

國立臺灣海洋大學學生事務處諮商輔導組活動成果彙報表

活動名稱	自我探索工作坊—小小說書人	辦理日期	106年1月19日 09:10-16:00
主辦單位	海洋大學諮商輔導組	協辦單位	
活動經費	0元	經費來源	學務處業務費

活動要點摘錄

一、活動目標

協助成員們回顧過往經驗，整合形塑自我概念，並探索未來生涯規劃。

二、團體內容摘要

暖身：

1. 成員們簡單自我介紹並說明參與動機。
2. 訂定團體規範。

活動：

1. 認識說書人：成員們熟悉說書人的遊戲規則並玩二～三輪。
2. 見習說書人：成員們試著帶入自己的生命經驗，成為說書人遊戲中的題目，並在公佈答案時，說明自己投射的內容，並進行三輪。
3. 成為說書人：指導成員們製作自己的生命卷軸，並於大團體內分享自己的重要經驗。
4. 未來說書人：透過幻遊方式，引領成員們想像自己20年後的生活。並將最深刻的一幕，畫在圖畫紙上。
5. 回顧說書人：成員們回到大團體分享心得並填寫回饋單

三、活動人次與回饋調查

- 參加學生人次：7人次
- 回饋調查：填寫回饋單者人。

		非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1	您對活動的滿意度	86%	14%	0%	0%	0%
2	您對領導者的表達能力感到滿意	86%	14%	0%	0%	0%
3	您對領導者的現場氣氛掌握感到滿意	71%	29%	0%	0%	0%

4	您瞭解本次活動的內容	86%	14%	0%	0%	0%
5	您對本次活動安排感到滿意	86%	14%	0%	0%	0%
6	您對本次活動整體感到滿意	86%	14%	0%	0%	0%

一、對團體的期待與建議？

1. 老師聲音太小
2. 休息時間可以多一點，可以沉澱一下

二、未來有類似活動，希望的主題是？

1. 感情
2. 和朋友的互動
3. 人際
4. 異性相處
5. 自我探索、自我肯定
6. 同性戀

三、想說的話

1. 好玩
2. 很有趣很棒
3. 由淺入深的探索自我，聽聽別人想法，自己也有另一種想法
4. 有意義

四、印象深刻的內容

1. 要說自己的故事很害羞
2. 大家的故事都很有趣
3. 生命捲軸分享

未來改進意見

若要使每個人充分分享自己的經驗，需要調整活動時間或是再減少團體的成員。

活動照片



承辦人		單位主管		學務長	