

國立臺灣海洋大學 100 學年度第 2 學期全校導師座談會會議紀錄

主席：張副校長志清

記錄：黃肇莉

主題：「迷惘，迷網—談時間規劃與網路沉迷」

時間：101 年 04 月 19 日（星期四）12:00-12:55

地點：學生活動中心三樓展演廳

出席人員：詳如簽到表

壹、學務處報告

以服務為本質的學務工作（附件 1）。

貳、諮輔組報告

大學生網路沉迷現況與對策（附件 2）。

參、張副校長致詞

林副校長、教務長、學務長、副學務長及各位導師：大家午安！今日因校長在立法院備詢，由本人代理主持，非常感謝大家參與本次導師座談會。

在大學校園中，導師是學生的經師兼人師，在教學研究之餘，又兼負教導、引導及輔導的責任於一身，責任重大且意義非凡；惟本校之導師與導生比約為 1：25，可謂肩負重擔。而老師與學生間，因不同的成長環境與學習背景，確實會有代溝，如能將學生視為自己的兒女，並以自己的專業素養及經驗，與學生多接觸、瞭解、關切、協助及互動，如此，學生在遭遇困擾時，因信賴導師才會向導師尋求協助，方能落實校園心理衛生三級預防。

本次座談會之主題為目前最熱門的「網路沉迷」，事實上網路應用是種技巧，過於沉迷不僅影響生活作息與健康生理，且會影響正常社交與人際關係。導師如能藉由教學與關懷，同理的傾聽並確認學生的困難，便能協助學生對抗網路誘惑。

本學期學務處辦理「微笑禮貌運動」；微笑是好的開始，在校園裏不僅增進師生及同儕間的情感，將來就業時，亦能在專業知識表現之外，為自己提昇人際關係，並有助於職場競爭；而同學在使用公共空間如餐廳時，應學會自律，勿大聲喧嘩，這是基

本禮儀，也煩請導師們列入輔導學生的重點。

本校大陸交換學生逐年增加，請導師適時給予關懷、妥善安排學伴並邀請他們參加校園或班級活動，以建立陸生學習與生活之適應。如此，除能建構安全友善之校園與學習環境外，俟他們回國後，亦能傳播本國的文化及風俗民情，是一種很好的國民外交。

肆、案例分享（附件 3）

1. 生涯規劃（現況分析與諮輔資源/陳怡君諮商輔導師）
2. 網路沉迷（現況、協助與諮商/張湏琬諮商輔導師）
3. 時間控管（統計數據與現況說明/郭淑君諮商輔導師）

伍、綜合座談

【張副校長】

謝謝學務長安排如此有意義的座談會，也謝謝三位心理師的簡報。請學務處將此次的簡報檔提供導師參考；也請導師們踴躍表達您的建議。

【機械系鄭主任】

中正大學有部學生創作影片，此影片首先是描述 4 人在玩連線線上遊戲，鏡頭一轉，出現「人生到底有何意義？」的省目標題。不論是時間管理或是網路沉迷，不應只是開座談會、發傳單或耳提面命就能達到效果，可以徵求創作，用學生的語言在他們彼此間傳播，以為激勵與自律。

【張副校長】

謝謝鄭主任。此種創作可為教學或心理輔導的種子，請學務長列入考量，並由處內相關單位協助辦理。

陸、散會（12：55）