

# 國立東華大學 114 學年度第 1 學期第 1 次校務會議

## 心理諮商輔導中心 業務報告

報告人：徐中心主任偉庭 114.12.3

心理諮商輔導中心為增進本校學生及教職員心理生活能力以因應困難，設立諮商輔導組、預防推廣組與資源開發組三組分別處理相關業務。各組業務概況依次說明如下：

### 壹、諮商輔導組

心理輔導二級、三級預防工作：服務項目包含個別諮商、團體諮商及精神醫療聯結等。

#### 一、個別諮商

提供與專業心理師一對一晤談的個別諮商服務，協助學生認識自己，進而學習處理自己情緒或困擾。113 學年的諮商人次和人數如表一所示。

表一 諮商人次及人數表

諮商性質	113-1		113-2	
	人次	人數	人次	人數
諮商	1419	386	1567	439
合計	1419	386	1567	439

#### 二、團體諮商

舉辦各類成長團體，主題包含人際關係、兩性相處、自我探索、生涯規劃、時間管理、壓力調適、家庭議題、藝術治療等多元有趣的活動，在團體中可以探索自我，並透過成員彼此互動、經驗分享，相互支持與鼓勵，進而有所領悟與成長。

#### 三、精神醫療資源

中心例行會報提出高關懷個案之處遇及管理計畫，這些學生多具自我傷害的高風險因子，與其家庭關係、創傷經驗有關，或是情緒困擾不具病識感、遵從醫囑性低之（疑似）心理精神疾患。

中心邀請臺灣基督教門諾會醫療財團法人門諾醫院身心科李美瑩醫師擔任中心顧問醫師，如學生有需要可提供身心問題、症狀或用藥相關諮詢。

#### 四、院系心理師諮詢服務

建立各院系所與中心之聯絡窗口，提供老師、助理有關學生處遇、通報及轉介之諮詢服務，此外，院心理師得至院系會議簡介諮商中心服務或了解各院文化與需求，以利擬定符合各院系之心衛活動。

## 貳、預防推廣組

本中心致力於推動心理輔導初級預防工作，建構全面的校園心理健康支持網絡。為提升學生心理健康素養，我們透過舉辦多元的心理衛生推廣活動，例如電影賞析、性別平等、自傷防治、壓力紓壓、生涯探索等等動及班級座談等形式的講座與工作坊。為響應並支持學校推動的「學生跨領域自主學習」方針，本中心特別規劃「幸福學苑」系列課程，積極推展生命教育、性別平等與多元心理衛生課程，深化學生對內在自我與外在世界的連結。在支持系統的建構上，本中心積極推行導師制度與院心理師諮詢服務，並定期辦理導師知能研習活動，以強化校園第一線的關懷網絡。

### 一、辦理心理衛生相關活動

每學年透過辦理演講、工作坊等，提供心理健康的相關資訊及各式紓壓活動，以促進全校師生的心理健康。下表呈現本中心預防推廣在 113-2 學期的心理衛生活動。

日期	心理衛生活活動	活動類別	實際參與人數
2025/2/19	心理健康週	生命教育	32
2025/2/20	心理健康週	生命教育	33
2025/3/4	人際關係成長團體(1)	生命教育	6
25/3/6	電影賞析－解憂雜貨店	生命教育	23
25/3/7	我們與性別暴力的距離	情感與性平	72
25/3/7	面對校園性別事件之導師教戰守則	導師知能	29
2025/3/7	留學適合我嗎？	生涯	15
2025/3/8	外籍生活動：生命之樹-內外在資源探索整合工作坊 (Tree of Life - Life Exploring Workshop)	生命教育	13
2025/3/10	幸福學苑- What do you know about Self-harm and Suicide	生命教育	7
2025/3/11	人際關係成長團體(2)	生命教育	5
2025/3/13	心理健康關懷活動	生命教育	
25/3/15	親密關係工作坊：愛情裡的獨立與親密	情感與性平	11
2025/3/17	情緒成長與經驗性團體－1	情感與性平	6
2025/3/18	人際關係成長團體(3)	生命教育	5
2025/3/20	牌卡自我探索與成長團體(1)	生命教育	9
2025/3/24	情緒成長與經驗性團體－2	情感與性平	6
2025/3/25	人際關係成長團體(4)	生命教育	5
2025/3/27	牌卡自我探索與成長團體(2)	生命教育	9
2025/3/29	幸福學苑-職涯探索工作坊	生涯	
2025/3/31	情緒成長與經驗性團體－3	情感與性平	6

