



110學年大一新生導師座談會 大一學習促進課程介紹

報告人：姚文婷、許雁婷 心理師





課程宗旨

協助新生海大生活定向，並預備所需具備的能力

— 軟實力培養

人際關係、團隊合作、身心健康的
照護與經營等

— 硬實力深耕

學習資源、學習環境、自我經營
方式等





大學生活博覽

- **圖資處：開啟圖書館的旅程－認識圖書館**
圖書館資源簡介及圖書館線上資源導覽(非同步遠距教學)
- **諮輔組：心理測驗如是說**
新生心理健康測驗施測、解測，協助大一新生了解自身適應情形(同步或非同步遠距教學)
- **實就組：未來何趣何從－職涯發展探索與規劃**
團體諮詢方式進行，協助學生了解學校資源，主動利用資源並規劃自己的大學生涯(同步遠距教學)



活動訊息

□ 對象

全體大一新生

□ 時間

各系時間不同，活動前告知助教
“大一學習促進課程表”公告於諮輔組網頁
心理測驗如是說**同步視訊**之班級

系班別	時間	活動地點/方式
海洋生技系	110/09/29(三) 10:20-11:10	同步視訊
海洋經營管理系	110/09/28(二) 12:10-13:00	同步視訊
造船系	110/09/27(一) 13:10-14:00	同步視訊
文創系	110/09/28(二) 14:00-15:00	同步視訊





活動訊息



國立臺灣海洋大學
學生事務處

首頁 網站導覽 海大首頁 EPL 搜尋

學務處簡介 學務長簡介 會議資訊 成員職掌 活動成果 SOP 單位連結 學生手冊 法令規章

諮商輔導組

- 本組首頁
- 簡介 >>
- 服務項目 >>
- 會議紀錄 >>
- 資源教室 >>
- 活動成果
- 班級導師 >>
- 小太陽志工團 >>
- 輔導委員 >>
- 性別平等專區 >>
- 諮商輔導組SOP
- 班會相關事項 >>
- 品德教育專區 >>
- 法規專區 >>
- 表格下載
- 大一學促**

首頁 / 諮輔組

諮輔組



2020年從年初的疫情、綿延不斷的森林大火，再到許多人的離去，相信這些令人措手不及的事件或多或少會對生活造成影響，也可能因為這些事件讓你想起了類似的經驗與感受，使得身心出現跟平時不一樣的狀態，例如食慾不振、睡不安穩...等，這個時候會更需要好好地安頓自己，不妨試著這麼做：找個讓自己安心的地方、做喜歡的事、維持原本的作息、找個信任的對象談談這段期間的感受。

無論你正在經歷什麼，當你覺得情緒低落、深陷谷底時，請不要忘了還有我們在你身邊，我們一直都在。

[諮商輔導組]最新公告

諮商輔導組 個別諮商服務暫停到110.9.23(更新)

【防疫安心資源】一直防疫，守護你我。

【公告】109學年度優良、傑出導師及推動導師業務優良單位推薦名單】



大一學促課程表

110學年大一學習促進課程表

學院	系班別	時間	地點/方式	承辦單位
生科院	海洋生技系	110/09/29(三) 10:20-11:10	同步視訊	諮輔組
		110/09/29(三) 11:15-12:05	同步視訊	實就組
		學生自行觀看		諮輔組
	食科系A班	110/10/18(一) 16:00-17:00	人社院701	實就組
		學生自行觀看		諮輔組
	食科系B班	110/10/18(一) 16:00-17:00	人社院702	實就組
		學生自行觀看		諮輔組
	食科系進修部	學生自行觀看		諮輔組
	養殖系A班	110/10/07(四) 13:10-14:00	同步視訊	實就組
	養殖系B班	110/10/05(二) 15:10-16:00	同步視訊	實就組
生科系		學生自行觀看		諮輔組
	110/10/26(二) 17:30-18:20	綜合二館304	實就組	
電資學院	電機系A班	學生自行觀看		諮輔組
	電機系B班	110/09/30(四) 15:00-16:00	同步視訊	實就組
		學生自行觀看		諮輔組
	資工系A班	110/10/07(四) 11:15-12:05	同步視訊	實就組
		學生自行觀看		諮輔組
	資工系B班	110/09/27(一) 16:20-17:10	同步視訊	實就組
		學生自行觀看		諮輔組
	通訊系	110/10/08(五) 16:00-17:00	同步視訊	實就組
		學生自行觀看		諮輔組
	光電系	110/10/4(一) 16:10-17:00	同步視訊	實就組
海資院	環漁系	110/09/30(四) 08:20-9:20	非同步遠距	諮輔組
		110/09/30(四) 9:20-10:10	同步視訊	實就組
	海洋系	學生自行觀看		諮輔組
人社院	文創系	110/09/28(二) 14:00	同步視訊	諮輔組
		110/09/29(三) 11:00	同步視訊	實就組
	觀光系	學生自行觀看		諮輔組
海洋法政學院		110/09/27(一) 14:00	同步視訊	實就組
	法政系	學生自行觀看		諮輔組
		110/9/30(四) 16:00	同步視訊	實就組

