的關係，並作催眠技巧的示範及放鬆觀念的講述〈負面的情緒往往來自於固著的信念，體驗「鬆」的重要性及影響力〉。</p>
具體成果	<p>藉由課程能夠了解信念與情緒的關聯，並學習放鬆信念進而調整情緒。</p>
檢討建議	<p><b>【請就本活動是否達到預期學輔成效簡述之】</b></p> <p>本次研討會舉辦時間：98 年 5 月 20 日(星期三)10：00-11：30，地點：視廳教室(B312)，由資訊科技學位學程主辦，計有一場專題演講，就「情緒管理」領域熱烈討論，過程圓滿順利，達到輔導學生進行學習與生涯規劃，以提昇學生之就業競爭力目的。</p>

## 活動照片集錦

(至少四張，加文字說明)

(圖一 講座海報)



(圖二)王淑軍館長專題演講



(圖三 用心聆聽、全神貫注)



(圖四 現場示範—放鬆與自我催眠)