2025/4/1	人際關係成長團體(5)	生命教育	5
2025/4/8	人際關係成長團體(6)	生命教育	6
2025/4/10	牌卡自我探索與成長團體(3)	生命教育	9
2025/4/17	牌卡自我探索與成長團體(4)	生命教育	9
2025/4/18	園藝治療紓壓	導師知能	20
2025/4/21	情緒成長經驗性團體－4	情感與性平	6
2025/4/22	幸福學苑-身心靈療癒紓壓沐浴球製作體驗	情感與性平	19
2025/4/22	教職員紓壓-身心靈療癒紓壓去角質沐浴露體驗	其它	18
2025/4/23	幸福學苑：如果我的父母是控制狂	其它	17
2025/4/24	牌卡自我探索與成長團體(5)	生命教育	9
2025/4/26	自我探索與藝術工作坊-個人牌卡繪製	生涯	25
2025/4/26	明明不快樂，卻離不開？破解 PUA 迷思，找到愛的出口	情感與性平	11
2025/4/28	情緒成長經驗性團體－5	情感與性平	6
2025/4/28	與你同行-情緒轉化與同理心桌遊實作工作坊	生命教育	
2025/5/1	牌卡自我探索與成長團體(6)	生命教育	9
2025/5/5	情緒成長經驗性團體－6	情感與性平	6
2025/5/8	牌卡自我探索與成長團體(7)	生命教育	9
2025/5/8	幸福學苑講座-是 MBTI 決定你，或你讓 MBTI 定義自己	生命教育	19
2025/5/10	認識調香與紓壓實作-上午梯次教職員(15 人) 下午梯次學生場(15 人)	生涯	
2025/5/15	牌卡自我探索與成長團體(8)	生命教育	9
2025/5/17	幸福學苑活動-看見焦來我不怕不怕啦！	生命教育	5
2025/5/17	催眠體驗紓壓工作坊	生命教育	16
2025/5/17	外籍生工作坊-Creative Coping A Stress-Relief Workshop	生命教育	7
2025/5/21	電影賞析－壞教育	生涯	9
2025/05/24	生涯職涯-行銷人生模擬器：我適合哪個角色？	生涯	16

此外，下圖呈現本中心預防推廣組在 114-1 學期規劃（執行中）的心理衛生活動：

## 114-1 活動與講座

### 情感性平

繪出一片彩虹—多元性別繪圖工作坊 10/15 Wed 18:00-21:00

舒舒生活：學習怎麼和負面情緒共處 10/16 Thu 18:00-21:00

打開愛的邊界  
開啟式關係裡的同意與界線 11/13 Thu 18:00-21:00

談性說愛不羞恥—給2世代的性教育課程 11/10 Mon 18:30-20:30

身體的邊界、慾望的語言：積極同意實作坊 11/21 Fri 14:00-16:00

相愛容易相處難 11/22 Sat 10:00-12:00

Between Us A Body-based Journey Into Sensation, Boundaries & Intimacy  
Let your body speak what words can't—about love, fear, and connection 11/29 Sat 09:00-16:00

誰說我無辜？誰才最安撫！(A場)  
用社會心理學剖析網路中的性別對立 12/24 Wed 18:30-16:30

誰說我無辜？誰才最安撫！(B場)  
用社會心理學剖析網路中的性別對立 12/24 Wed 18:00-21:00

### 生涯探索&其他

從伴手禮到品牌力  
從指南裡學會的五件事 11/15 Sat 09:00-12:00

中華電信的公務人生 11/15 Sat 13:00-15:00

科技職涯更有效率，還是只是更焦慮？  
探索數位時代的壓力面 11/22 Sat 09:00-12:00

本來只想睡個10分鐘，結果睡了3小時  
資訊過載的時代，如何走出數位迷宮 11/22 Sat 14:00-17:00

不是醫生，也能治人  
一個堅強師生的正常人生 12/06 Sat 13:00-15:00

國立東華大學  
心理諮商輔導中心  
NCHU Psychological Counseling Center

### 生命教育

What do you know about Self-harm and Suicide  
How to help others 9/30 Tue 18:00-20:00