110學年大一學習促進課程表

學院	系班別	時間	地點/方式	承辦單位
海運學院	海洋經營管理系	110/09/28(二) 12:10-13:00	同步視訊	諮輔組
		110/10/05(二) 12:10-13:00	同步視訊	實就組
		學生自行觀看		諮輔組
	商船系A班	110/10/7(四) 16:55-18:00	同步視訊	實就組
		學生自行觀看		諮輔組
	商船系B班	110/10/5(二) 16:55-18:00	同步視訊	實就組
		學生自行觀看		諮輔組
	商船學士後	學生自行觀看		諮輔組
	航管系A班	110/09/29(三) 15:00-16:00	非同步遠距	諮輔組
	航管系B班	110/09/29(三) 16:00-17:00	同步視訊	實就組
	航管系進修部	學生自行觀看		諮輔組
	運輸系A班	學生自行觀看		諮輔組
		110/09/29(三) 17:05-18:00	同步視訊	實就組
	運輸系B班	學生自行觀看		諮輔組
		110/09/29(三) 16:05-17:05	同步視訊	實就組
輪機系能源組		學生自行觀看		諮輔組
	110/10/13(三) 16:00-17:00	延平技術大樓101	實就組	
		學生自行觀看		諮輔組
輪機系動力組	110/10/12(二) 16:00-17:00	延平技術大樓110	實就組	
	學生自行觀看		諮輔組	
輪機學士後	學生自行觀看		諮輔組	
工學院	海洋工程科技系	學生自行觀看		諮輔組
		110/09/29(三) 17:00-18:00	同步視訊	實就組
	機械系A班	學生自行觀看		諮輔組
		110/10/05(二) 16:05-17:00	同步視訊	實就組
	機械系B班	學生自行觀看		諮輔組
	110/10/05(二) 13:10-14:00	同步視訊	實就組	
造船系		110/09/27(一) 13:10-14:00	同步視訊	諮輔組
		110/10/04(一) 13:10-14:00	同步視訊	實就組
河工系AB班		學生自行觀看		諮輔組
		110/10/7(四) 13:10-14:00	同步視訊	實就組



大一學促 - 諮輔組

□ 目的

針對大一新生進行心理測驗篩檢與追蹤關懷
以盡早發掘需要協助的學生

□ 程序

9/13-14
施測

心理健康
測驗

心理測驗
如是說

9/14~10/30
解測

期中考前
所有名單

12月初
陸續通知
需協助關懷對象

系助教
導師
系主任
院長



大一學促-導師協助事項

- 請導師協助**宣導**、**鼓勵**學生參與各單位活動
- 儘可能不要調課、安排活動於各系**學促活動時間**
- 測驗反映**作測驗前後一個月左右**的狀態，學生適應情形可能隨不同階段狀態有所不同





大一新生高關懷 - 諮輔組

□ 諮輔組關懷

1. 高關懷群：

新生在總量表或自傷意念分量表百分等級90以上
(**紅燈**)。

2. 由諮輔組心理師以電話、面談進行初步關懷。

3. 安排諮商、持續追蹤。



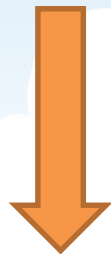


導師協助事項-大一新生高關懷

□ 導師會收到的名單：

◆ 期中考前收到所有名單

(諮輔組關懷)



為避免同時多人關心造成學生壓力，12月前請導師以觀察為主，轉介為輔，需要時歡迎與本組聯繫。

◆ 12月收到需協助關懷名單(需要導師協助)

