

國立臺灣海洋大學學生事務處諮輔組資源教室成果彙報表

活動名稱	「牌」卡「桌」遊上摸生涯－ 生涯探索團體 輔導活動	辦理日期	107 年 5 月 2 日、5 月 9 日、5 月 23 日、 5 月 30 日、6 月 6 日
主辦單位	海洋大學諮商 輔導組資源教室	協辦單位	教務處教學中心
活動經費	28,022 元	經費來源	教育部補助 106 學 年度大學校院弱勢 學生學習輔導補助 計畫(起飛計畫)經 費

活動要點摘錄

壹、活動目的：

- (一)協助學生進行自我探索，增進自我了解。
- (二)協助學生能夠更具體清晰地看見內在感受。
- (三)運用自己的創造力和天賦，嘗試表達自己的夢想與期望。

貳、活動內容：

- (一)日期：107 年 5 月 2 日、5 月 9 日、5 月 23 日、5 月 30 日、6 月 6 日
- (二)時間：18:00-20:30，共 5 次，合計 12.5 小時。
- (三)地點：諮商輔導組團體輔導室
- (四)團體領導者：王雅涵 諮商心理師

參、回饋表統計資料

- (一)本次活動參與人數:5 人
- (二)回收問卷:5 份
 - (1)活動整體滿意度：85%
 - (2)本次活動，還帶給您哪些收穫？
 - 1. 很棒。
 - 2. 認識很多桌遊。
 - 3. 團隊合作。
 - (3)對於日後舉辦活動，你有哪些建議或是想參加的主題？
 - 1. 無。
 - (4)其他建議
 - 1. 無。

肆、結語

本次活動先以各式桌遊做為媒材，藉以了解參與學生近期之身心狀態與大

學生涯期待，迅速提升團體凝聚力及相互認識了解。持續透過桌遊進行過程發現自我的情緒及身心狀態，並學習團隊合作，以不同角度認識自我，探索自我內在感受，並開始與自我對話。

最後，有關生涯規畫的認識與討論，則透過輔導媒材，進行深度對話，透過媒材提問的設計，提供參與學生全新的想像與思考方向，以及透過更多的討論與分享看見不同的可能。

檢討與改進

壹、本次活動僅開放 6~8 名資源教室學生參與，報名人數 5 位；未來將持續推廣活動，並開放備取名額，以利提升活動成效。

貳、本次活動協同教務處教學中心共同規劃辦理，為來將持續籌辦相關活動繼續辦理。

參、以桌遊為團體媒材深受學生喜愛，未來將繼續融合輔導相關媒材規劃辦理。

肆、期望透過多元豐富之輔導活動，促進本校學生身心健康。

活動照片

