

國立臺灣海洋大學 110 學年度第 2 學期全校導師座談會會議紀錄

紀錄：陳羽宣

日期：111 年 4 月 21 日（星期四）中午 12 時 10 分

地點：採用 Microsoft Teams 線上視訊會議。

主題：「校園常見精神疾病－憂鬱症與躁鬱症之辨識與輔導」

主席：許校長泰文

出席人員：詳如簽到表(附件 5)

壹、校長致詞

各位線上的導師們午安，感謝各位撥冗參與此次的座談會。

會議開始前，還是要提醒我們老師，因為現在疫情的關係，所以要請我們老師儘量避免參與一些非必要的大型實體活動，特別是有餐敘的場合，往往是防疫破口，總之我們自身的防疫一定要做好，除了保護家人也保護我們的學生；學生方面，請老師協助學校向我們的學生宣導，防疫工作需要全體師生同仁齊心配合。學校在依循最新國家方針的同時，也會確保多數師生之正常生活與受教權。

今天的會議主題是「校園常見精神疾病－憂鬱症與躁鬱症之辨識與輔導」這二種症狀在當代愈來愈常見，一般而言，學生如果是先天遺傳，就會有醫院的診斷證明，學校就能給予協助及關懷；然而當代的大學生，除了面臨求學及就業的雙重壓力，還有各種人際關係網絡要建立，後天才患得此生理疾病，也不在少數。因此需要仰賴我們導師，在透過與學生接觸的過程中，簡單的觀察學生的行為表現，從中瞭解學生的生活適應及可能的潛在危機，並與學校各相關單位(如校安中心的教官及諮商輔導組的心理師)聯繫或是鼓勵同學主動尋求諮商輔導、心理治療或是就醫治療；若學生願意，老師可將其轉介至學務處的諮商輔導組，由專業心理師與學生進行晤談。

雖然我們導師不像專業的醫事人員，可以辨識學生患得的精神疾病來給予最合適的幫助，但最通用的一種作法，就是傾聽與陪伴，讓我們學生陷入精神疾病無法走出來時能夠有所依靠。另外我們導師平時應該多瞭解有關於精神疾病的相關知識，才能在面臨此種狀況時有效給予學生協助。我們海大除了著重在培養未來社會的優秀人才，也強調我們學生身、心、靈三方面的健康發展，這點再請我們的導師共同協助。最後再次感謝在線上的導師們的與會。

貳、學生事務處事項宣導

參、主題：「校園常見精神疾病－憂鬱症與躁鬱症之辨識與輔導」(附件 2)

肆、雙向溝通

【校長】

導師相當辛苦，但也希望我們導師與我們學生多加接觸，注意我們學生睡眠的部分，像是睡不好或者是晚睡，就容易影響情緒，這部分再請導師多加關心；至於學業上的壓力，我們有預警系統，現在學生抗壓性普遍較低，請導師再多給予一些支持與鼓勵，如果有科目被當，學校有加強班、暑修或是延長時間把課修完，並沒有嚴厲二一退學的機制，請老師向學生宣傳。

【海洋環境資訊系曹俊和老師】

目前班上有女同學反應，其租屋於祥豐街一帶，學校生科院至漁學館一直到海大附中的路燈很少，晚上走路行徑，有安全上的疑慮，學校是否能有一些改善的方案，來提升明亮度。

【校長】

這部分我也深有同感，第一，行車安全問題；第二，容易引起我們同學心理的恐慌，尤其是女同學。請學務處再聯繫一下總務處內的相關單位，這部分一定要立即改善。謝謝曹老師提出這個問題。

【食品科學系吳彰哲老師】

目前擔任大一班級導師，有女同學反應女一舍連日下雨導致牆壁有壁癌，到了夏天也常有蟲子出現，學校能否協助改善。

【校長】

學校宿舍一直以來是歷任校長都非常重視的問題，對於彰哲老師說的壁癌等問題或是設施都要再補強，暑假的時候也要進行通盤的勘查並檢討，以專案的方式處理，該改善的地方請學務處予以改善。

【學務處鄭學淵學務長】

跟校長及各位老師們報告，我們已排定於暑假進行宿舍外面及牆壁的整修，確實女一宿較為老舊，在總務處的支持與協助下，也持續在進行維護及保養當中。

【校長】

女一舍已經專簽通過，所以暑假一定要來把這些問題解決，至於其他宿舍，要再持續勘查，針對有必要的，分階段來處理。

伍、散會（13：10）