□ 需要導師協助的狀況

1. 多次聯繫未上。
2. 初步關懷後認為須進一步了解其日常生活，持續追蹤。



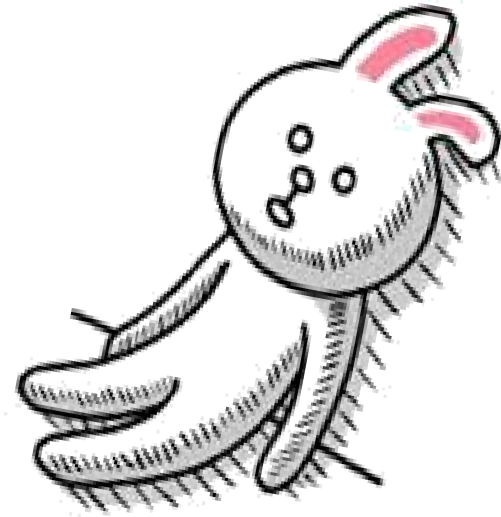
導師協助事項-大一新生高關懷

□ 可以怎麼進行？

1. 從學生人際、居住、修課與生活適應等面向進行關懷。
2. 小技巧
 - 時機：約談、下課時間、導聚、班會等
 - 觀察與關懷生活各面向
(如：觀察學生出席情形、與同儕的互動等)
 - 學校有什麼資源可以提供協助

□ 學生適應問題

- 同儕相處、歸屬感
- 課業、學習的問題
- 生活適應的壓力(不了解學校環境與資源)
- 心理調適議題





導師協助事項-大一新生高關懷

12月收到諮輔組聯繫狀況及需

□ 紙本資料

1. 需協助關懷名單
2. 量表分數說明單
3. 關懷方式建議表
4. 系所晤談紀錄表(需繳回)

□ 後續處理

1. 填寫系所晤談紀錄表
2. 轉知所屬系主任、院長知悉
3. 期間如有任何問題，可隨時

——— 學年度 系所晤談紀錄表

系級	姓名	學號		
日期	___年___月___日	時間	___時___分至 ___時___分	地點
*可關懷其目前居住狀況、學業狀況、生活適應狀況(吃、住、身體狀況及心情平穩狀況)、人際狀況(同班同學、室友、社團、要好朋友)。				
導師	關懷紀錄	核章：_____		
	整體適應評估	<input type="checkbox"/> A.狀況良好，不需追蹤 <input type="checkbox"/> B.學生狀況仍不清楚，需持續追蹤觀察 <input type="checkbox"/> C.狀況不佳，應須： <input type="checkbox"/> a.導師持續關懷或教官生活輔導(有生活或學習問題) <input type="checkbox"/> b.諮商輔導師個別諮商(有情緒或人際問題) <input type="checkbox"/> c.精神科就診(有精神障礙問題，可與諮商輔導師討論) <input type="checkbox"/> d.聯繫家屬(有系統聯繫的需求，可與諮商輔導師討論)		
系主任(所長)	關懷紀錄	核章：_____		
	整體適應評估	<input type="checkbox"/> A.狀況良好，不需追蹤 <input type="checkbox"/> B.學生狀況仍不清楚，需持續追蹤觀察 <input type="checkbox"/> C.狀況不佳，應須： <input type="checkbox"/> a.導師持續關懷或教官生活輔導(有生活或學習問題) <input type="checkbox"/> b.諮商輔導師個別諮商(有情緒或人際問題) <input type="checkbox"/> c.精神科就診(有精神障礙問題，可與諮商輔導師討論) <input type="checkbox"/> d.聯繫家屬(有系統聯繫的需求，可與諮商輔導師討論)		
備註				
院長核章：_____				