透過電影《夏日情情話》  
一起在關係裡修補彼此的語言 10/01 Wed 18:00-21:00

用藝術探索未知  
工作室三聯機 (Open Studio Process) 創作工作坊 10/02 Thu 18:00-21:00

看見希望：自殺防治從你開始 10/17 Fri 14:00-16:00

療癒經絡沐浴靈製作體驗 10/23 Thu 14:00-16:00

情緒不打結—情緒管理工作坊 11/08 Sat 09:00-12:00

釋放壓力小宇宙—解壓活動工作坊 11/08 Sat 13:30-16:30

你被雜亂壓垮了嗎？開啟整理超能力！ 11/25 Tue 18:00-20:00

哪裡是我的家？身體裡的方位辨識感  
漫談身心學 12/04 Thu 18:30-20:30

正念飲食好生活 12/06 Sat 09:00-12:00

電影賞析：總是有個人在愛你 12/17 Wed 18:00-21:00

茶道靜心體驗 12/19 Fri 10:00-12:00

森森的根——在自然長出自己的根  
rooting in the nature and be rooted (outdoor workshop) 12/20 Sat 09:00-17:00

### 諮商團體

無論多少成就都無法填滿的自卑  
習得者的自我探索團體 10/11 13:30-12:30

《把自己認回來》  
表達性藝術自我探索團體 10/11 13:30-12:30

10/13 20:27  
10/14 17:24  
10/15 08:08

10/21 20:28  
10/22 18:25  
10/23 08:08

各活動時間以最新公告為主  
活動資訊及報名詳情請參閱本中心網站或領域自主系統

## 二、製作心理衛教文宣品

本中心為增進校內師生心理健康，積極製作心理衛教文宣品，包含三折頁、貼紙、文具等，內容涵蓋壓力調適、情緒管理、人際關係、新生適應等議題。文宣品將於校園內心理諮商輔導中心與心理健康活動辦理場所發放，期望透過多元管道，將心理健康資訊傳遞給更多師生，提升校園整體的心理健康素養。

### WHAT IS MENTAL HEALTH?

NCHU Counseling Center

### What do we know about Self-harm and Suicide?

NCHU Counseling Center

### WHAT DO WE KNOW ABOUT SEXUAL HARASSMENT?

NCHU Counseling Center

### 人際關係QA小撇步

Q1. 想結束關係，但不敢主動和對方溝通怎麼辦？

Q2. 上了大學，要如何和以前的朋友維繫感情？

Q3. 想結束關係，但該怎麼辦？

Q4. 想結束關係，但該怎麼辦？

### 大學新生活 尋找朋友圈

大學新生活，尋找朋友圈

大學新生活，尋找朋友圈

### Step 3 壓力管理急救符

壓力管理急救符

壓力管理急救符

### 神經舒壓平安符

神經舒壓平安符

神經舒壓平安符

### 給新生的壓力救命急救符

給新生的壓力救命急救符

給新生的壓力救命急救符

## 三、推動導師業務

為促進導師輔導工作的彈性與有效性，並增加導師輔導之成效，中心設置導師制實施辦法，本學年度舉辦3場導師知能研習來提升導師辨識及關懷學生之輔導能力。為獎勵熱心奉獻、輔導績優之導師，訂定優良導師典範要點，並於113學年遴選出校級優良導師典範獲獎人計10位。

單 位	姓 名
材料科學與工程學系	陳怡嘉
電機工程學系	林群傑
會計學系	許芙瑄
社會學系	莊致嘉
諮商與臨床心理學系	黎士鳴
族群關係與文化學系	林素珍
幼兒教育學系	陳慧華
音樂學系	于汶蕙
自然資源與環境學系	楊悠娟
縱谷跨域書院學士學位學程	張蘭石