奉核後，請以紙本密件或電子檔寄至諮商輔導組承辦人。

承辦人：許雁婷 諮商輔導師

分機：1500

e-mail：jhjhs10835@ntou.edu.tw



諮商預約

諮商輔導組

首頁 / 諮輔組

本組首頁

簡介 >>

服務項目 >>

會議記錄 >>

資源教室 >>

活動成果 >>

班級導師 >>

小太陽志工團 >>

輔導股長 >>

性別平等專區 >>

諮商輔導組SOP

諮輔組

個別諮商

團體諮商/工作

心理測驗

班級輔導

教職員轉介

帳號密碼與教學
務系統相同唷~

會心微笑
諮商關懷系統

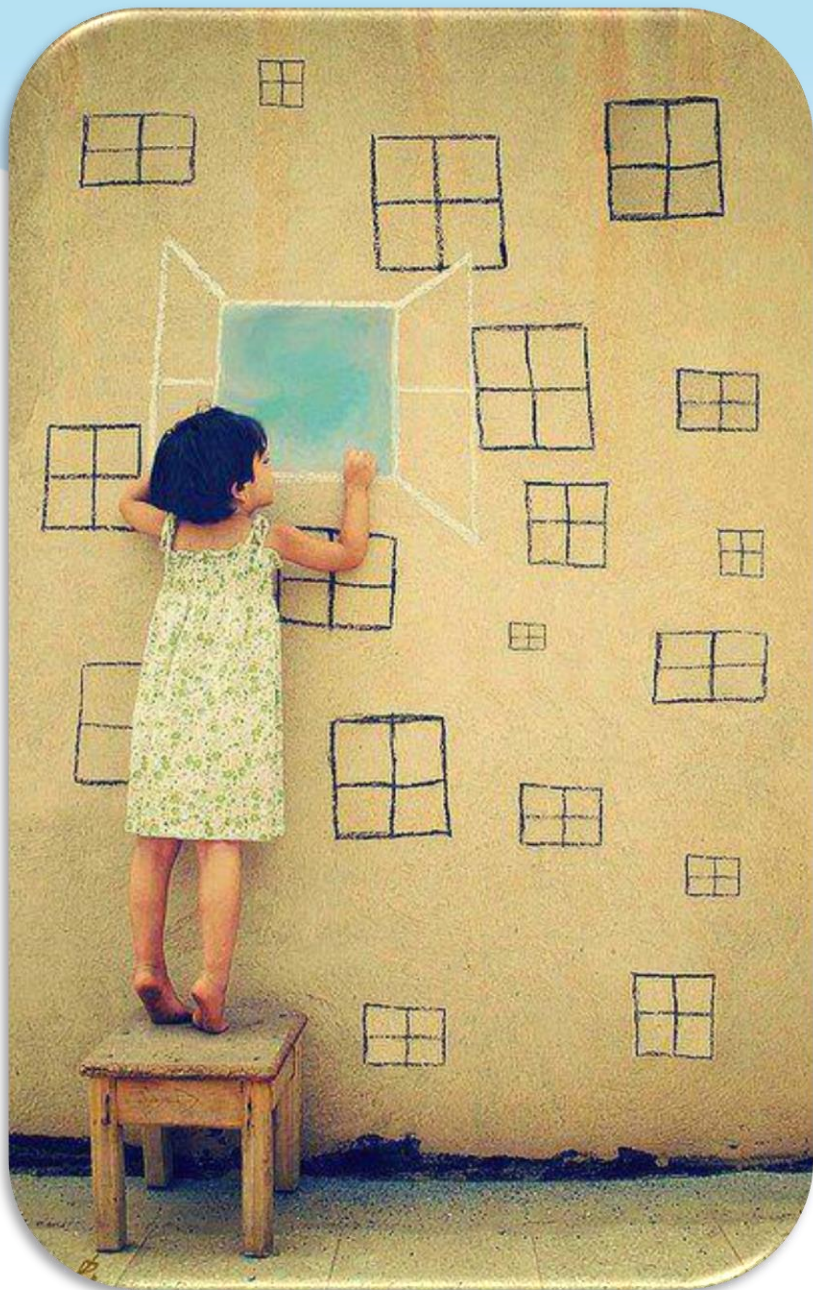
Smile Care
Counseling And Care Service System

歡迎登入 WELCOME LOGIN

帳號	<input type="text"/>
密碼	<input type="password"/>
驗證碼	<input type="text" value="265718"/>

登入





感謝導師們的協助

若有任何問題歡迎隨時與諮
輔組聯繫 ☺

電資學院

郭淑君心理師 #1199

海運學院、海洋法政學院

姚文婷心理師 #1196

工學院

吳佳娟心理師 #1208

生科院

李靜婷心理師#1198

人社院、海資院

許雁婷心理師 #1500

THANK YOU

A corkboard with a textured, light-brown surface. The words "THANK YOU" are arranged in two rows. The top row contains the letters T, H, A, N, K. The bottom row contains the letters Y, O, U. Each letter is on a small, rectangular card of a different color, and each card is pinned to the corkboard with a circular pushpin of the same color. The letters are: T (white card, blue pin), H (white card, red pin), A (blue card, yellow pin), N (orange card, blue pin), K (blue card, yellow pin), Y (white card, green pin), O (white card, red pin), U (blue card, green pin).