#### 四、規劃與設立多元紓壓空間

為從環境層面促進心理健康，本中心已成功申請並獲教育部核定通過114年「學美·耕心—大專校院輔導諮商空間改造計畫」，正式成為合作學校。此項計畫將與最佳方案室內裝修設計有限公司進行後續室內裝修工程，預計於115年7月完工。未來將透過此計畫，在校園內建置包含「療癒空間」與「寵物療育」等多元友善環境，提供師生一個能隨時放鬆、沉澱心靈的實體場域，從而將心理支持由單次活動延伸至日常空間，具體提升整體的校園幸福感。

### 參、資源開發組

本校依教育部補助大專校院招收及補助身心障礙學生實施要點設置資源教室，113學年度校內符合特殊教育資格之身心障礙在學學生共計135名，其中大學部115人，研究所20人。資源開發組提供本校身心障礙學生各項資源與相關支持服務，包含：

- ◆ 生活及課業輔導與服務
- ◆ 輔具與無障礙環境改善
- ◆ 就學及就業轉銜服務
- ◆ 資源教室學生學籍系統
- ◆ 諮詢服務等

透過各相關會議及活動辦理，協助學生適應校園生活，促進其發揮個人潛能，並順利完成學業。

#### 一、113學年度特殊教育學生分布情形

##### (一) 特殊教育學生類別：

本校的特殊教育學生人數共計 135 名，特教障別漸趨於集中，與他校數據類似，其中以自閉症學生最多，共計 51 人；學習障礙第二，為 34 人。

(二) 特殊教育學生學院分布情形

113 學年度校內各學院之特殊教育學生分布，以人文社會科學院最多，共計 50 人；第二為理工學院，共計 30 人。

二、113 學年度業務執行情形

(一) 輔導服務

1. 個別化支持計畫(ISP 個案會議)

根據特殊教育法第 35 條，以及特殊教育法施行細則第 11、12 條規定：高等教育階段之身心障礙教育，應符合學生需求，訂定個別化支持計畫，協助學生學習及發展；訂定時應邀請相關教學人員、行政人員、身心障礙學生本人、學生之法定代理人或實際照顧者參與。因此，資源教室每學期針對每位特殊生訂定個別化支持計畫。

2. 生活輔導與協助

(1)辦理特殊教育獎補助金之申請：113 學年共計 46 人申請，申請總額 798,000 元整。

(2)舉辦工作坊及社交活動：安排各項團體活動及義務服務活動共計 22 場，參與累計達 1,349 人次。

(3)提供圖書視聽資料之借閱：113 學年借閱共計 14 人次。

(4)提供器材設備之借用：113 學年借用共計 20 人次。

3. 課業輔導：包含同儕協助、課業輔導以及考試調整協助等服務如下：

(1)同儕協助：提供課業、活動、生活協助、電腦即時打字、筆記抄寫、手語翻譯、體育協助。以及資源教室輔導身障生之各項業務如教材複印、協助電腦使用、協助器材借用等協助服務。聘用協助同學數共計 120 人次，時數共計：3,046 小時。

(2)課業輔導：提供有學習需求之學生進行課後輔導，經審查會議通過後施行，共計有 15 人 29 科。

(3)協助教室調整及考試特殊需求(如：放大字體、電腦作答、延長時間)，共計 5 人次。

(二) 輔具申請與無障礙環境改善

資源教室協助學生申請輔具及輔具管理及維修，視障輔具和淡江視障資源中心合作，113 學年度共 3 人借用 6 件，主要以口袋型擴視機、文鎮型放大鏡為主；聽障輔具與高師大聽語所合作，113 學年度共 1 人借用 1 件，均為 FM 調頻輔具；肢障輔具與中山醫學大學合作，113 學年度共 1 人借用 1 件。

資源教室亦與總務處合作，檢視校園無障礙環境，並協助提出改善計畫。本學年總務處申請大專校院改善無障礙校園環境計畫主要針對行政單位及教學大樓(行政大樓、人文社會學院、圖書館)的無障礙設施及周邊通路進行無障礙設施勘檢。

### (三) 轉銜服務

1. 新生轉銜:新生始業活動進行新生暨家長座談會。
2. 轉銜出之學生(退學、畢業):針對在校生進行生涯規劃、就業資訊分享、轉銜會議等,並於學生畢業後主動追蹤就業狀況半年。